



Impulsräume für
Visions-Architekten

Das leise Feld

Kapitel 1: Die Desorientierung nach dem Loslassen

Impuls No. 4

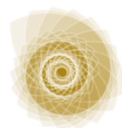
Es gibt nichts zu tun – und das überfordert

Wenn für das Zuviel im Ich kein Raum mehr ist.

Manchmal ist das Überforderndste nicht das, was zu viel ist – sondern dass gar nichts mehr da ist, woran du dich halten kannst. Keine To-Do-Liste, kein Ziel, keine Richtung. Nur ein leerer Raum, in dem sich alles aufzulösen scheint, was dich vorher zusammengehalten hat. Und du merkst: Es gibt nichts zu tun. Nicht weil du fertig wärst, sondern weil alles in dir nach einem neuen Umgang ruft. Etwas, das nicht mehr reagiert, nicht kontrolliert, nicht rennt, nicht kompensiert. Aber genau das ist schwer auszuhalten, weil du dich selbst noch nicht kennst, wenn du nichts tust. Weil Stille sich nicht wie Ruhe anfühlt – sondern wie Kontrollverlust.

Du sitzt in dir selbst und spürst, wie das Zuviel, das du warst, langsam verstummt. Kein Pushen mehr, kein Rechtfertigen, kein Reagieren – und plötzlich bist du nur noch da. Ohne Nutzen. Ohne Wirkung. Ohne Aufgabe. Und während das Außen noch ruft, merkst du, dass du innerlich nicht mehr folgen kannst. Dass da ein Drang ist, der dich früher getrieben hat – und dass dieser Drang sich jetzt fremd anfühlt. Du willst greifen, etwas tun, irgendetwas lenken – aber tief in dir weißt du, dass genau das jetzt nicht dran ist. Und das bringt dich an Grenzen, weil du keine Werkzeuge mehr hast, die funktionieren. Nur ein Dasein, das nichts produziert – und vielleicht genau deshalb so echt ist.

Vielleicht ist dieses Nichts nicht die Abwesenheit von Leben – sondern seine Rückkehr. Nicht die Leere – sondern der Anfang von Präsenz. Vielleicht zeigt dir diese scheinbare Überforderung, dass du in Wirklichkeit nicht schwach bist, sondern zum ersten Mal nicht wegläufst. Dass es nicht mehr um Effizienz geht, sondern um Wahrhaftigkeit. Und dass du dich nicht selbst verlierst, wenn du nichts mehr tust – sondern dass du dich genau dort wiederfindest.



Erlaube ich mir, nicht mehr der Mensch zu sein, der immer etwas leisten muss, um da sein zu dürfen?