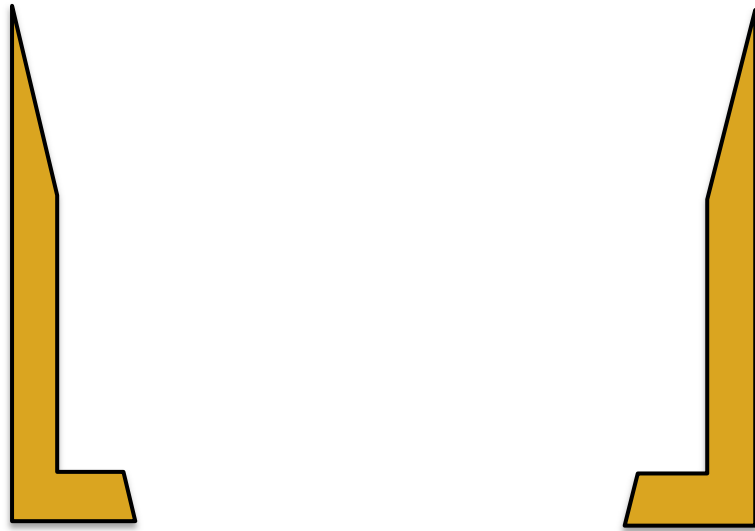




Nichts

Juni 2025

Martin

Nichts

....die etwas «andere Geschichte»

Alles beginnt mit nichts.

Und doch ist es das Nichts, das uns innehalten
lässt, wenn alles zu viel wird.

Wer dem Nichts begegnet, begegnet vielleicht sich
selbst – oder etwas, das grösser ist als alles.

Nichts - das Buch

Dieses Buch ist eine Einladung.

Eine Einladung, das zu entdecken, was wir oft übersehen – oder vermeiden: das Nichts.

In einer Welt, die sich unaufhörlich dreht, in der Zeit ein Luxus ist und Stille fast schon verdächtig wirkt, ist das Nichts ein stiller Begleiter. Manchmal gefürchtet.

Manchmal ersehnt. Oft überhört.

Dieses Buch erzählt von Menschen, die unterwegs sind. Gehetzt, verplant, effizient. Menschen, die funktionieren – aber nicht wirklich da sind. Und dann, ganz plötzlich, begegnen sie dem Nichts.

Nicht als grosses Ereignis. Nicht als dramatischer Wendepunkt. Sondern als leiser Moment. Ein Atemzug. Ein Blick. Ein Innehalten.

Was sie dabei erleben, verändert sie. Manchmal kaum merklich. Manchmal grundlegend. Denn das Nichts ist nicht leer. Es ist voll – von Möglichkeiten, von Klarheit, von Leben.

Dieses Buch ist kein Ratgeber. Es gibt keine Tipps, keine Methoden, keine Versprechen. Es ist ein Spiegel. Ein Raum. Ein leiser Ruf.

Ein Ruf, der sagt: Du musst nicht mehr tun. Du darfst einfach sein.

Denn vielleicht beginnt alles mit einem Moment der Stille. Mit einem Raum, der nicht gefüllt werden muss.

Mit einem Nichts, das trägt.

Und vielleicht – ist genau das der Anfang von allem.

Inhalt

Prolog: Die Teilung	6
Teil 1: Die Rastlosen.....	9
Der Pendler	11
Die Konferenzfrau.....	14
Der Junge mit dem Timer	17
Die Mutter mit den Listen.....	20
Der Manager im Fahrstuhl	23
Teil 2: Die Begegnung	26
Die Stille im Wald	27
Der leere Kalender	30
Die Pause im Gespräch.....	32
Der Blick aus dem Fenster	35
Die Stunde ohne Ziel	37
Teil 3: Die Erkenntnis	39
Der Moment vor dem Gedanken	41
Die Kraft der Leere	43
Das Gespräch mit dem Nichts	45
Die Rückkehr	47
Der Ursprung	49
Epilog: Die Rückkehr der Stille.....	51

Prolog: Die Teilung

Es ist still. Nicht die Art von Stille, die man kennt – nicht die Stille nach einem Gespräch, nicht die Stille eines leeren Raumes. Es ist eine andere Stille.

