

Mit Maß und Mitte

Dieses Jahr entwickelt sich ganz anders als das letzte. Ich finde das immer spannend, wie sich so gegen Januar- Februar immer heraus kristallisiert, in welche Richtung es geht. Meistens hängt das mit Stimmungen zusammen, was man so machen will, und „wohin die Reise so gehen“ soll. Wie die Beteiligten drauf sind und was sie sich für Ziele gesetzt haben. Kurzum: Das letzte Jahr war das Jahr der Reisen und Fotoausflüge und dieses Jahr fühlt sich nach dem „Jahr der Arbeit“ an. Das erste Jahr, in dem wir wirklich beide an einem Strang ziehen und uns voll der Selbstständigkeit widmen. Oder anders ausgedrückt: die letzten beiden Jahre haben wir ein bisschen herumgebummelt und uns der Freizeit gewidmet, aber dieses Jahr können wir uns diesen Luxus nicht länger erlauben.

Ein Termin jagt im Moment den Nächsten, mein Terminkalender füllt sich schneller, als ich ihn abhaken kann. Die Projekte und Ideen stapeln sich auf dem Schreibtisch, ich komme kaum dazu, sie alle zu überblicken und rechtzeitig umzusetzen. Dazu kommt meine natürliche Schlafmützigkeit und der Hang, mir die Zukunft lieber ein bisschen „auszuträumen“, als sie wirklich umzusetzen. Wenn man sich eine Sache nämlich vorstellen kann, ist es fast so gut, wie sie auch real zu erleben! Menschen mit Phantasie müssen weniger arbeiten und weniger besitzen. Eigentlich eine ganz praktische Sache!

Dennoch fühle ich mich so gehetzt. Ich hab immer das Gefühl, nicht wirklich „angekommen“ zu sein. Wenn man viele Träume und Ideen hat und für sich selbst große Ziele steckt, dann jagt man diesen Zielen immer ein Stück weit hinterher. Und es ist ganz natürlich, dass man immer zuerst „die wichtigen Projekte“ sieht, aber die schönen Dinge, die Belohnungen nach hinten schiebt. „Jetzt machen wir erst Projekt x und y fertig und dann fahren wir in den Urlaub“ heißt es oft bei uns. Aber wird Projekt x und y wirklich fertig? Und was machen wir, wenn sich zwischenzeitlich das noch wichtigere Projekt Z dazwischen

mogelt? Ich bin dann oft diejenige, die die Handbremse zieht. Die für Entschleunigung und Entspannung sorgt. Das ist wichtig. Manchmal fühle ich mich blöd dabei, weil ich dann schnell mal als „faul“ oder „bequem“ abgestempelt werde und weiteren Druck abbekomme. Außerdem habe ich ein sehr großes Schlafbedürfnis und werde vom Wetter stärker beeinflusst als andere Menschen. Aber in meinen Prinzipien kann ich auch eisern sein. Die Gesundheit ist das Wichtigste!

Mein Körper beantwortet all diese Fragen nämlich gerne mit seiner eigenen Art. Er macht bei Überlastung nicht so, wie ich das möchte. Er zickt rum, er zeigt mir, dass er altert und ständig diese Immunschwäche. Irgendeine Stimme in mir würde es gerne langsamer angehen, träumerischer, gemütlicher, aber der Druck der Realität reißt mich je aus meinen Träumen. Das ist ein Konflikt. Ein Konflikt der tatsächlichen „Notwendigkeiten“ des Lebens und ein Druck der „inneren Stimme“, die etwas anderes möchte.

„Die Realität“ ist voller unangenehmer Termine. Die Abgabetermine für die Steuererklärung, der monatliche Wechsel bei der Umsatzsteuer, der Druck alle Unterlagen beisammen zu haben, dann der Termindruck und die Besuche bei Kunden. Messen müssen geplant und bereist werden, Kontakte gepflegt, neue Produkte entwickelt werden und die Werbung muss hinterher kommen. Ein Leben für die Arbeit, so wie es das Steuer-, Finanz- und Bürokratiesystem in unserem Land gerne hätte.

In dem Moment wird man krank. Wenn man den Widerspruch nicht aushalten kann, wenn er nicht gelöst werden kann. Wenn der Druck von außen zu groß wird und du nichts entgegen setzen kannst. Wenn Du keine Lust hast, aber dennoch arbeiten musst. Vor allem, wenn Du Deine eigenen Bedürfnisse ständig nach hinten schiebst, aus Angst etwas nicht erfüllen zu können. Wenn Du das perfekte Rädchen geworden bist und Deine Zahnräder schon ein bisschen abgeschliffen sind.

Überhaupt der Druck! Manche kommen ganz gut mit ihm klar.

Brauchen ein bisschen Action und Drama, um überhaupt erst wach zu werden. Für andere reichen kleinere Einflüsse völlig aus, um mental überzulaufen.. Ich merke das immer beim Autofahren: Mein Partner möchte immer schnell und actionreich fahren. Mittendrin gähnt er und langweilt sich. Ich hingegen fühle mich wie in der Achterbahn! Gehe mit den Eindrücken und der Geschwindigkeit also ganz anders um! Für empfindliche Menschen ist das normale Leben viel anstrengender. Sie nehmen mehr auf, sie können weniger herausfiltern und sie brauchen längere Ruhephasen, um wieder „ins Lot zu kommen“.

Die ruhigen Menschen bremsen die gehetzten Menschen aus, wenn sie mal wieder zu viel zu schnell wollen! Und der gehetzte Mensch sorgt dafür, dass der Träumer nicht vollends einpennt.