

Wenn ich mich selbst als Mensch beschreiben müsste, fallen mir dann 100 Sätze ein? If I had to describe myself as a person, would I be able to think of 100 sentences? Die spontane Reaktion auf diese Frage, wäre bereits ein erster Eintrag in dieses Buch. Your spontaneous reaction to this question could already be the first entry in this book. Natürlich geht eine Selbstbeschreibung nicht in einem Schwung, sondern entsteht entlang jener kleinen Momente, in denen wir uns selber spüren. Of course a self-description will take more than one sitting. Rather, it will grow over time as you experience those moments of self-awareness. Einmal angefangen mit diesem sich Wahrnehmen, beobachtet man sich wie von selbst immer öfter in immer mehr Situationen. Once you've become aware of yourself, you will automatically observe yourself in more and more situations. Es ist, als wäre man wachgeküsst. It feels like an awakening. Manchmal halt' ich inne und schau' mir selber zu... Dann merke ich, wie ich mich bewege – wie ich sitze, stehe, gehe – und meine Dinge tu'. Sometimes I just stop and observe myself. Then I notice how I move – sit, stand, walk – and do my thing. Dann seh' ich meine Talente und Schokoladenseiten – meine Stolpersteine, meine Ängste und diese kleinen Unsicherheiten. Then I see my talents and my best qualities – my obstacles, anxieties and insecurities. Dann hör' ich mir auch beim Reden zu und nun ja, da gibt es auch gewisse Sturheiten und Empfindlichkeiten. Then I listen to myself speaking and, well, I can be stubborn and touchy at times. Dann merk' ich erst, was mir alles Druck macht und mich stresst – wie ich reagiere. Then I notice all the things that put pressure on me and stress me – how I react to them. Oft muss ich lachen über meine Marotten, und erklär' sie hiermit zu meinen „liebenswerten Eigenheiten“. My imperfections often make me laugh about myself and I hereby declare them my “lovable quirks”. Manchmal erwische ich mich beim Träumen und merke, wonach ich mich wirklich sehne. Sometimes I catch myself dreaming – then I realise what I am really yearning for. All dies schreib' ich jetzt einfach mal Seite für Seite nieder. Wie funktionier' ich denn eigentlich? I'll just write all these things down – page by page. How am I actually wired?