Eine, die sich anfühlt wie ein Raum ohne Wände.

Eine Stille, die nicht leer ist, sondern voll – voll von etwas, das sich nicht benennen lässt.

Ein Körper liegt in einem Bett. Die Decke ist bis zum Kinn gezogen, der Atem flach, die Stirn leicht feucht.

Der Schlaf ist kein tiefer See, sondern ein flackerndes Zwielficht. Etwas bewegt sich unter der Oberfläche – ein Gedanke, ein Bild, ein Gefühl, das keinen Namen hat.

Dann – ein Geräusch. Zuerst kaum wahrnehmbar, wie ein ferner Windhauch in einem Traum, den man fast vergessen hat. Ein Surren. Ein leises, sägendes Geräusch. Eine Bandsäge. Sie sägt Holz – langsam, gleichmässig, mit einer fast unheimlichen Ruhe.

Das Geräusch ist nicht nah, aber auch nicht fern. Es ist da – irgendwo zwischen den Dingen.

Mit jedem Schnitt scheint sich etwas zu lösen. Ein Gedanke. Ein Teil der Nacht. Ein Stück der Welt. Die Säge wird lauter. Nicht aggressiv – aber

eindringlich. Sie schneidet nicht nur Holz. Sie schneidet durch die Zeit. Durch das Denken. Durch das Ich.

Und dann – ein letzter Schnitt. Ein Riss. Ein Moment, in dem alles auseinanderfällt.

Dann: Nichts. Ein Nichts, das nicht leer ist, sondern vollkommen. Ein Nichts, das atmet. Ein Nichts, das bleibt.

Die Augen öffnen sich. Die Decke ist dieselbe. Der Raum auch. Aber etwas ist anders. Etwas ist geschehen – oder hat aufgehört zu geschehen.

Die Person sitzt aufrecht im Bett. Der Körper ist wach, aber der Geist hängt noch zwischen den Welten.

Ein Echo der Säge liegt in der Luft – oder nur im Inneren? War es ein Traum? Ein Zeichen? Ein Schnitt?

Beim Zähneputzen kreisen die Gedanken. Was wurde da getrennt? Ein Stück Holz? Ein Gedanke? Ein Teil von mir?

Was war schlimmer – der Lärm? Oder das Nichts danach? Oder war es vielleicht beides – zusammen – was etwas geöffnet hat?

Vielleicht beginnt alles mit einer Teilung. Vielleicht ist das Nichts nicht das Ende, sondern der Anfang. Vielleicht ist das, was wir für Leere halten, in

Wahrheit der Ursprung. Ein Raum, in dem alles
möglich ist. Ein Schnitt – und dann: Schöpfung.

Teil 1: Die Rastlosen

Sie sind überall. In den Strassen, in den Zügen, in den Büros, in den Gedanken. Sie tragen Uhren, Kalender, Verantwortung. Sie leben in Takten, in Terminen, in To-do-Listen. Sie sind schnell – und doch immer zu spät. Sie sind effizient – und doch nie wirklich da. Sie sind verbunden – und doch oft allein.

Die Welt, in der sie leben, ist laut. Nicht nur durch Geräusche, sondern durch Erwartungen. Sie verlangt Leistung, Präsenz, Reaktion. Sie duldet keine Lücken, keine Pausen, kein Zögern. Wer innehält, fällt zurück. Wer schweigt, wird überhört. So glauben sie.

Und doch – manchmal, ganz selten, geschieht etwas.

Ein Moment, der nicht geplant war. Ein Blick, der länger dauert als nötig. Ein Atemzug, der nicht in den Zeitplan passt. Ein Riss im Rhythmus. Ein leiser Schatten, der sich über den Tag legt – oder ein Licht, das durch eine unsichtbare Tür fällt.

Das Nichts. Es kommt nicht mit Paukenschlägen. Es kommt in der Stille zwischen zwei Gedanken. Im Warten auf den nächsten Zug. Im Verstummen

mitte im Satz. Im Blick aus dem Fenster, der plötzlich nicht mehr zurückkehrt.

