Beate Forsbach

Vom Zauber des Neubeginns

Beate Forsbach

Vom Zauber des Neubeginns

Abschied nehmen und loslassen

Jubiläumsedition 2021

Edition Forsbach

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Edition Forsbach

Bücher mit Herz

© Edition Forsbach, Bamberg 2021 www.edition-forsbach.de

4. Auflage

Erweiterte und aktualisierte Neuausgabe der Jubiläums-Edition "Neubeginn & Mee(h)r. Best of Dr. Beate Forsbach", Fehmarn 2016

Autorenfotos: Theresia Berger, Rimsting am Chiemsee

Coverbild: © magdal3na - Fotolia.com

In den älteren Texten wurde die Rechtschreibung den Gepflogenheiten der neuen deutschen Rechtschreibung angepasst.

Printed in Germany ISBN 978-3-95904-004-4 (Print) ISBN 978-3-95904-013-6 (E-Book)

Widmung

Für meine Lieben im Diesseits und im Jenseits

Inhalt

		Weihnachten in Neujellingsdorf	7
		Winterglück	7
		Neujahrswünsche für dich	8
Chulon	10	Lebe die Melodie deines Lebens	8
Stufen	10	Jede Krise ist auch eine Chance	8
Vorwort zur Jubiläums-Edition 2021	11	Träume verwirklichen	9
		Lebe dein Leben	9
Vorwort zur Neuausgabe 2019	15	Sommerglück	9
Vorwort zur Neuausgabe 2018	19	Fülle des Lebens	9
_	27	Noch ein Abschied für immer	10
Wie alles begann	27	Wenn morgen mein letzter Tag wäre	10
Erinnerung: Die Blockflöte	28	Abschied	10
Einschulung: Schreiben lernen	30	F	10
Musik & Pädagogik	31	Erneuerungen	10
Abituraufsatz	33	Meine Trauminsel	10
Marcile and since Laletian Shandar Clinds	27	Eine kleine Reise nach Bamberg	11
Musik und eine Lektion über das Glück	37	Der 63. Geburtstag	12
Eine Reise nach Agen oder:		Dankbarkeit – mein Jahr 2015 Senta und ich	12
Wie das Unmögliche möglich wurde	38	Der kleine Strand	13 13
Schulchor und Schulorchester – auch heute noch aktuell?	43	Der kleine strand	13
Abschiede und Enttäuschungen	48	Vom Glück des Schreibens	13
Gesamtschule	48	Der Traum vom eigenen Buch	14
Innovationen	49	Schreiben mit Herz und Seele	14
Schule heute – der ganz alltägliche Wahnsinn?	50	Was fasziniert mich an Büchern?	14
Und wieder ein Neubeginn	56	Bücher schreiben mit Herz	14
Abschied für immer	58	Vom Glück des Schreibens	15
Abschied für illiller	36	Musik: Erinnerung und Neubeginn	15
Das Geheimnis des Glücks	62	Musik hören & machen	15
Leben allein genügt nicht	62	Musikunterricht kann gelingen	15
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden	63	Das Konzert – durch Schmerz zum Glück	17
Das Leben spielt ein anderes Lied	66	Brahms – Endlich loslassen	17
Das Geheimnis des Glücks	68	Klavierspielen	18

Lebenskunst: Immer wieder Neubeginn

Gedanken über das Reisen

71

71

Brüche im Leben	187
Verloren zu gehen hilft dir, neue Wege zu finden Perspektivenwechsel	187 190
Mutprobe – Brüche im Leben	190
Neubeginn	200
Die Liebe hört niemals auf	200
Zum fünfjährigen Verlagsjubiläum Halbzeit 2016	208 214
Willkommen im Leben	220
Der 66. Geburtstag	222
Alles hat seine Zeit – Abschied vom Südstrand	226
Lasst uns das Leben feiern	230
Ein Ereignis, das mein Weltbild nachhaltig geprägt hat	231
Ein Jahr der Reisen	232
Gesund und glücklich leben Bücher mit Herz	234 234
Wunder des Jahres 2018	234
Was mir im Jahr 2018 wichtig geworden ist	236
Dankbarkeit	237
Tschüss Fehmarn	239
Vom Zauber des Neubeginns	242
Leben ist Veränderung	242
Abschied nehmen und loslassen	248
Ankommen – Neubeginn Das Leben feiern	250 251
Das Leben felern	231
Anleitung zum Neubeginn	254
Epilog zur Ausgabe von 2019	
Klagemauer?! – Alles ist gut!	

