



Susanne Schlenker, Senior Business Coach Gesundheit | Achtsamkeit | Abschied

Johann-Sebastian-Bach-Str. 10, 76684 Östringen
T +49 7253 - 93 484 11
M +49 151 - 14 12 19 24
E susanne.schlenker@gmx.de
Join me: [LinkedIn](#) & [XING](#)

Liebe Freunde,

immer wieder werde ich gefragt, wie es mir geht und was ich so mache, seit ich SAP verlassen habe. Nun wird es Zeit, Euch ein Update zu geben. Das vorherrschende Thema seit meiner Freistellung am 1. August 2015 war und ist immer noch **Abschied**.



Im September 2015 schloss ich meine Weiterbildung zum Hypnosystemischen Berater ab. Eine Zeit der Weiterentwicklung und -qualifikation ging zu Ende. Schade. Eine tolle Gruppe von Mitlernenden wird sich in dieser Form nicht mehr treffen.



Im November 2015 verstarb ganz plötzlich mein Vater. Es war eine Fügung des Schicksals und ein Geschenk, dass ich seit August viel mehr Zeit hatte und auch nutzte, um mich intensiv um meine Eltern zu kümmern, deren Gesundheit leider immer mehr nachließ.

Ein weiteres großes Geschenk für mich war, dass ich meinen Vater mit einer Meditation hinüber in die andere Welt begleiten und im Augenblick, als er seinen letzten Atemzug nahm, bei ihm sein durfte.



Im Januar 2016 gab ich meine amerikanische Staatsangehörigkeit auf.

Seit meiner Geburt bin ich Amerikanerin und war immer sehr stolz darauf. Aus verschiedenen administrativen Gründen habe ich mich schweren Herzens dazu entschlossen, meinen amerikanischen Pass abzugeben.



Am 31. Januar 2016 verließ ich endgültig SAP.

Nach fast 26 glücklichen und ereignisreichen Jahren (die Hälfte meines Lebens) trennen sich nun unsere Wege. Ich verlasse nicht nur einen Arbeitsplatz bei einer tollen Firma, sondern auch ganz viele liebe Menschen, die mein Leben sehr bereichert haben.

Jeder Abschied hat auch einen Neuanfang und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, wie Hermann Hesse in seinem Gedicht **Stufen** beschreibt (siehe Ende).

Jeder Abschied, sei es von einem geliebten Menschen, einer Firma oder der Heimat will betrauert werden. Das braucht seine Zeit!

Fundierte Kenntnisse über das Thema **Trauer und Verluste** konnte ich mir in einer weiteren hypnosystemischen Fortbildung zur Trauerbegleitung und -bewältigung aneignen. Das hat

mir in den oben genannten Verlusten sehr geholfen. Diese Erfahrungen kann ich nun mit in meine zukünftige Arbeit als Coach einfließen lassen.

Was erwächst aus der Trauer?

Mit dem **Tod meines Vaters** ist er zwar nicht mehr physisch hier, aber ich kann meine Beziehung in der Liebe zu ihm weiterleben lassen.

Mit dem **Abgeben der amerikanischen Staatsangehörigkeit** verliere ich meinen Pass, nicht aber meine Heimat und werde dafür deutsche Staatsbürgerin in einem Land, in dem ich sehr glücklich bin.

Mit dem **Verlassen der SAP** fällt der Rahmen eines fürsorglichen Unternehmens weg, aber ich habe die Chance etwas Eigenes, ganz nach meiner Leidenschaft aufzubauen.

Mein Dank gilt...

- ... meiner **Familie und meinen Freunden**, die immer hinter mir stehen
- ... meinen ehemaligen **SAP-Kollegen**, von und mit denen ich jede Menge lernen durfte
- ... meinen **SAP-Klienten, und -Achtsamkeitsfreunden**, die mir ihr Vertrauen geschenkt und erlaubt haben, sie in Coachingsitzungen und Achtsamkeitsübungen ein Stück ihres Weges zu begleiten

Meine Reise geht weiter in einem Existenzgründerseminar Anfang April.
Stay tuned for more.

Herzlichst Eure,

Susanne Schleuter



Ein Ende ist immer der Anfang von etwas Neuem

Stufen von Hermann Hesse

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 entrafen.

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!

Kein Interesse mehr? Kein Problem: [Newsletter abbestellen](#)
Gerne könnt Ihr den Newsletter auch weiterleiten: [Newsletter bestellen](#)