In diesem ersten Teil begegnen wir Menschen, die unterwegs sind. Sie rennen, sie planen, sie kämpfen – gegen die Zeit, gegen sich selbst, gegen das Gefühl, dass etwas fehlt. Sie sind nicht unglücklich. Aber auch nicht ganz da. Und dann – ganz unerwartet – berührt sie das Nichts. Nicht als Antwort. Nicht als Lösung. Sondern als Frage. Eine Frage, die bleibt. Eine Leere, die nicht leer ist. Ein Raum, der sich öffnet – und etwas in Bewegung bringt.

Vielleicht ist es nur ein Flackern. Vielleicht ist es der Anfang von etwas. Vielleicht ist es der Anfang von allem.

Der Pendler

Elias stand jeden Morgen um 5:45 Uhr auf. Nicht, weil er es wollte. Sondern weil es so sein musste. Der Wecker vibrierte leise auf seinem Nachttisch, kaum hörbar, aber unnachgiebig. Er stand auf, duschte, trank einen exakt halb gefüllten Kaffee, zog das Hemd an, das er am Vorabend gebügelt hatte, und verliess die Wohnung um 6:21 Uhr. Der Zug fuhr um 6:32 Uhr. Immer.

Der Bahnsteig war wie jeden Morgen grau, kühl, funktional. Menschen standen dort wie Figuren in einem eingefrorenen Film. Kopfhörer.

Thermobecher. Müde Augen. Niemand sprach. Niemand sah sich an.

Alle warteten auf das, was sie wegbringen würde.

Elias setzte sich immer auf denselben Platz: Fenster, zweite Reihe, links. Er klappte den Laptop auf, noch bevor der Zug sich in Bewegung setzte. Mails. Termine. Präsentationen. Er war gut in dem, was er tat. Schnell. Klar. Verlässlich. Aber manchmal – ganz selten – fragte er sich, ob das genügte.

An diesem Morgen war etwas anders. Der Zug fuhr los, wie immer. Doch nach wenigen Minuten blieb er stehen.

Mitten im Nirgendwo. Kein Bahnhof. Kein Hinweis.
Kein Lautsprecher. Nur das leise Surren der
Klimaanlage – und dann: nichts.

Elias sah auf sein Handy. Kein Empfang. Kein
WLAN.

Er versuchte, sich zu konzentrieren. Doch der
Cursor auf dem Bildschirm blinkte nur. Er blickte
aus dem Fenster. Nebel lag über den Feldern. Ein
Baum stand dort, allein, wie aus einer anderen Zeit.
Und plötzlich war da – Stille.

Nicht die Stille eines abgeschalteten Geräts.
Sondern eine Stille, die sich ausbreitete. In den
Raum. In ihn. Eine Stille, die nicht leer war, sondern
voll. Voll von etwas, das er nicht benennen konnte.

Er legte den Laptop zur Seite. Zum ersten Mal seit
Langem tat er – nichts. Er sass einfach da. Und
atmete.

Die Minuten vergingen. Niemand sprach. Niemand
klagte. Es war, als hätte der Zug nicht nur
angehalten, sondern die Zeit selbst.

Als der Zug sich wieder in Bewegung setzte, war
etwas anders. Nicht viel. Nur ein Hauch. Aber Elias
spürte es. Etwas war in ihm in Bewegung geraten –
gerade weil alles stillgestanden hatte.

Er klappte den Laptop nicht wieder auf. Er sah aus dem Fenster. Und der Baum stand noch immer da. Unverändert. Und doch – vollkommen gegenwärtig.

Die Konferenzfrau

Nora liebte Flughäfen. Nicht wegen der Orte, zu denen sie führten – sondern wegen der Bewegung. Das Rollen des Koffers, das Klicken der Absätze auf glänzenden Böden, das Summen der Durchsagen.

Alles war in Bewegung. Alles hatte Richtung. Alles war kontrollierbar.