Ein Portrait-Nachtrag von Sandra Dorn	
Dieses unglaubliche Jahr 2020	274
Erinnerungen	275
Anders als gedacht	276
Angekommen	277
Veränderungen	281
Bamberg liegt nicht am Meer	282
Leben ist mehr auch in Krisen – Gelassen älter werden	285
Zum zehnjährigen Verlagsjubiläum	289
Aufbruch: Lach dem Leben ins Gesicht!	293
Auswahlbibliographie	296
Zur Autorin	300
Danke	302

Stufen

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe, Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern. Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe Bereit zum Abschied sein und Neubeginne, Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern In andre, neue Bindungen zu geben. Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten. An keinem wie an einer Heimat hängen, Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen, Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten. Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen, Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise. Mag lähmender Gewöhnung sich entraffen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde Uns neuen Räumen jung entgegen senden, Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ... Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde! (Hermann Hesse, 1877-1962)

© Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main 2002

Vorwort zur Jubiläums-Edition 2021

Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern da, wo man verstanden wird. (Christian Morgenstern, 1871-1914)

Liebe Leserin, lieber Leser,

am 11. Februar 2021 fand das zehnjährige Jubiläum meines Verlages statt. Wir hatten ein festliches Abendessen geplant mit meinem Erfolgsteam, Autoren und Mitarbeitern - aber leider mussten wir das wegen der Beschränkungen der Corona-Krise absagen.

Das Motto auf der Einladung lautete:

Wenn es einen Glauben gibt, der Berge versetzen kann, so ist es der Glaube an die eigene Kraft. (Marie von Ebner-Eschenbach, 1830-1916)

Und das passt nicht nur zu unserer zehnjährigen Verlagsgeschichte, sondern auch zu mir und meinem Leben, das du in diesem Buch ein wenig kennenlernen kannst.

In meinem Epilog der erweiterten & aktualisierten Neuausgabe dieses Buches von 2019 hatte ich am 1. Oktober 2019 geschrieben: "Auf dem Weg hinunter vom Domberg ging es mir plötzlich auf, dass ich gerade wieder eines der kleinen Wunder in Form einer "wundersamen' Begegnung erlebt hatte, von denen mir in den vergangenen Wochen schon so einige begegnet waren. Mir fiel die Definition von Wunder ein, die Hal Elrod in seinem Buch Miracle Morning für Millionäre verwendet hat: Unerschütterlicher Glaube + Überdurchschnittlicher Einsatz = Wunder. Ich begann zu glauben, dass sich ein Wunsch dieses Tages für mich erfüllen würde. Einer, von dem in dem Gespräch im Rosengarten die Rede war. Ich hatte überdurchschnittlichen Einsatz gezeigt und glaubte fest daran, dass ich mein Ziel erreichen würde.

Und dann wurde mir ganz plötzlich klar, dass dieses Buch, mein erstes Buch, das in Bamberg fertig werden würde, ein passendes Geschenk für liebe Freunde sein würde, zu deren Hochzeitsfeier ich eingeladen war."

Das Buch wurde fertig zu dieser Feier am 12. Oktober 2019, ich erlebte eine wundervolle Hochzeitsfeier meiner Freunde und eine "wundersame Begegnung" dort.

Als ich Senta Ende Oktober fütterte, fiel mir ein, dass ich viele Monate lang, beim Frühstück in unserer Küche auf Fehmarn, zu ihr gesagt hatte: Und bald werden wir einen neuen Fußboden haben.

Und wir haben ihn bekommen – nicht in unserem Haus auf Fehmarn, sondern hier, in der neuen Wohnung in Bamberg. Und so sagte ich nun zu ihr: Und bald werden wir unseren neuen Kellerraum haben. Den, den man uns gestern noch verwehrt hatte.

Ich glaubte ganz fest daran, dass uns das Universum diesen Wunsch erfüllen würde. Ob es hier in diesem Haus sein würde. oder in einem anderen Haus, das blieb noch offen. Fest stand nur für mich: Wir werden diesen neuen Kellerraum haben.

Den nächsten Blogartikel schrieb ich zu Weihnachten 2019, und da war es bereits entschieden, dass wir Anfang Februar noch einmal

umziehen würden. Das war für mich eins der "Wunder" im Bamberger Advent 2019.

Anfang Februar 2020 war es dann soweit: Wir zogen noch einmal um, mit all den vielen Büchern, den Möbeln und meinem schönen Flügel! Senta und ich fühlten uns auf Anhieb wohl in unserer neuen Wohnung voller Licht und guter Energie. Und nur eine Woche nach dem Einzug feierten wir hier das 9. Verlagsjubiläum und eine schöne Einzugsparty mit vielen vergnügten Gästen und Autoren. Alle fühlten sich wohl – und alle fanden es super gemütlich.

