

**Die Welt um uns erblüht,  
wenn wir ihre Pracht in uns anerkennen.**

# Viel Freude beim Blick ins Buch

wünscht Anke Plehn



Alle Texte und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte bei der Autorin Anke Plehn.

Bibliographische Informationen durch die Deutsche Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothekverzeichnet diese Publikation in der Deutschen  
Nationalbibliographie;  
detaillierte bibliographische Daten sind im Internet  
über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-96008-428-0

Copyright (2016) Engelsdorfer Verlag Leipzig  
Alle Rechte sind bei der Autorin.  
Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)  
[www.engelsdorfer-verlag.de](http://www.engelsdorfer-verlag.de)  
12,00 Euro (D)

*Freudenleicht und Dunkelschwer*  
*Die Geschichte vom weißen und schwarzen Drachen*

Erzählt von  
Anke Plehn

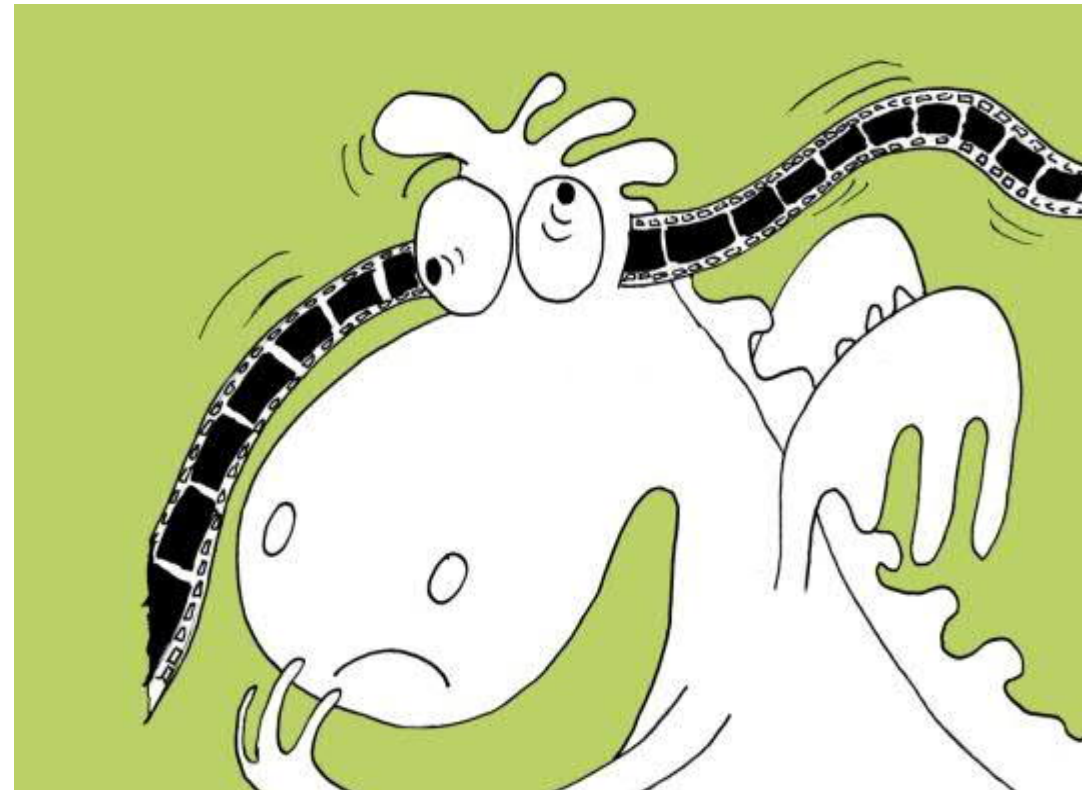
mit Illustrationen von  
Uwe Schürmann

Engelsdorfer Verlag  
Leipzig  
2016

Jeder kann das beobachten:  
In unserem Kopf läuft immer ein Film.  
Niemand kann uns erklären, wer da ständig kommentiert,  
interpretiert, bewertet und analysiert - und:  
warum?  
Wir nennen es „denken“.  
Du glaubst, die Stimme bist Du?

