

## das Chamäleon - Wer bin ich?

Ein Chamäleon vermag es sich perfekt an seine Umgebung und die aktuellen Umstände anzupassen. Man könnte sagen, es ist ein wahrer Lebenskünstler. Im Umgang mit Menschen wird mir immer bewusster, dass ich ähnlich agiere und funktioniere. Ich kann mich hervorragend an mein Gegenüber anpassen und spüre was in ihm vorgeht, was er braucht und sich wünscht. Je wichtiger und inniger mir diese Verbindung ist, desto mehr nehme ich die Ansichten, Empfindungen und Emotionen des anderen wahr. Ich fühle, was er fühlt und was ihm wichtig ist. Genauso spüre ich Unsicherheiten, Ängste und Sorgen und reagiere darauf – wenn auch nicht bewusst. Ich versuche dann diese unangenehmen Gefühle irgendwie zu regulieren, zu entkräften oder zu neutralisieren und teilweise sogar zu absorbieren. Und dann verliere ich mich. Ich vergesse wer ich bin, was ich will und wie ich gewisse Dinge sehe und empfinde. Dann bin ich vollkommen im Universum des anderen und mache seine Wahrheit zu meiner. Ich wechsle die Farbe, lege meine eigene fast gänzlich ab und erstrahle im neuen Farbenkleid, das sich wunderbar mit dem des anderen deckt. Das funktioniert so lange, bis jemand, der mir ebenso wichtig ist, deutlich eine andere Farbe aufweist. Diese beißt sich dann oftmals sogar mit der anderen. Was nun? Es entsteht ein Konflikt und ich beginne nachzudenken. Welche Farbe soll ich nun wählen, welcher Farbton ist hier erforderlich? Vielleicht harmoniert diese Farbe sogar mehr mit meiner eigenen? Und ganz plötzlich erinnere ich mich. Ich erinnere mich an meine eigene Farbe, an meine ursprüngliche Färbung und dann blitzt sie vereinzelt wieder hervor. Kurz und anfänglich unscheinbar und doch sichtbar, aber vor allem spürbar. Ich spüre, dass etwas nicht stimmt, dass mir die Farbe zu eintönig oder gar zu dominant ist. Ich fühle mich nicht mehr wohl damit und versuche sie langsam wieder abzulegen und/oder zu neutralisieren. Der Wandel beginnt von Neuem. Langsam schimmert meine Farbe wieder durch und ich frage mich, was ich denke und wie ich Dinge sehe. Was will ich denn eigentlich? Gefällt mir diese Farbe überhaupt und möchte ich sie dauerhaft tragen? Entspricht sie meinem Wesen? Kann ich mich damit identifizieren? Muss ich mich denn für eine Farbe entscheiden? Kann ich nicht variieren, ausprobieren, verändern? Dann wird mir klar, dass ich mich weder entscheiden muss, noch meine Farbe ablegen, um anderen zu gefallen oder damit sie sich besser fühlen. Mir wird klar, dass ich meine Farbe verleugnet und versteckt habe, damit ich mich besser an mein Gegenüber anpassen konnte, damit ich mehr mit ihm harmoniere. Vor allen Dingen aber, damit es ihm besser geht. Und wie geht es mir? Wo ist meine Farbe geblieben bzw. welche Farbe entspricht mir und meinem Wesen tatsächlich? Ich begreife, dass unterschiedliche Farben das Leben erst aufregend, schön und lebendig machen. Ich begreife, dass mir eine Farbe allein ohnehin nicht ausreicht, dass ich mich nicht auf eine Farbe reduzieren möchte. Ich will bunt sein. Ich will leuchten und strahlen, in den unterschiedlichsten Farbtönen und Facetten, wonach immer mir auch gerade zumute ist. Ich will meine Farbe entdecken, sie verändern, variieren. Ich will sie leben und fühlen. Ich möchte keine Angst haben sie zu zeigen oder sie zu wechseln, wenn mir gerade danach ist. Ich möchte meine Farbe nicht mehr anpassen und abgleichen, damit sie mit der des anderen harmoniert. Ich möchte nicht mehr in den Universen der anderen umherirren, im Dunklen tappen und verzweifelt den Ausgang suchen. Ich möchte leuchten, in meinen Farben. Ich möchte schimmern, wie ein bunter Vogel und das Licht darf sich in mir brechen und in die Welt strahlen, ohne Kompromiss und Abgleich. Lasst uns schimmern, leuchten und unsere spezielle Farbe in die Welt tragen...

© Mihaela Friedl

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)