Im Februar 2021 wollte ich eine neue Auflage dieses Buches drucken lassen, da das Buch immer wieder gekauft wird. Das Thema "Leben ist Veränderung" und "Neubeginn" interssiert eben viele Menschen, vor allem jetzt, in Zeiten von Corona, wo wir so viele Verändungen erleben wie nie zuvor. Also beschloss ich, eine nochmals erweiterte Neuausgabe dieses Buches zu publizieren.

Es ist interessant (zumindest für mich), dass diese Ausgabe fast genau fünf Jahre nach der ersten Ausgabe dieses Buches erscheint. Im August 2016 habe ich zum fünfjährigen Jubiläum meines Verlages den Sammelband "Neubeginn & Mee(h)r" mit einem repräsentativen Querschnitt durch mein Schaffen in den Bereichen Lebenskunst, Schreiben & Veröffentlichen sowie Musikpädagogik publiziert. Nur zwei Jahre nach dem Tod meines Mannes Hans Christian Forsbach beging ich damit wieder einen Neubeginn.

Im Mai 2018 schrieb ich das Vorwort des aktualisierten Buches mit dem Titel "Vom Zauber des Neubeginns". Denn es hatte wieder einen Neubeginn gegeben, der sich seit Wochen angekündigt hatte.

Ein Business-Mentoring Ende Januar 2018 brachte mir neue Perspektiven für meine Tätigkeit als Mentorin für angehende Buchautoren und gleichzeitig auch für den Verlag. Seit dem Autorenseminar im Oktober 2017 war "Bücher schreiben mit Herz" das Motto für mein Autoren-Mentoring. Und kurz darauf gab ich die regionale Anbindung des Verlages auf, und das "Mee(h)r" verschwand aus dem Verlags-Logo. Eine Buchcoaching-Kundin hatte den Anstoß gegeben – und ich merkte, es war überhaupt nicht schwierig, das "Mee(h)r" loszulassen. In der Folgezeit verabschiedete ich mich auch von mehreren Autoren und ihren Büchern, der Verlag wurde kleiner, und schließlich wurde die Edition Forsbach zum "Verlag für Bücher mit Herz".

Und als ich im Frühjahr 2019 "aus heiterem Himmel" das Gefühl hatte, mich verändern zu wollen und wieder nach Bamberg zu ziehen, war das ganz einfach. Zumindest in Bezug auf meinen "Verlag für Bücher mit Herz" und sein Motto.

Ganz wichtig – neben meinen biographischen Anmerkungen – ist sicher das Thema dieses Buches, an dem ich seit einigen Jahren ein zunehmendes Interesse beobachte. Gerade jetzt, zu Zeiten der weltweiten Corona-Pandemie, wird uns klar, dass ein Neubeginn für alle Menschen notwendig ist. Es wird nie mehr so sein, "wie es früher war", d. h. vor Beginn der Corona-Pandemie.

Du findest in diesem Buch eine "Anleitung zum Neubeginn": Viele Menschen scheuen die Veränderung, obwohl es ganz einfach wäre, ein glücklicheres Leben zu führen, statt in der alten Situation zu verharren. Denn der Zauber des Neubeginns beschützt uns und hilft uns, die anstehenden Veränderungen zu meistern!

Ich wünsche dir viel Freude beim Lesen dieses Buches

Deine Beate Forsbach

Bamberg, im April 2021

Vorwort zur Neuausgabe 2019

Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben. (Hermann Hesse, 1877-1962)

Liebe Leserin, lieber Leser,

diese Neuausgabe erscheint anlässlich einer großen Lebensveränderung: Scheinbar "aus heiterem Himmel" bin ich zurückgekehrt in meine einstige Traumstadt Bamberg. Tatsächlich gab es schon länger Anzeichen, dass ich eine neue Lebensstufe erreicht hatte.

Noch zu Beginn des vorigen Jahres hatte jemand zu mir gesagt: "Leben ist Veränderung. Willst du denn für immer auf Fehmarn bleiben?"

Die Antwort auf diese Frage war für mich sonnenklar – schließlich war es seit 40 Jahren mein Traum, auf der Ostseeinsel zu leben. Und seit fast neun Jahren habe ich diesen Traum gelebt.

Leben ist Veränderung – diese Worte hatten offenbar etwas in mir ausgelöst. Denn nach und nach mehrten sich die Anzeichen einer bevorstehenden Veränderung. In meinen Facebook-Posts und Blogartikeln war immer wieder die Rede vom Neubeginn.