Sie war Beraterin. Strategie, Kommunikation, Change Management – Worte, die sich gut anhörten und noch besser verkaufen liessen. Sie war schnell, präzise, präsentabel. Sie konnte in drei Sprachen pitchten, während sie im Kopf schon den nächsten Flug buchte. Ihr Kalender war ein Kunstwerk aus Farben, Blöcken und Erinnerungen. Sie war stolz darauf, nie Zeit zu verschwenden.

An diesem Morgen war sie in Zürich gelandet, um 7:10 Uhr. Um 8:00 Uhr stand sie auf der Bühne eines Kongresszentrums, Mikrofon am Revers, Lächeln im Gesicht. Sie sprach über Agilität, über Wandel, über die Zukunft. Sie sprach schnell, klar, überzeugend – wie immer.

Doch dann, mitten im Satz, geschah es. Ein Kratzen im Hals. Ein Husten. Ein Moment der Irritation – und dann: Nichts. Keine Stimme. Kein Ton. Nur Stille.

Sie versuchte zu sprechen. Nichts. Sie lächelte, hob entschuldigend die Hände, trank Wasser. Doch die Stimme blieb verschwunden – wie ausgelöscht.

Ein Kollege sprang ein. Sie wurde höflich vom Podium begleitet. Im Backstage-Bereich sass sie auf einem Stuhl, stumm, mit einem Glas Wasser in der Hand. Niemand sprach sie an. Niemand wusste, was zu sagen war.

Zum ersten Mal seit Jahren hatte sie nichts zu tun. Kein Call. Kein Meeting. Kein Plan. Nur sie – und das, was fehlte.

Sie ging hinaus. Die Sonne stand tief über dem See. Menschen sassen auf Bänken, gingen spazieren, hielten Hände. Sie setzte sich auf eine Mauer, zog die Schuhe aus und liess die Füße über dem Wasser baumeln.

Es war still. Nicht unangenehm. Nicht leer. Einfach – still.

Sie hörte das Wasser. Den Wind. Ein Kind lachen. Und in sich – nichts. Kein Gedanke. Kein Ziel. Kein „Was kommt als Nächstes?“. Nur ein Raum. Ein Raum, in dem sie nicht funktionieren musste. Ein Raum, in dem sie einfach war.

Sie wusste nicht, wie lange sie dort sass. Aber als sie aufstand, war etwas anders. Nicht viel. Nur ein Hauch. Aber sie spürte ihn.

Am Abend schrieb sie in ihr Notizbuch – etwas, das sie seit Jahren nicht mehr getan hatte:

„Heute habe ich nicht gesprochen. Und zum ersten Mal seit Langem habe ich etwas gehört.“

Der Junge mit dem Timer

Leo war sechzehn und effizient. Sein Tag begann um 6:00 Uhr mit einem Vibrationsalarm, der ihn sanft aus dem Schlaf holte. Er trank einen Proteinshake, machte 20 Minuten Homeworkout, duschte kalt, checkte Nachrichten, scrollte durch drei Lern-Apps und verliess das Haus um 7:12 Uhr. Alles war getaktet. Alles hatte seinen Platz. Sein Leben war eine Abfolge von Blöcken – 15 Minuten, 30 Minuten, 45 Minuten. Sein Handy war sein Taktgeber. Seine Smartwatch sein Dirigent.

Er war gut in der Schule. Nicht, weil er besonders interessiert war, sondern weil er wusste, wie man sich organisiert. Er hatte sich selbst optimiert. Sein Zimmer war aufgeräumt, sein Schreibtisch leer, sein Kopf voll. Er war jung – aber nie wirklich unbeschwert.

An einem Mittwochmorgen geschah es. Er war schon fast an der Bushaltestelle, als er es bemerkte: Sein Handy war nicht in der Tasche. Er blieb stehen.

Ein kurzer Schock. Dann Panik.

Er wollte zurücklaufen – doch der Bus kam. Er stieg ein. Ohne Handy. Ohne Timer. Ohne Kontrolle.