Doch in manchen Situationen meldet sich  
noch eine andere Stimme in uns.  
Wir spüren: die kommt tief aus unserem Innersten.  
Wir fühlen sie mehr, als dass wir sie hören.

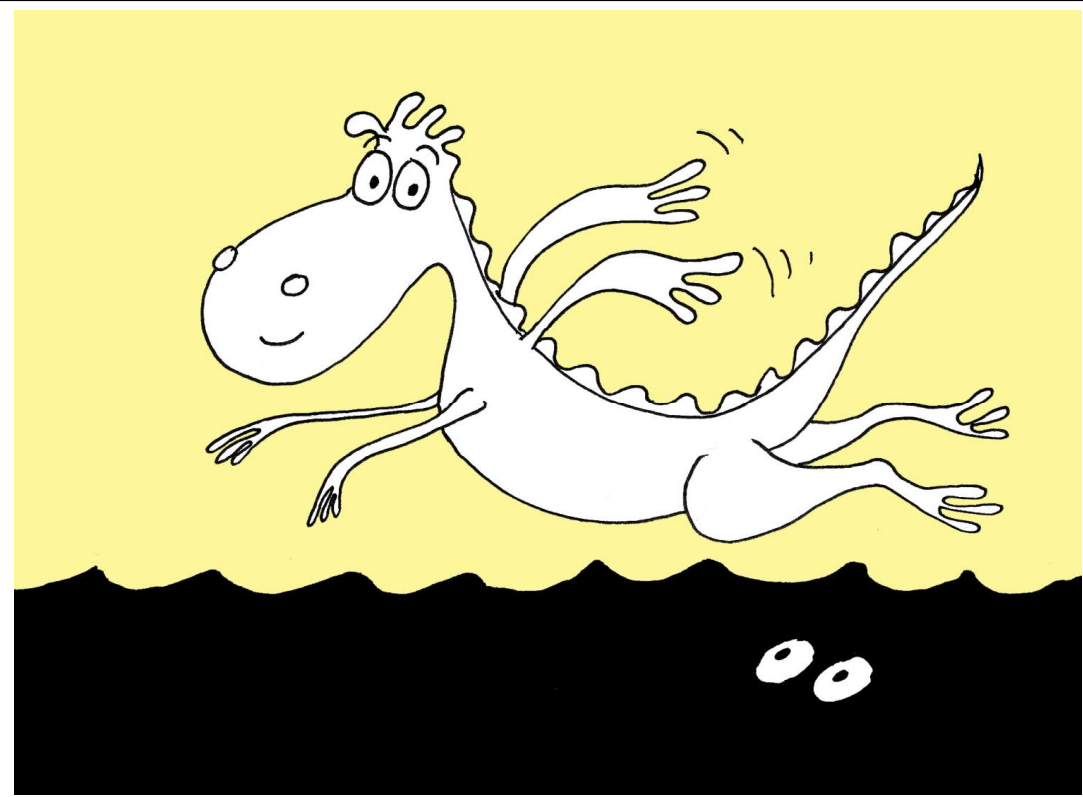
Unsicher fragen wir: „Welche Stimme bin jetzt ich?“



Die Stimme tief in uns klingt geheimnisvoll –  
Wie aus einem fernen Land, und zart, wie von.  
Einem zauberhaften kleinen weißen Drachen.  
Das ist ‚Freudenleicht‘.

