

# Bohnen zählen



Dies ist die Geschichte von einer Gräfin, die sehr, sehr alt wurde, weil sie eine Lebensgenießerin par excellence war...

Die Gräfin verließ niemals das Haus, ohne zuvor eine Handvoll Bohnen einzustecken. Sie tat dies nicht etwa, um die Bohnen zu kauen. Nein, Sie nahm sie mit, um die schönsten Momente des Tages bewusster wahrzunehmen und um diese besser zählen zu können.

Für jede positive Kleinigkeit, die sie tagsüber erlebte, zum Beispiel eine netter Plausch auf der Straße, ein feines Essen, ein buntes Vögelchen vor dem Fenster - für alles, was ihre Sinne erfreute, ließ sie eine Bohne von der rechten in die linke Rocktasche wandern.

Manchmal waren es gleich zwei oder drei.

Abends saß sie dann auf dem Sofa und zählte die Bohnen aus der linken Tasche. Sie zelebrierte diese Minuten. So führte sie sich noch einmal vor Augen, wie viel Schönes ihr an diesem Tag widerfahren war und freute sich daran. Und sogar an einem Abend, an dem sie bloß eine Bohne aus der linken Rocktasche holte, war für sie der Tag gelungen, hatte es sich zu leben gelohnt.