

Mittwoch, 18. November 2009

Die Leere in meinem Kopf

Wenn man Großes erreicht hat, stellt sich eine totale Leere ein, denn alles hat sich auf das Große konzentriert. Somit ging das Denken über dieses eine Ereignis nicht hinaus. Ist es dann vorbei, dann stellt sich so eine Ruhe und Leere ein. Man könnte sagen, man fällt in ein Loch. Früher habe ich mich immer gefragt, was für einen Blödsinn zum Beispiel Sportler antworten, wenn sie nach einem großen Sieg immer und immer wieder antworten: Das muss ich erst mal sacken lassen. Das kann ich noch gar nicht begreifen. Da will man etwas so sehr, hat es dann und stellt fest, dass man es nicht begreifen kann? Ja! Denn was wir nicht wissen oder vergessen ist, dass jeder, der Großes erreichen oder erzielen will, auch Großes verpassen kann. Dieser Gedanke ist ebenso präsent. Somit scheint der erste Gedanke zu sein: Ein Glück, nicht gescheitert. Und über das errungene Glück macht man sich erst jetzt Gedanken. Der Trainer von Mike Tyson hat seinen Schützling genau mit dieser Methode so heiß gemacht, dass er dachte, wenn er den nächsten Kampf verliert, verliert er alles und vieles darüber hinaus. Dass alles weg ist, alles vorbei und er nichts mehr ist und hat. Diese Angst hat Tyson so angetrieben, dass er vor Kämpfen vor Angst geweint hat. Sein Gegner war somit kein Gegner, sondern jemand, der angetreten war, seine Existenz zu zerstören. Nun versteht wohl auch der Letzte, warum die frühen Kämpfe nie länger als 30 Sekunden gedauert haben und die Gegner alle ein Nahtoderlebnis für ihn waren. Es ist die Angst, die Kräfte frei setzt, von denen wir selbst nicht wussten, dass wir diese überhaupt mobilisieren können. Aber dieses Prinzip als Methode nutzt sich ab. Das Gehirn kann dieses Szenario nicht ständig wiederholen. Irgendwann sagt die Psyche auf dem Gehirn eines Mike Tysons, so schlimm wird es schon nicht kommen. Bumm. Und dann liegt er in der Ringecke. Ich beschreibe das, weil auch ich für meine Verhältnisse einen großen Sieg errungen habe. Aber da ist diese Leere in meinem Kopf. Ich denke weniger darüber nach, dass es endlich geschafft ist, sondern was passiert wäre, wenn ich gescheitert wäre. Darum diese Leere. Zudem ist ein Ziel erreicht. Ein Ziel, mit dem ich mich lange beschäftigt habe. Es liegt nun hinter mir. Dieser Gipfel ist erklommen. Somit brauche ich schnell ein neues Ziel, wenigstens in Sichtweise. Es muss noch nicht greifbar sein. Aber ich will auch diese Leere beenden und mich freuen. Warum ich das von Mike Tyson erzähle, hat einen Grund. Ich bin mir nicht sicher, ob auch ich und viele andere, gerade dann zu Höchstleistungen fähig sind, wenn wir von der Angst getrieben werden. Wenn dem so ist, dann fände ich das sehr traurig und schade, wenn es die Angst ist, die uns antreibt und nicht die Lust. Rückblickend auf mein Leben muss ich schon sagen, dass es vor allem die Angst vor dem Versagen und Verlieren war, die mich meistens wesentlich mehr angesprochen hat als die Lust. Mein Lust ist oft faul und braucht nicht viel. Meine Lust ruht. Sie verweilt, reift und genießt. Meine Lust sitzt oft einfach nur da und nimmt in sich auf. Meine Lust ist zufällig und spontan. Meine Lust überrascht mich. Meine Lust ist nicht getrieben von Selbstnutz und Eigennutz. Sie stellt die Pausen zwischen den vielen und langen Phasen der Befürchtungen und Ängste dar. Lust ist der Lohn der Angst, könnte man sagen, falls man dazu dann noch fähig und bereit ist. Wer die Lust nicht mehr empfindet, erwartet und genießt, den hat die Angst vollends im Griff.

Geschrieben von Christof Hintze in Gleichgesinnte um 19:11