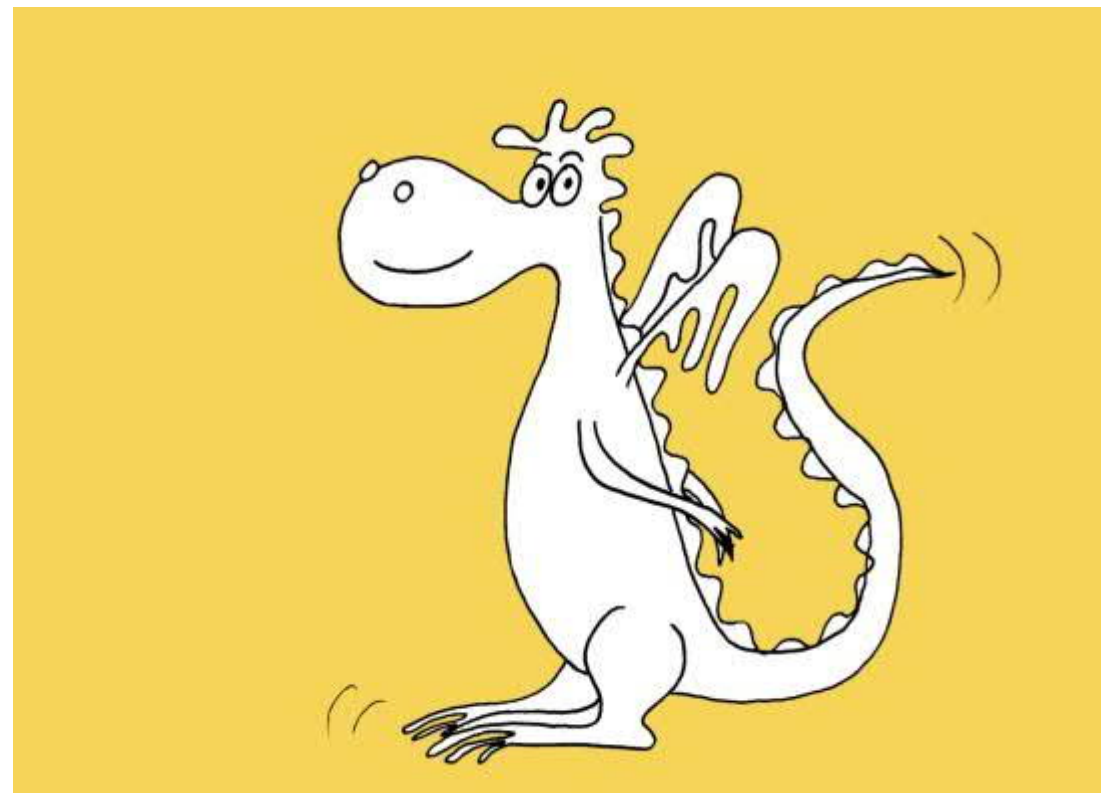
Hängen wir im Kopfkino fest,  
wird es dunkel und schwer um uns..  
Oft lässt Angst unsren Atem stocken.  
Schmetterlinge verwandeln sich in Bauchweh.

Das ist die Welt des schwarzen Drachen.  
Ich nennen ihn ‚Dunkelschwer‘.



Freudenleicht kommt mit uns auf diese Welt.  
Anfänglich sind wir ganz mit ihm verbunden.  
Er ist uns vertraut und sorgt für unsere Präsenz.  
Was er uns mitteilen möchte, fühlen wir.  
Wachsen wir, wächst auch er.  
Lernen wir sprechen, nutzt auch er Wörter.

Wir können ihn fragen, wie es ihm geht.  
Er antwortet uns - immer.  
Alles, was Freudenleicht sagt, dient unserem Wohlbefinden.  
Er spricht leise und wiederholt sein Anliegen.  
Er liebt uns, ganz innigst.  
Untrennbar sind wir miteinander verbunden –  
bis wir uns von dieser Erde verabschieden.



Dunkelschwer ist ein Geschenk an uns.

Das bekommen wir von allen Menschen,  
die uns in den ersten Jahren begleiten,  
wenn wir noch sehr, sehr klein sind.

Wir erkennen noch nicht, wozu er uns geschenkt wurde.  
Wenn uns gelehrt wird, dass wir eine Person sind,  
richtet er sich in unserem Kopf ein.

Er füllt unseren Kopf mit Gedanken,  
die wir gar nicht denken wollen.



Wir werden erzogen zu spüren, was andere von uns wollen.  
Schon als kleines Kind lernen wir,  
dass wahre Gefühle - ehrlich gezeigt – sehr hinderlich sind.

.....

Um uns zu schützen, verschließen wir Freudenleicht:  
ganz tief in unserem Herzen.

Wir fühlen lieber das, was Andere meinen, wir fühlen müssten.  
Das lässt Dunkelschwer wachsen - riesig.

9



.....



.....

Meist hören wir nur die Stimme von Dunkelschwer.  
Manchmal sind wir sogar überzeugt, dass das Gehörte von  
Freudenleicht kommt. Wir vollbringen ....

