



*Denkimpulse und
Lebenshilfe*

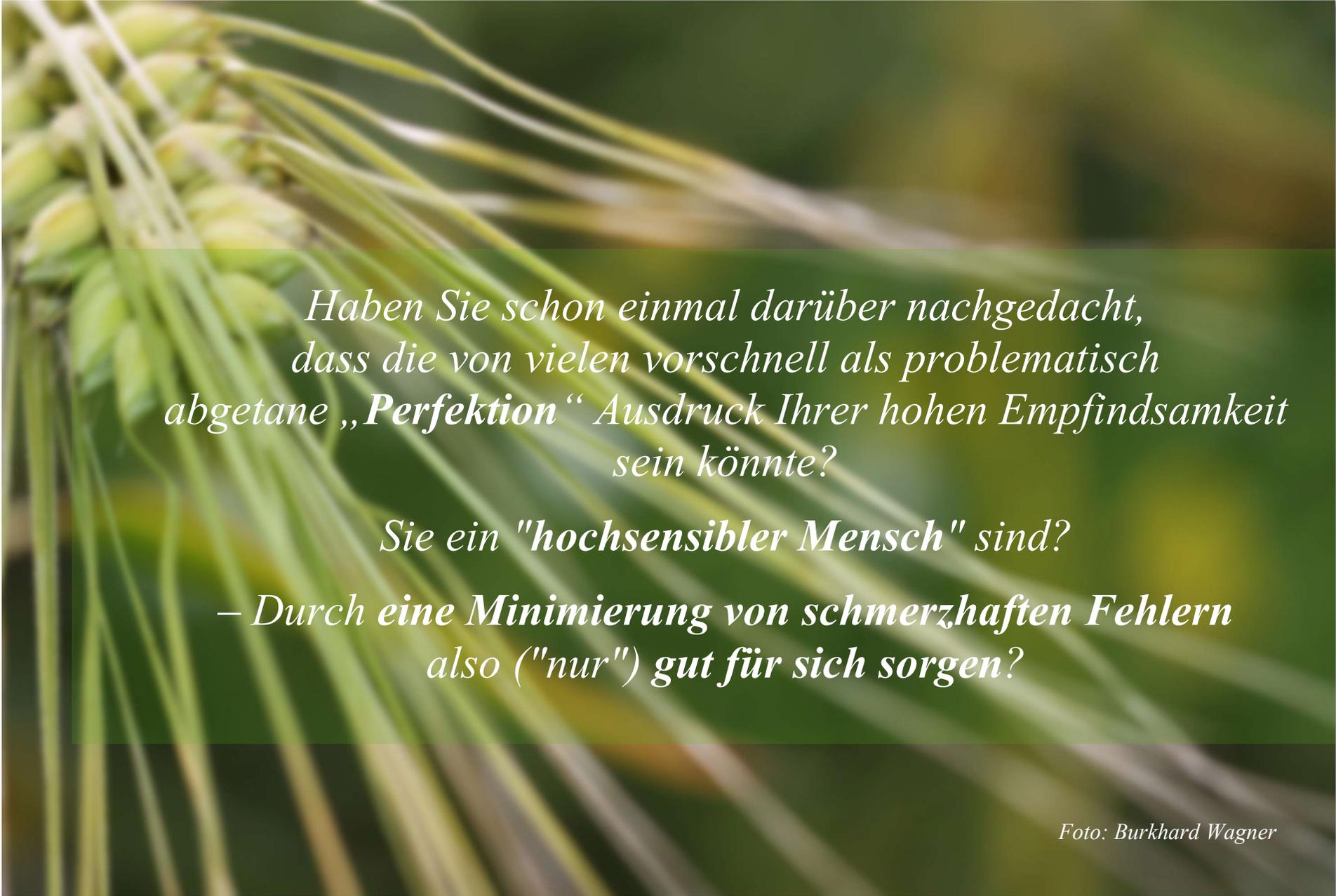
Buch & Bild: Christof Sandt ©

A soft, monochromatic watercolor illustration of two tulips. The tulips are rendered with delicate, layered petals and slender stems, set against a light, textured background. The overall style is gentle and artistic.

