



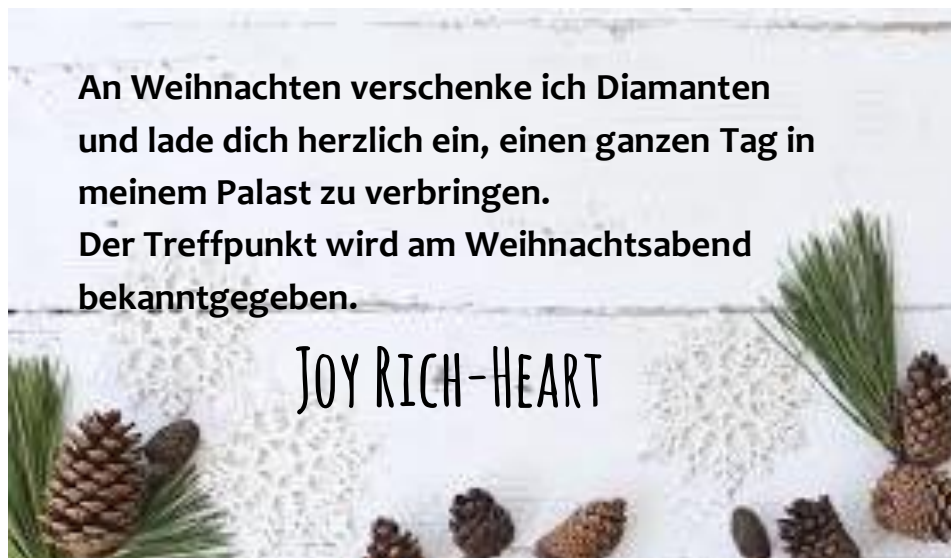
«AN WEIHNACHTEN VERSCHENKE ICH DIAMANTEN»

DIE STRESS AWAY®-WEIHNACHTSGESCHICHTE VON EVI GIANNAKOPOULOS

Joy Rich-Heart wollte Menschen an Weihnachten etwas Wichtiges schenken. Sie wollte ihnen mit einem Geschenk all das Schöne und Lebenswerte auf Erden bewusstmachen, das viele von ihnen im hektischen Alltag oft übersahen. Sie war sehr dankbar darüber, die kleinen Geschenke jedes Tages erkennen und sich an ihnen erfreuen zu können.

Getrieben von der Arbeit und Eingenommen von flimmernden Bildschirmen lebten viele Menschen an ihrem Leben vorbei, dachte sich Joy. Ob TV, PC, Tablet, Handy – ihnen galt ihre ganze Aufmerksamkeit, so dass viele den wirklichen Sinn verloren hatten, fand Joy. Sie verstand nicht, warum sich immer alles ums Geld drehte und diejenigen, die es besaßen, gierig weitermachten und Natur und Tiere zerstörten. Sie wollte Menschen auf eine Welt aufmerksam machen, die vor unseren Augen zerstört und ausgebeutet wird. «Aber was soll ich alleine denn bewegen», dachte Joy. «Mich hört doch niemand.» Dennoch, ein Versuch war es wert, und Joy Rich-Heart begann, Pläne zu schmieden.

Eine Woche später war in verschiedenen online-Kanälen ein Banner zu sehen, der in kurzer Zeit viel angeklickt, geliked, gepostet, kommentiert und gefollowed wurde. Auf dem Banner stand:



Wie viele Diamanten wolle sie verschenken, fragte die riesige online-Community. Wie viele sind es? Joy schrieb ihnen zurück, sie habe sie noch nicht alle gezählt, aber es sind so etwa drei Wiesen voll. Sie möchte vorerst nichts weiteres verraten, freue sich aber, so viele erfreute Menschen in so kurzer Zeit kennengelernt zu haben.

Am Weihnachtsabend trafen sich alle am angegebenen Treffpunkt. Es waren so viele Menschen gekommen, dass Joy überwältigt war. «Leute!» rief sie, «möchtet ihr gern Diamanten haben?»

«Ja sicher» riefen die Leute. «Und ist hier vielleicht jemand, der gern in einem Palast mit grünen Säulengängen und Decken aus beweglichem Mosaik wohnen würde?» «Klar wollen wir das!» schrien die Menschen. «Wo steht er?» «Kommt nun mit mir, lauft nur immer hinter mir her. Wir haben keine Zeit zu verlieren!» antwortete Joy und marschierte mit der Menschenmenge durch einen dunklen Wald, sie schwammen durch zwei Flüsse, sprangen über Hecken und erreichten ihren Ort. «Hier sind wir. Jetzt müssen wir nur noch warten, bis uns die Diamanten geliefert werden. Am besten, ihr legt euch hin und schlaft ein paar Stunden, in etwa drei Stunden ist es soweit.» Die Menschenmenge war ungeduldig und hatte keine Freude, nun noch lange zu warten, aber da ihnen nichts anders übrigblieb, legten sie sich hin.