Wenn wir etwas unbedingt erreichen wollen, passiert es,

....

Wir sind verzweifelt.

....

, weil wir Dunkelschwer  
unseren eigenen freien Willen überlassen haben.

37



.....

.....

Wir streiten,  
weil Dunkelschwer sich nicht vorstellen kann,  
dass die Menschen verschieden sind.  
Er pocht auf sein Recht.

.....

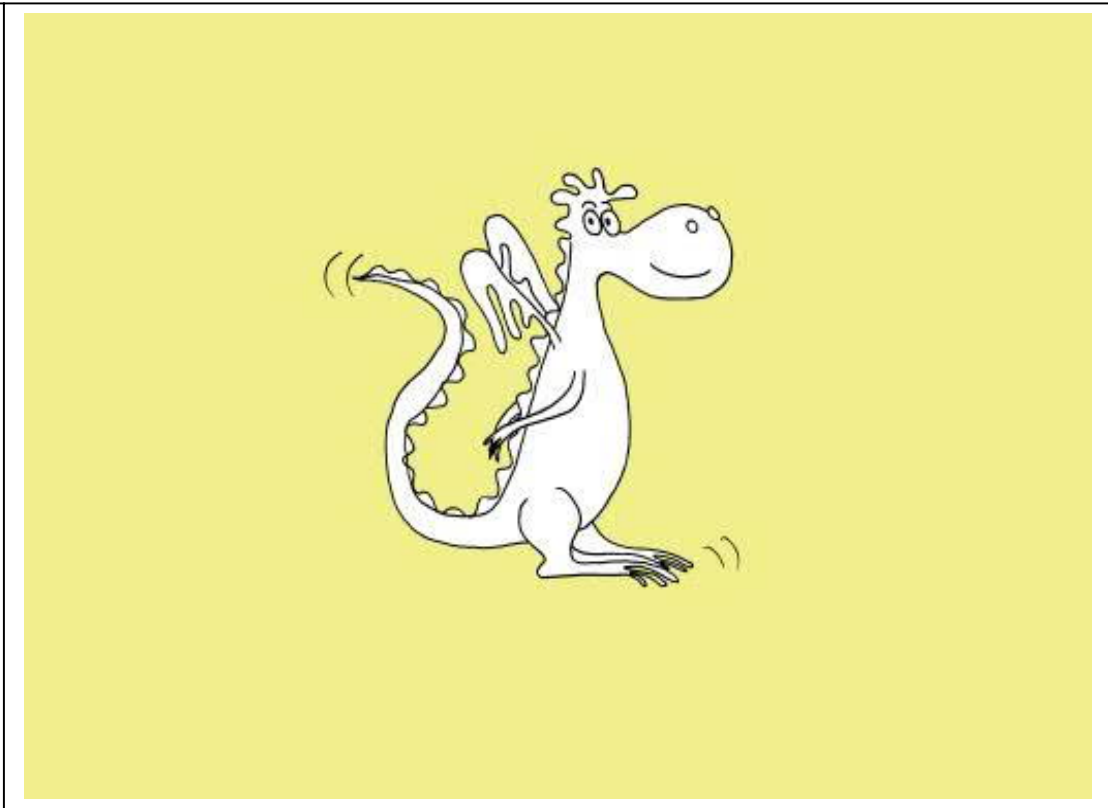
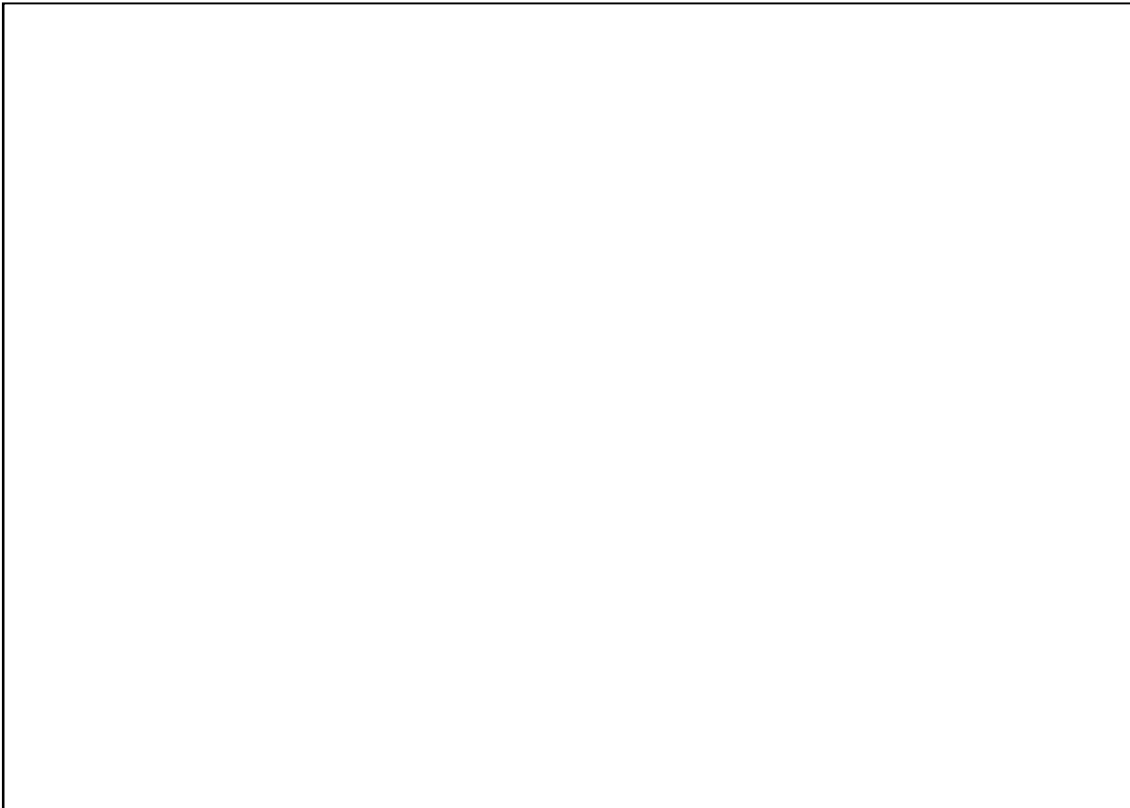
.....