*Sich
besser verstehen*

(2020)

M. Sa

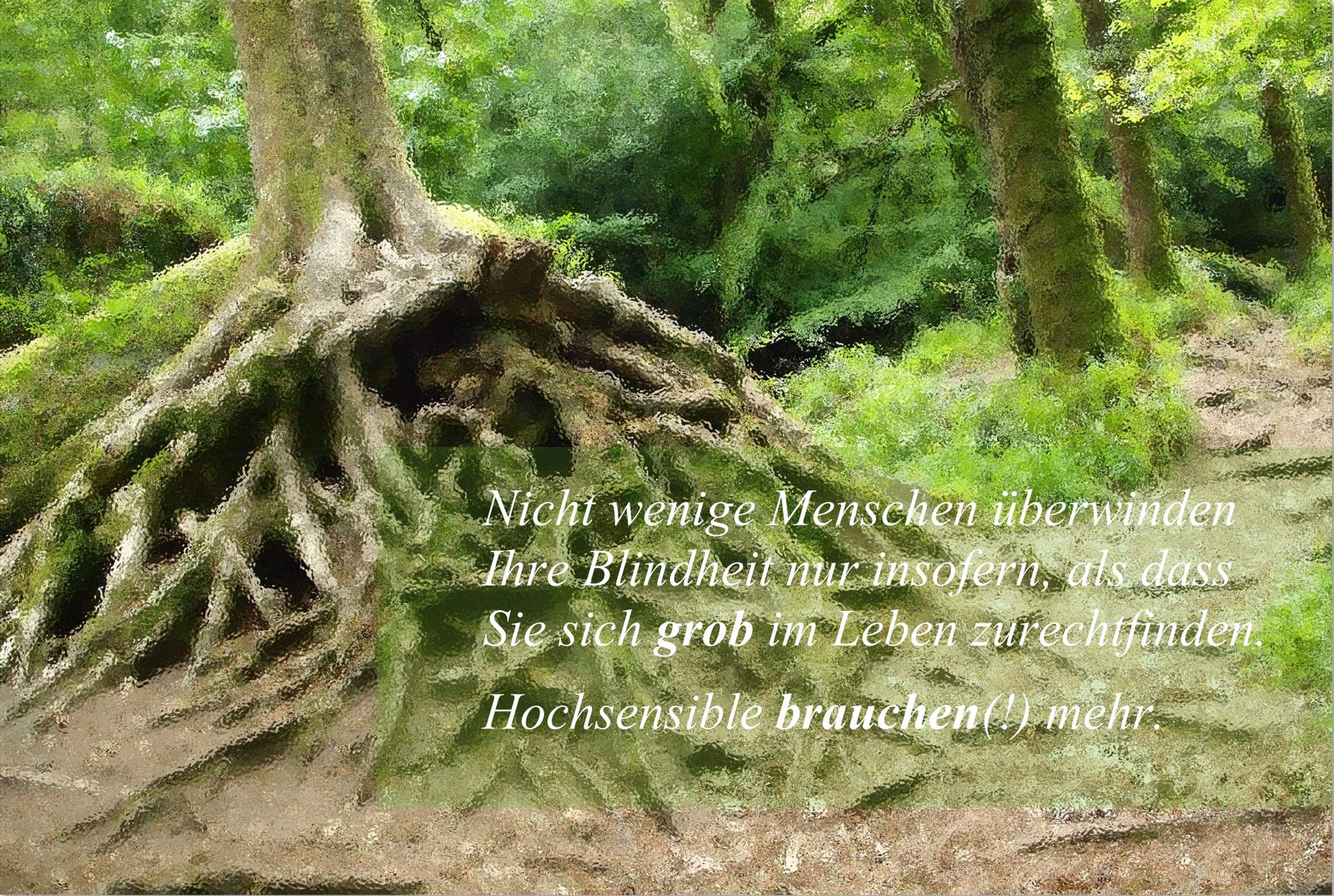


*Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht,
dass die von vielen vorschnell als problematisch
abgetane „Perfektion“ Ausdruck Ihrer hohen Empfindsamkeit
sein könnte?*

Sie ein "hochsensibler Mensch" sind?