Die ersten Minuten waren wie ein Entzug. Er fühlte sich nackt. Er wusste nicht, wie spät es war. Er wusste nicht, was als Nächstes kam. Er wusste nicht, was er mit seinen Händen tun sollte.

In der Schule war es, als würde er durch Nebel gehen. Er konnte sich nicht konzentrieren. Er hatte das Gefühl, ständig etwas zu verpassen. Doch niemand schien es zu bemerken.

Nach der Schule ging er nicht direkt nach Hause. Er lief einfach los. Ohne Ziel. Ohne Plan. Er kam an einem kleinen Park vorbei, den er kannte – aber nie betreten hatte. Er setzte sich auf eine Bank. Und tat – nichts.

Kein Bildschirm. Kein Ton. Kein Input. Nur er. Und der Wind.

Und das Rascheln der Blätter. Und ein alter Mann, der Tauben fütterte.

Zuerst war es unangenehm. Dann seltsam. Dann – still.

Er sass dort lange. Er wusste nicht, wie lange. Aber es war das erste Mal seit Monaten, dass er nicht wusste, wie spät es war – und es ihm egal war.

Als er nach Hause kam, lag das Handy auf dem Schreibtisch. Er nahm es in die Hand. Aber er schaltete es nicht ein. Noch nicht.

Er setzte sich an den Schreibtisch, nahm ein leeres Blatt Papier und schrieb:

„Heute war nichts. Und es war gut.“

Die Mutter mit den Listen

Miriam war eine Meisterin der Organisation. Zwei Kinder, Teilzeitjob, Haushalt, Elternabende, Geburtstagsgeschenke, Zahnarzttermine – alles hatte seinen Platz. Ihr Leben war ein fein austariertes System aus Listen, Erinnerungen und Routinen. Sie wusste, wann die Milch leer war, wann der Turnbeutel gewaschen werden musste und wann der nächste Impftermin anstand. Sie wusste alles – ausser, wie es ihr selbst ging.

Ihr Kalender war farblich codiert: Blau für die Kinder, Grün für die Arbeit, Rot für „Wichtig!“, Grau für „Später“. Es gab kein Feld für „Ich“. Dafür war keine Zeit.

An einem Dienstagvormittag hatte sie einen Termin in einem städtischen Verwaltungsgebäude. Etwas mit Formularen, Unterschriften, Bürokratie. Sie war zu früh dran – ein seltener Zustand, der sie fast nervös machte. Die Empfangsdame bat sie, kurz im Wartezimmer Platz zu nehmen. „Raum 3.1, die Tür ist offen.“

Sie ging den Flur entlang, öffnete die Tür – und blieb stehen. Der Raum war leer. Kein Tisch. Kein Stuhl. Kein Mensch. Nur weisse Wände, ein Fenster, Licht.

Sie trat ein. Zögerlich. Sie wollte gerade umdrehen, da fiel die Tür hinter ihr ins Schloss. Nicht laut. Aber endgültig.

Sie stand da. Mit ihrer Tasche, ihrem Handy, ihrem Plan. Und plötzlich – war da nichts.

Kein Geräusch. Kein Auftrag. Kein „Mama, wo ist mein...?“ Nur sie. Und der Raum.

Zuerst war es unangenehm. Wie ein Fehler im System. Dann wurde es still. Nicht nur um sie herum – sondern in ihr.

Sie setzte sich auf den Boden. Einfach so. Sie lehnte sich an die Wand, schloss die Augen. Und atmete.

Zum ersten Mal seit Langem spürte sie sich selbst. Nicht als Funktion. Nicht als Rolle. Sondern als Körper. Als Wesen. Als Frau.

Sie wusste nicht, wie lange sie dort sass. Vielleicht fünf Minuten. Vielleicht eine Ewigkeit. Dann klopfte es. Ein Mitarbeiter öffnete die Tür, sah sie überrascht an. „Oh – ich dachte, hier sei niemand.“ Sie lächelte.

„Ich war auch überrascht.“

Als sie später durch die Stadt ging, liess sie das Handy in der Tasche. Sie kaufte sich einen Kaffee – nicht, weil sie musste, sondern weil sie wollte.