Bereits vor einem Jahr erschien die erste Neuausgabe meines Buches *Neubeginn & Mee(h)r*, das 2016 zum fünfjährigen Verlagsjubiläum erschienen war, unter dem Titel *Vom Zauber des Neubeginns*.

"Aus heiterem Himmel" hatte ich das Gefühl, mich verändern zu wollen. Aber stimmt das überhaupt? Bereits vor einem Jahr, am 2. Oktober 2018, richtete ich einen Suchauftrag für eine Zweitwohnung ein und hatte ein attraktives Neubauprojekt mitten in Bamberg entdeckt, das mich auf Anhieb faszinierte: Das Quartier an den Stadtmauern. Ich hatte das Exposé angesehen und auf meinem Mac gespeichert. Wie schön wäre das, so eine moderne Neubauwohnung zu haben. Aber dann vergaß ich das wieder.

Und dann im Frühjahr 2019 war ich mit einem Mal von der Richtigkeit des Plans überzeugt, den mein Mann und ich vor 17 Jahren beschlossen hatten: Bamberg als Alterswohnsitz zu wählen, und im Urlaub in die Berge und ans Meer zu reisen.

Vor neun Wochen bin ich umgezogen und habe seitdem viele kleine "Wunder" erlebt. Besondere Menschen, die uns unerwartet begegneten, unvorhergesehene Ereignisse und Fügungen, die mir bestätigten: Alles ist gut. Ich bin dafür sehr dankbar. Es ist so aufregend, überraschend und einfach wundervoll, diesen Zauber des Neubeginns in vielen kleinen und großen Dingen zu erleben.

Ich beschloss, eine weitere Ergänzung zu diesem Buch zu schreiben, denn dieser Neubeginn in Bamberg ist großartiger als alle kleineren Neuanfänge in den letzten zwei Jahren. Er betrifft nicht nur einen Umzug – ich habe mein Haus verkauft und wohne in einer großzügigen Mietwohnung.

Das bedeutet auch einen finanziellen Neubeginn, einen großen Schritt in Richtung der finanziellen Freiheit. Aber auch Abschied zu nehmen von früheren Lebensphasen und Dinge loszulassen, die für mein zukünftiges Leben keine Bedeutung mehr haben.

Ich lebe in einer ganz neuen Umgebung und habe einen neuen Geschäftssitz für mein Unternehmen. Auch hier hat ein Neubeginn stattgefunden: in Bezug auf meine geschäftlichen Beziehungen, auf den Verlag und dessen Mitarbeiter und Kooperationspartner.

Und ich habe eine neue Lebensstufe erreicht, die sich bereits seit zwei Jahren angekündigt hatte. Ich nehme das dritte Drittel meines Lebens ins Visier – denn ich möchte gesund und glücklich 100 werden. Und dieser Neubeginn mit 67 ist eine der Voraussetzungen dafür. Da bin ich ganz sicher,

Die Neuausgabe dieses Buches wird die erste sein, die am neuen Geschäftssitz unseres Verlages erscheint. Ich bin stolz darauf, dass die Edition Forsbach als nunmehr bayerischer Verlag ihre "Pflichtstücke" an die Bayerische Staatsbibliothek in München und die Staatsbibliothek Bamberg liefern darf. Welche Ehre, in diesen großartigen Bibliotheken vertreten zu sein.

Ich habe schon länger ein zunehmendes Interesse am Thema dieses Buches beobachtet. Egal, ob du einen neuen Lebensort, eine neue Wohnung findest, einen neuen Job oder eine neue Beziehung beginnst, ob du ein Unternehmen gründen oder finanziell unabhängig werden möchtest, ob du ein neues Projekt beginnen oder eine neue Lebensstufe erreichen willst: Es gibt immer ähnliche Stufen auf diesem Weg. Man stellt fest, dass sich etwas verändern muss, man trifft Entscheidungen, hat den Mut zum Risiko, man nimmt Abschied und lässt vieles los, was einen belastet hat.

Daher findest du in diesem Buch erstmalig eine "Anleitung zum Neubeginn", mit der ich dich unterstützen möchte, deinen ganz persönlichen Neubeginn zu meistern. Viele Menschen scheuen die Veränderung, obwohl es ganz einfach wäre, ein glücklicheres Leben zu führen, statt in der alten Situation zu verharren. Denn der Zauber des Neubeginns beschützt uns und hilft uns, die anstehenden Veränderungen zu meistern!

Ich wünsche dir viel Freude beim Lesen dieses Buches

Deine Beate Forsbach Bamberg, im September 2019

16 | Vom Zauber des Neubeginns Vorwort zur Neuausgabe 2019 | 17