

# Definition Ich

## **Definition Neuanfang:**

Ein **Neuanfang** ist die Möglichkeit alte Fehler unges(ch)ehen zu machen, den bisherigen Weg zu löschen und einen neuen erfolgreicheren Weg einzuschlagen.

I Delete this? I

I Yes I

Ein **Neuanfang** ist die wenig erfolgreiche Umsetzung des **Wunsches**, den zurückgelegten Weg zu löschen und einen neuen, erfolgreicheren Weg zu beginnen. Ein **Neuanfang** ist nicht das tatsächliche Löschen des **Alten Wegs**, sondern ein Rücktritt von diesem.

## **Beispiel:**

Ein Lauf wird ab der Hälfte abgebrochen. Du, als Läufer, joggst nun auf die Startposition zurück. Alles kann beginnen, als wäre nichts passiert. Oder?

Hört denn dein Herz auf zu rasen? Kannst du den Schweiß auf deiner Haut verschwinden lassen? Kannst du die Erschöpfung abschütteln?

Warum nicht?

Du läufst denselben Weg, den du unges(ch)ehen machen willst, zum Anfang zurück mit dem, was du auf dem Weg erworben hast.

Du stehst in den Startlöchern. Die Vorstellung ist folgende:

Das Startsignal hat es nicht gegeben, deine Beine haben die 500 Meter nicht zurückgelegt, der Fehler des Trainers beim Zeitstoppen ist nicht passiert. Du solltest dieses Rennen starten, als hätte es keinen ersten Versuch gegeben.

Du stehst auf der Startposition und doch bist du nicht mehr am Anfang des Laufs.

Du kannst nicht hoffen, dass alles gelöscht ist. Etwas bleibt.

Die Zeit, die du investiert hast, die Muskelzerrung...

Du kannst nicht hoffen, dass das Rennen dieses Mal erfolgreicher wird. Die Startposition ist dieselbe. Der gleiche unebene Boden, die gleichen schlechten Schuhe und die gleichen kurzen Beine.

### **These:**

Du kannst einen **Neuen Weg** einschlagen, aber du kannst den Punkt zum Starten nicht neu wählen.

Er bleibt derselbe. Du bleibst dieselbe Person.

Das ist die Realität eines **Neuanfangs**.

-----

### **Situation:**

Ich Trottel habe dennoch einen **Neuanfang** gewagt:

neues bundesland

neue stadt

neue wohnung

neue arbeit

**= Neue Welt**

neue vorsätze

neuer stolz

neue ansprüche

neue gewohnheiten

= **Neues Ich**

**Frage:**

Ist alles **neu**?

**Antwort:**

Ich packe meinen Koffer und nehme mit neue Klamotten, neue Bücher, eine neue Frisur, neue Interessen und fahre damit in das neue Bundesland, die neue Stadt, die neue Wohnung.

Mein **Altes Ich** packt seinen Koffer, nimmt mit sein **Neues Äußeres** und flieht in eine **Neue Welt**.

**These:**

Wenn ich aus meinem Rahmen heraustrete, werde ich mir meines Inneren bewusster.

Vorher ist mein Leben ein ganzes Gerüst, in das meine Persönlichkeit eingewoben ist -

versuche ich alles **Alte** abzuschütteln, bleibe nur noch **Ich** –

Ich bin nun das Zentrum all meiner Gedanken und Handlungen – nur **Ich** stehe in Beziehung mit mir selbst.

### **These:**

In der **Neuen Welt** gelange ich zu der Erkenntnis, dass die Vorstellungen über mich selbst hier keinen Bestand haben. Sie besitzen keinen Wert. Sie sind falsch.

### **Erklärung:**

Woher weiß ich, ob ich viel lese, viel schreibe, klug und kreativ bin? Nur wenn **Ich** im Vergleich zu meiner Umwelt, eine besondere Rolle einnehme, kann ich annehmen klug oder belesen zu sein.

Die Eigenschaften, die ich mir zuschreibe, mögen in der **Alten Welt** stimmen. In der **Neuen** sind sie nicht haltbar.

In meiner **kleinen Welt** bin **Ich** ein großer Stern, in der **großen Welt** strahlen andere viel heller.

### **Frage:**

Wer bin **Ich** denn dann noch? Worauf kann **Ich** denn noch stolz sein?

### **Antwort/Problem:**

Das was ich gern wäre, bin **Ich** nicht. Die Person, die ich sein möchte, in ihre Haut passe **Ich** nicht.

Ich scheine mir eine **Neue Natur** anzueignen, aber es ist nur Schein.

**Ich** streife mir eine neue Haut über. Sie hat die Formen und Proportionen anderer Personen, die ich bewundere. Die Haut spannt an vielen Stellen, dort wirft sie Falten, hier reißt sie. Der Stress an allen Falten und Rissen zu zupfen, zu fummeln und zu rücken, schnürt mir die restliche Luft in diesem engen Kostüm ab.

### **Beispiel:**

So läuft das: Du streifst die Haut über und sagst dir „Hier passe ich jetzt gut rein“. Du gehst auf die Straße und bemerkst die anderen, deren Ellbogen keine Falten wirft, deren Fußsohlen vollständig bedeckt sind und merkst „Oh doch nicht!“. Du denkst „Die anderen passen in ihre Häute.“

### **These:**

Du beurteilst die anderen nach ihrer Haut und dich nach deinem Inneren. Du nimmst an, deren Inneres passt perfekt zum Äußeren. Der Vergleich ist das Problem.

### **These:**

Der Schritt vom **kleinen** ins **Große** verändert die Maßstäbe und Normen, mit denen bewertet wird.

➔ **Hier ist eine neue Normalität.**

### **Frage:**

Was ist schon **normal**?

Was ist schon die **Natur**?

Ist die **Natur**, in mir drin? Wenn ja, ist sie unveränderlich? Wenn nicht, was schreibt mir die **Natur** von außen vor?

## **Definition Natur:**

**Natur** = Umwelt = alles außen von mir?

**Natur** = menschliches Wesen = Innenleben?

Ist **Natur** außen oder innen?

## **These:**

Große Worte wie **Neuanfang**, **Neue Natur** und **Neue Normalität** stehen da als erstrebenswertes Ziel. Sie führen schließlich zu Abenteuern, Horizonterweiterung und zu Selbsterkenntnis.

Das kann eine Falle sein.

Diese Vorstellung führt zum Druck von außen. Durch ständiges Umformen in der **Neuen Natur** folge ich dem **Alten Weg**, dem ich entkommen wollte.

Ein **Neuanfang** birgt die Gefahr des Verlustes, was **Ich** für wirklich und wichtig hielt.

Die Gefahr des Verlustes meiner wirklichen **Natur**.

## **Situation:**

Ich dachte, nichts aus der **Alten Welt** hat noch Bestand. Aber hier stehe **Ich** wieder. Auf demselben Weg wie vorher. Nur zusätzlich mit all dem Ballast, den ich beim **Neuanfang** auf meine Schultern geladen habe.

**Frage:** An welcher Weggabelung habe ich mich entschieden, erneut diesen Weg einzuschlagen?

Ist das alles wohl ein normaler Prozess des Erwachsenwerdens? Ist das **normal**?

**Antwort:**