Und sie schrieb auf die Rückseite eines alten Einkaufszettels:

„Heute war nichts. Und ich war da.“

Der Manager im Fahrstuhl

David war ein Mann der Zahlen. Er glaubte an Effizienz, an Struktur, an Kontrolle. Sein Terminkalender war minutiös geplant, seine Sprache präzise, seine Kleidung makellos. Er war Abteilungsleiter in einem grossen Unternehmen – und stolz darauf, dass man sich auf ihn verlassen konnte.

Emotionen waren für ihn wie Wetter: man nahm sie zur Kenntnis, aber man liess sich nicht davon leiten.

Er betrat das Bürogebäude wie jeden Morgen um 7:58 Uhr. Die Lobby war still, der Empfangsbereich leer. Er drückte den Knopf für den Fahrstuhl, stieg ein, drückte die 12. Etage. Der Fahrstuhl setzte sich in Bewegung. David öffnete seine E-Mails auf dem Smartphone, überflog die Betreffzeilen, markierte Prioritäten.

Dann – ein Ruck. Ein kurzes, mechanisches Geräusch. Stillstand.

Er sah auf. Die Anzeige blinkte. Kein Netz. Kein Signal. Kein Ton.

Er drückte den Notrufknopf. Nichts. Er wartete. Eine Minute. Zwei. Er versuchte, ruhig zu bleiben. Doch in seinem Inneren begann etwas zu vibrieren – nicht das Handy, sondern etwas Tieferes.

Er war gefangen. In einem Raum von zwei Quadratmetern. Ohne Kontrolle. Ohne Ausweg. Ohne Zeitplan.

Zuerst versuchte er, sich abzulenken. Er zählte die Schrauben in der Wandverkleidung. Er überprüfte seine Uhr. Er atmete flach.

Dann – irgendwann – liess er los. Nicht aus Einsicht, sondern aus Erschöpfung. Er setzte sich auf den Boden. Lehnte den Kopf gegen die Wand. Und atmete.

Langsam. Tief. Bewusst.

Es war still. Nicht unangenehm. Nicht bedrohlich. Einfach – still.

Er hörte seinen Atem. Seinen Herzschlag. Ein leises Knacken im Metall. Und in sich – nichts.

Kein Gedanke. Kein Plan. Kein „Was jetzt?“. Nur ein Raum. Ein Moment. Ein Sein.

Als der Fahrstuhl sich plötzlich wieder in Bewegung setzte, zuckte er nicht einmal. Er stand auf, klopfte sich die Hose ab, steckte das Handy ein – ohne es anzusehen.

Die Türen öffneten sich. Er trat hinaus. Langsam. Bewusst.

An seinem Schreibtisch angekommen, öffnete er nicht sofort den Laptop. Er sah aus dem Fenster.

Die Stadt lag da, wie immer. Aber etwas in ihm war anders.

Er nahm einen Stift, schrieb auf einen Notizzettel:

„Heute war ich eingeschlossen. Und zum ersten Mal – frei.“

Teil 2: Die Begegnung

Etwas hat sich verändert. Nicht laut. Nicht sichtbar. Aber spürbar – wie ein leiser Luftzug in einem geschlossenen Raum. Die Menschen, die zuvor durch ihre Tage hetzten, haben etwas berührt. Etwas, das sie nicht benennen konnten. Etwas, das nicht greifbar war – und doch geblieben ist.

Das Nichts.

Es kam nicht mit Antworten. Es kam nicht mit Lösungen. Es kam als Leere. Und blieb als Raum.

In diesem Teil beginnen die Begegnungen. Nicht mit anderen – sondern mit sich selbst. Mit dem, was zwischen den Gedanken liegt. Mit dem, was entsteht, wenn nichts geschieht.

Die Figuren aus dem ersten Teil kehren zurück. Nicht als neue Menschen – aber als Menschen, die begonnen haben, anders zu sehen. Sie erleben Momente, in denen das Nichts nicht mehr stört, sondern trägt. In denen es nicht mehr als Mangel erscheint, sondern als Möglichkeit. Ein Raum zum Atmen. Zum Lauschen. Zum Sein. Vielleicht ist es noch zaghaft. Vielleicht ist es noch brüchig. Aber es ist da – das Bewusstsein, dass das Nichts nicht das Ende ist. Sondern ein Anfang.