Freudenleicht ist das peinlich.



.....

Rück-Cover





### **Geht Ihr inneres Team mit den beiden Drachen in Resonanz?**

Helfen Ihnen die beiden Drachen, sich in so mancher Situation selbst zu erkennen oder andere?

Und **wem der beiden Drachen wollen Sie Ihre Aufmerksamkeit schenken?**

**Schreiben Sie eine E-Mail** mit Ihrer Bestellung und ihrer vollständigen Anschrift an [autorin@ankeplehn.de](mailto:autorin@ankeplehn.de).

Dann geht das Buch **versandkostenfrei** schon den nächsten Tag in die Post.

**Vielleicht jedoch** spricht das Buch Sie gar nicht so an, doch Sie kennen Menschen, von denen Sie meinen, dass das Buch diesen helfen kann, sich selbst und anderen persönlich wieder näher zu kommen, Kontakte zu beleben, zu verstehen und den Umgang mit Konflikten zu erlernen. Dann empfehlen Sie das Buch oder verschenken es, um einen kleinen Beitrag zu mehr innerem und äußeren Frieden zu leisten. Auch dafür reicht eine E-Mail an [autorin@ankeplehn.de](mailto:autorin@ankeplehn.de).

**Wollen Sie vorerst** mehr über das verbindende Kommunizieren, über ein kooperierendes Miteinander erfahren, und sind noch nicht für meinen Newsletter angemeldet, dann gehen Sie zurück auf meine Webseite [www.ankeplehn-lebensraumgestaltung.de](http://www.ankeplehn-lebensraumgestaltung.de) und bestellen Sie gleich meinen Newsletter, damit Sie Wissenswertes über zwischenmenschliche Beziehungen erfahren, Ihren Einfluss auf Ihr Umfeld und wie Sie das in uns allen schlummernde naturgegebene kreative Potential entfalten können - für Ihr Wohlergehen, zur Stärkung Ihrer Gesundheit, zur Verbesserung Ihrer Beziehungen und insgesamt für ein freudiges und erfülltes Leben.

In Dankbarkeit und mit herzlichen Grüßen,  
Anke Plehn