

Mutmach-Geschichte von Nadine

Ich gehe auf eine ungewisse Entdeckungsreise, auf diese Reise nehme ich mit: meine Schreibfeder, mein Schreibbuch, meine bequeme Sitzunterlage, meine schöne Wolldecke, meine kleine Brotzeit. Jetzt bin ich fertig, es kann los gehen, ich weiß noch nicht so genau, was ich auf dieser Reise entdecken werde, aber ich weiß, dass ich ganz viel Mut brauche, weil ich nicht weiß, was für neue Dinge mir begegnen werden. Da ist wieder dieses ungewisse Gefühl, das mich seit 4 Wochen oder schon länger begleitet- nicht schon wieder eine neue Regel, die man beachten muss. Ich fühle mich eingengt. Aus dieser Enge muss ich raus, irgendwie ausbrechen, meinen eigenen Rhythmus finden. Deswegen nehme ich all meinen Mut zusammen, sage zu mir, okay, es ist jetzt so wie es jetzt, ändern kannst du daran eh nichts und Du wirst das schaffen, auch wenn es keine leichte Zeit ist. Man kann so viele, schöne aufregende Dinge an sich selbst und zu Hause entdecken - auch wenn es erst einmal Kraft kostet, Neues zu erlernen, Altes wieder zu entdecken. Täglich lerne ich unerwartete Eigenschaften und Fähigkeiten an mir kennen.

Vor wenigen Wochen ging ich Lebensmittel einkaufen. An die Plexiglasscheiben an der Kasse muss ich mich immer noch gewöhnen. Und an die leeren Regale muss man sich auch erst gewöhnen. Es gab kein Brot mehr, ich überlegte im Laden, wie wäre es Brot selbst zu backen. Ich nahm mein Smartphone heraus und suchte nach einem Rezept zum Brotbacken. Ich entschied mich fürs Dinkelbrot ohne Hefe, denn Hefe gab es plötzlich auch nicht mehr. Gut, dass ich so flexibel bin. Zu Hause angekommen, machte ich mich gleich ans Werk. Ich habe noch nie selbst Brot gebacken. Ich war aufgeregt, so ist es immer bei mir, wenn ich etwas Neues ausprobieren, aber das ist eine positive Aufregung. Ich nahm alle Zutaten rührte sie zu einem Teig und danach noch kneten - hat auch was Meditatives. Ich nahm eine Kastenform, fettete sie ein und bestäubte sie mit etwas Mehl, Teig rein und ab in den vorgeheizten Ofen. Nach einer halben Stunde roch man schon den Brot Duft auf der Terrasse. Es roch richtig gut und ich bekam Appetit auf mein erstes selbst gebackenes Brot.

Nach einer Stunde nahm ich das Brot aus dem Ofen, ließ es abkühlen und klopfte es vorsichtig aus der Kastenform heraus. Ich finde, es ist mir fürs erste Mal super gelungen. So ein selbst gemachtes Dinkelbrot schmeckt ganz anders. Seitdem backe ich alle 14 Tage für mich selbst 2 Brote.

Was ich noch Neues entdeckt habe ist, dass ich meine Terrasse viel mehr als früher nutze. Ich habe es mir auf meiner Terrasse bequem gemacht, und tobe mich dort täglich kreativ aus. Weil mir das gut tut. Ab und zu besucht mich auch unser schwarzes Eichkätzchen, das in unseren Parkbäumen in unser Wohnparkanlage oft herum hüpfen. Von meiner Tante habe ich den Tipp, eine flache Schale mit Wasser und ein paar Nüsse hinzustellen, weil die Tiere nichts zu trinken finden. Wieder was Neues dazu gelernt, vielleicht erwische ich das Eichkätzchen mal und kann ein Foto machen, aber natürlich halte ich Abstand.

Es ist manchmal anstrengend, aber es gibt auch die kleinen, schönen Momente, die sich beim zu Hause bleiben entdecken lassen.

Fortsetzung folgt..... :-)