



Impulsräume für
Visions-Architekten

Einfach wirksam sein

Impuls No. 3

Innehalten statt antreiben

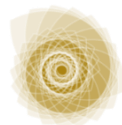
Raum entsteht, wenn du nicht mehr drängst.

Du hast gelernt, dich zu bewegen. Dich zu orientieren, zu reagieren, zu optimieren. Es war wichtig, es hat dir gedient. Doch irgendwann merkt dein System: Nicht jede Bewegung bringt dich weiter. Nicht jede Aktivität ist Ausdruck von Klarheit. Manchmal ist das ständige Antreiben nur ein Versuch, dich selbst zu überholen – aus der Angst, sonst nicht gut genug, nicht nah genug, nicht wichtig genug zu sein.

Innehalten ist kein Stillstand. Es ist kein Rückzug. Es ist ein bewusstes Lassen. Ein Erlauben, dass du nicht immer etwas wissen, tun oder verbessern musst. Es ist ein Moment zwischen den Momenten – in dem du dich wieder spürst. Dort geschieht das, was sonst im Lärm untergeht: Kontakt. Mit dir selbst. Mit deinem inneren Raum. Mit dem, was wirklich wahr ist.

Vielleicht erscheint dir das Innehalten zuerst leer. Vielleicht taucht Unruhe auf. Gedanken, die sagen: Du solltest etwas tun. Du verlierst Zeit. Du fällst zurück. Doch das ist nicht deine Wahrheit – das ist Gewohnheit. Eine alte Bewegung, die dich davon abhält, zu erkennen, was dich wirklich trägt. Wenn du stehen bleibst, spürst du: Du wirst gehalten. Nicht vom Plan. Nicht vom Druck. Sondern von etwas Tieferem.

Wirksamkeit entsteht nicht durch Tempo. Sondern durch Tiefe. Und Tiefe entsteht nur dort, wo du bereit bist, nicht weiter zu rennen. Dort, wo du atmest, bevor du antwortest. Wo du dich sammelst, bevor du gibst. Wo du ehrlich bist mit dir – auch wenn du nicht weißt, was kommt. In diesem Raum beginnt dein Wirken. Nicht aus Eile, sondern aus Wahrheit.



Erlaube ich mir, innezuhalten – auch wenn mein Kopf noch drängt, weiterzumachen?