Am folgenden Morgen lag die Wiese glitzernd und funkelnd unter einem roten Himmel. An jedem Grashalm, auch am kleinsten, hingen prachtvolle, silberne Diamanten, und als die Sonne aufging, verwandelten sie sich in Topase, Smaragde und Saphire, strahlend vor Licht, blinkend vor Reinheit, leuchtender als irdische Juwelen. Und mittendrin standen die Menschen und redeten von Diamanten, die jetzt wohl gefunden werden sollten. Sie sahen gespannt zu Joy, die es sich die letzten Stunden unter einer prachtvollen Eiche gemütlich gemacht hatte und die Sterne betrachtete, bis sie einschlief. Endlich erwachte Joy und stand auf. Sie trat ein paar Schritte nach vorn und liess still ihren Blick über die Wiese schweifen.

Tränen standen ihr in den Augen. «Habt ihr ein Glück», sagte sie leise. «Wie bitte?» murmelten die Leute. «Ich sagte, dass ihr Glück habt», antwortete das kleine Mädchen. «So viele Diamanten liegen da sonst nie.» «Ich sehe keine Diamanten», antworteten die Menschen. «Ihr seht keine?» fragte das Mädchen verblüfft.

«Wir sehen nichts!» riefen die Menschen ungeduldig. «Wir sehen überhaupt nicht!» Joy schlug die Hände über dem Kopf zusammen. «Wo habt ihr nur eure Augen?» rief sie. «Schaut euch doch um! Seht ihr das nicht?»

«Das ist Tau», sagte einer böse. «Und wo soll der Palast sein?» fragte ein anderer. «Dort», flüsterte das Mädchen, immer noch leicht irritiert von vorher. «Das sind Bäume» erklärte er. «Wo ist das Mosaik?» «Da» sagte Joy. Die Menschen blickten ihrem Finger nach in den Himmel hoch zum purpurnen Himmel. «Das ist doch nur Luft», sagte ein anderer. «Wo sind die Spiegel?» Das Mädchen zeigte schweigend auf die Ferne und sagt «aber die könnt ihr bestimmt sehen?!»

«Das sind Teiche! Und wo ist die Musik?» Das Mädchen horchte und schaute lächelnd zu ihnen. «Das ist eine Nachtigall, du Träumerin! Eine ganz gewöhnliche Nachtigall!» und er wollte gleich Luft holen und weiter auszuholen, da sprang sie ihm ins Wort «Seht ihr denn die Schönheiten rund um uns nicht, die immer da sind, für alle von uns? Das Schöne ist nicht nur um uns, es ist auch in uns. Wenn wir aber das da Draussen nicht schätzen, wie können wir uns selber lieben? Wir sitzen doch im gleichen Boot und erleben die selbe Fahrt des Lebens, auch wenn unterschiedlich.»

Joy blickte in verwunderte Gesichter, die Menschenmenge war so leise, dass man den Wind in den Blättern der Bäume hören konnte. Als sie sich mit gesenktem Kopf umdrehen und weggehen wollte, begann jemand in der Menge zu applaudieren. Ein weiterer folgte und plötzlich begann die Menschenmenge zu applaudieren und einander von Herzen anzulachen und einander zu umarmen. Mit vor Freude funkelnden Augen schweifte sie den Blick durch liebevolle Schwestern und Brüder, einer happy community die gerade etwas Wichtiges miteinander teilte: **Echte Diamanten des Lebens – von unschätzbarem Wert und unbezahlbar, täglich verfügbar, nicht für jeden sichtbar.**

In diesem Sinne wünsche ich euch viele Diamanten an Weihnachten und eine besinnliche Zeit.
Danke für dein Interesse an meinem Angebot. Herzlichst,

EVY GIANNAKOPOULOS



Die Autorin: Evi Giannakopoulos

ist Inhaberin von stress away® in Zürich. Die Stress-Expertin und Ausbilderin mit eidg. Fachausweis ist seit 27 Jahren spezialisiert auf Stressbewältigung, Life-Balance und Empowerment.

In [Vorträgen](#), [Seminaren](#) und [Personal Trainings](#) vermittelt sie Unternehmen und Einzelpersonen ihr Wissen und begleitet Menschen durch nachhaltige Veränderungsprozesse.

Als Autorin zahlreicher Fachartikel in Zeitungen und Zeitschriften und Radio-Interviews, ist sie regelmässig als Stress-Expertin in den [Medien](#) präsent. Ihr [Buch «Ausgestresst – Pure Lebensfreude in 9 Strategien»](#) ist im Buchhandel erhältlich.