



Impulsräume für
Visions-Architekten

Richtig sein. Immer.

Impuls No. 27

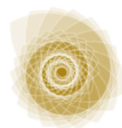
Einverstanden mit dem Jetzt

Wenn du erkennst, dass selbst das Unwillkommene dich vollständig macht.

Wir alle kennen diese Momente, in denen wir sagen: „So darf es nicht sein.“ Wir kämpfen gegen das Jetzt – gegen den Schmerz, die Müdigkeit, die Leere, die Angst. Wir sehnen uns nach einem besseren Moment, einer besseren Version von uns selbst, nach einem besseren Gefühl. Doch das Leben fragt nicht: „Fühlt sich das gut an?“ Es fragt: „Bist du da?“ Was wir als unwillkommen empfinden, ist nicht gegen uns – es ist einfach ein Teil des Ganzen. Vielleicht will es uns erinnern: Du bist nicht hier, um das Leben zu kontrollieren, sondern um es zu empfangen.

Einverstanden sein bedeutet nicht, dass wir alles gut finden oder feiern müssen. Es bedeutet nicht, dass wir das Unangenehme mögen sollen. Es bedeutet: Ich höre auf, dagegen zu kämpfen. Ich lasse das Gefühl da sein. Ich erkenne an, dass auch das, was ich gerade nicht will, Teil von mir ist – nicht als Fehler, sondern als lebendiger Ausdruck des Lebens. Vielleicht liegt genau hier eine Überraschung: Dass selbst in den Momenten, die wir ablehnen, Freude mitschwingen kann. Freude darüber, dass ich fühlen kann. Freude darüber, dass Traurigkeit mir zeigt, dass ich loslassen darf. Freude darüber, dass Wut mir die Kraft schenkt, etwas zu verändern. Freude darüber, dass Angst mich auf etwas Neues hinweist, das ich sonst übersehen hätte.

Vielleicht ist es gar nicht das Gefühl selbst, das sich schwer anfühlt – sondern unser Widerstand dagegen. Wenn wir aufhören, Gefühle in richtig und falsch einzuteilen, beginnt das Leben, sich wieder zu bewegen. Vielleicht darf alles da sein: Freude und Traurigkeit, Leichtigkeit und Schwere, Kraft und Müdigkeit – nicht als Widerspruch, sondern als Ganzes. Vielleicht geht es nicht darum, das Unangenehme wegzumachen, sondern es zu umarmen – und darin zu spüren: Ich bin lebendig.



Erlaube ich mir, Freude zu empfinden – mitten in dem Gefühl, das ich bisher abgelehnt habe – weil ich absolut richtig bin?