

**Dienstag, 8. März 2022**

**Den Kuchen des Lebens backen...**

Liebe Hörerinnen und Hörer!

Heute möchte ich Sie einladen, mit mir gemeinsam einen Kuchen zu backen.

Einen Kuchen, den wir Leben nennen. Bei diesem sind Sie frei, alles hinzuzufügen, was Sie möchten. Beginnen Sie mit den Zutaten, welche für Sie eine gute Grundlage bilden – beispielsweise Liebe, Familie oder Freundschaft.

Ergänzen Sie das Ganze nun mit einem von Ihnen gewählten Geschmack. Vielleicht denken Sie an den Geschmack von Farben oder von Sonnenschein? Zufriedenheit, Dankbarkeit oder auch Erfüllung. Die Mengen der Zutaten entscheiden Sie selbst.

Stellen Sie sich vor, sie vermischen nun alle von Ihnen gewählten Zutaten in einer Schüssel und backen anschließend den Kuchen. Sobald Sie ihn aus dem Ofen nehmen, duftet es nach allem, was Sie lieben. Es ist der Kuchen des Lebens. Der Kuchen Ihres Lebens, des Lebens, das Sie so gestalten können, wie es Ihnen am liebsten ist. So, wie Sie es am schönsten finden und so, wie Sie es sich wünschen.

Fügen Sie Ihrem Rezept alle Zutaten hinzu, die den Kuchen aufgehen lassen und entfernen Sie jene Zutat, die dem Kuchen nicht gut tut. Alles, was Ihr Leben für das Kuchenrezept braucht, soll dabei sein.

Dekorieren Sie den Kuchen mit Details, welche Ihr Leben besonders und einzigartig machen. Die Grenzen setzen Sie sich selbst, denn das Leben gehört Ihnen ganz alleine. Das Leben, welches wir Kuchen nennen. Und dafür erfinden wir unser eigenes Rezept.

Ich wünsche Ihnen gutes Gelingen und viel Spaß beim Backen des Kuchens Ihres Lebens!

**Lisa Cimadon**