*– Durch eine Minimierung von schmerzhaften Fehlern
also ("nur") gut für sich sorgen?*

Foto: Burkhard Wagner



*Nicht wenige Menschen überwinden
Ihre Blindheit nur insofern, als dass
Sie sich **grob** im Leben zurechtfinden.
Hochsensible brauchen(!) mehr.*



*Hochsensible haben es schwerer.
Mitunter auch viel schwerer.*

Foto: Burkhard Wagner



*Kleiner Reiz:
Starker Gefühlsauschlag.
Übereilte Handlung.
Oder Rückzug.
– Völlig normal für Hochsensible.*

*Und: Haben Sie schon einmal über das "Stoische"
oder "Beziehungsklärung" nachgedacht?*

Foto: Burkhard Wagner

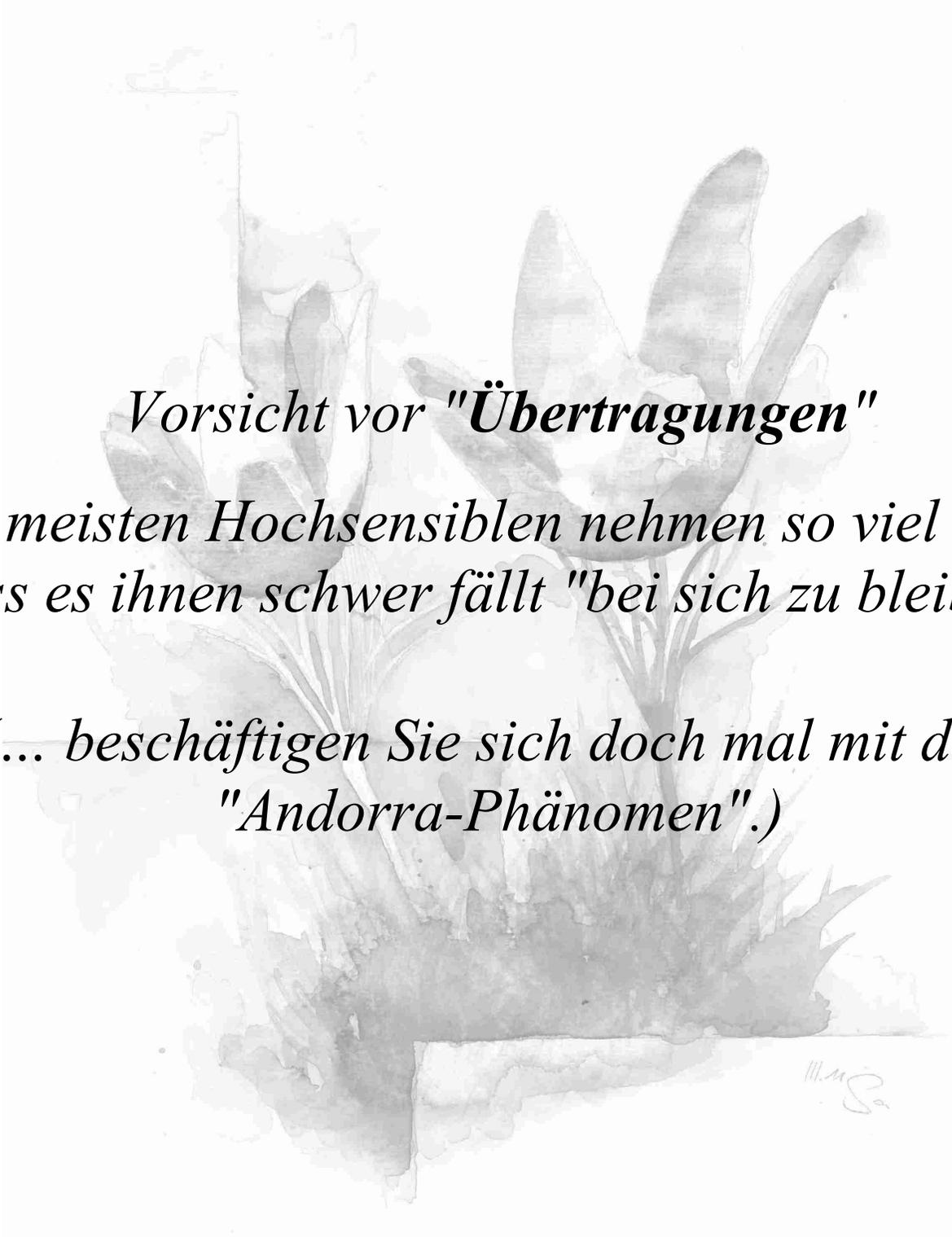


Haben Sie als hochsensibler Mensch schon bemerkt, wie tief Sie diese Medien-Bilder von manchen "Stars" in sich aufnehmen?

*Was das mit Ihrem **Selbst** anrichtet?*

– Hm?

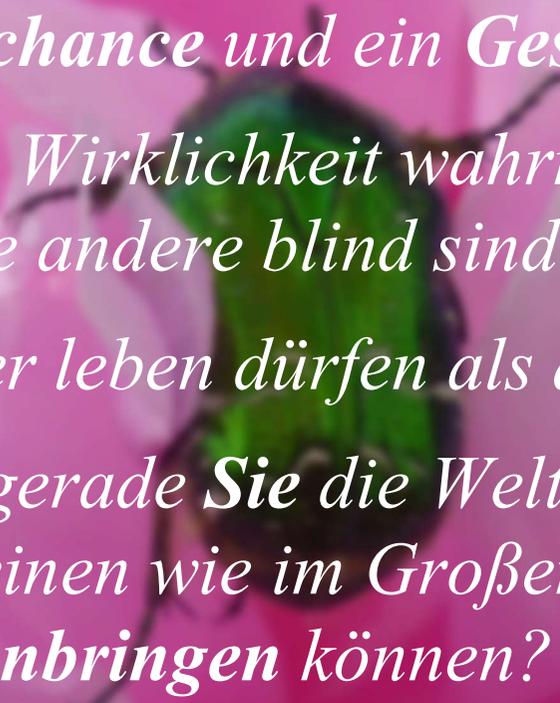
Foto: Burkhard Wagner



Vorsicht vor "Übertragungen"

*Die meisten Hochsensiblen nehmen so viel wahr,
dass es ihnen schwer fällt "bei sich zu bleiben".*

*(... beschäftigen Sie sich doch mal mit dem
"Andorra-Phänomen".)*

A green beetle is positioned in the center of the image, resting on a pink flower. The beetle's body is a vibrant green, and its legs are dark. The flower's petals are a soft pink color, and the background is a blurred field of similar flowers, creating a sense of depth and focus on the beetle.

*Ist Ihnen klar, dass Ihre Hochsensibilität
– neben all dem **Schmerz**, den Sie erfahren (!) –
auch eine **Riesenchance** und ein **Geschenk** sind?*

*Sie Teile von Wirklichkeit wahrnehmen,
für die andere blind sind?*

Sie also intensiver leben dürfen als die meisten?

*Und gerade **Sie** die Welt,
im Kleinen wie im Großen,
voranbringen können?*

– Hm?

Foto: Claudia Scheidemann