Die Stille im Wald

Der Wald war still. Nicht leer – aber still. Ein lebendiges Schweigen, durchzogen vom Rascheln der Blätter, dem Knacken von Ästen, dem entfernten Ruf eines Vogels. Elias stand am Rand des Waldweges und atmete tief ein. Er war nicht sicher, warum er sich für dieses Wochenende angemeldet hatte. Ein Meditationsretreat. Drei Tage Schweigen. Kein Handy. Kein Reden. Kein Ziel.

Er hatte das Formular ausgefüllt, ohne lange nachzudenken. Vielleicht war es der Moment im Zug gewesen. Vielleicht war es das Gefühl, dass da etwas in ihm zu klingen begonnen hatte – leise, aber unüberhörbar. Etwas, das nicht mehr in Tabellen passte.

Nora war ebenfalls da. Sie hatte sich nicht angemeldet, um zu schweigen – sondern um zu hören. Seit dem Tag, an dem ihre Stimme versagt hatte, war etwas in ihr wach geworden. Ein Bedürfnis nach Raum. Nach Tiefe. Nach etwas, das nicht in PowerPoint-Folien passte.

Sie erkannte Elias nicht. Und er sie auch nicht. Sie saßen nebeneinander auf Holzbänken, blickten in den Wald, hörten dem Wind zu. Und sagten – nichts.

Am ersten Tag war das Schweigen schwer. Die Gedanken waren laut. Der Körper unruhig. Die Zeit dehnte sich wie Kaugummi.

Am zweiten Tag wurde es stiller. Nicht draussen – sondern innen. Die Gedanken wurden langsamer. Die Augen sahen mehr. Ein Käfer auf einem Blatt. Ein Sonnenstrahl auf der Haut. Ein Atemzug, der sich anfühlte wie ein Gebet.

Am dritten Tag geschah etwas. Elias und Nora begegneten sich auf einem schmalen Pfad. Sie blieben stehen. Sahen sich an. Kein Wort. Kein Lächeln. Kein Bedürfnis, etwas zu tun. Nur ein Blick.

Ein Erkennen. Ein gemeinsames Schweigen.

Sie gingen ein Stück gemeinsam. Langsam. Schritt für Schritt. Zwei Menschen, die nichts voneinander wussten – und doch verbunden waren. Nicht durch Geschichten. Sondern durch Stille.

Am Abend sassen sie wieder auf der Bank. Der Wald war dunkel geworden. Ein Käuzchen rief. Der Wind bewegte die Bäume wie Gedanken, die man nicht mehr festhalten muss.

Als das Retreat endete, verabschiedeten sie sich mit einem Nicken. Kein Name. Kein Kontakt. Kein Versprechen. Nur ein stilles Wissen: Etwas war

geschehen. Etwas war da gewesen. Etwas – das blieb.

Der leere Kalender

Leo hatte sich verändert. Nicht viel – aber genug, dass er es selbst bemerkte. Seit dem Tag ohne Handy war etwas in ihm wach geworden. Ein leiser Zweifel. Ein Wunsch nach Raum.

Er hatte es nicht geplant. Es war eher ein Impuls. Ein Gedanke, der kam, als er am Sonntagabend seinen Kalender für die Woche füllte. Er sah auf den Mittwoch – und liess ihn leer.

Ein ganzer Tag. Ohne Termine. Ohne Struktur. Ohne Ziel.

Am Dienstagabend fühlte es sich noch aufregend an.

Fast wie ein geheimer Plan. Am Mittwochmorgen – war da Angst. Was, wenn er Zeit verschwendete? Was, wenn er nichts „Sinnvolles“ tat?

Er frühstückte langsam. Ohne Podcast. Ohne Nachrichten. Er ging spazieren. Ohne Ziel. Ohne Schrittzähler. Er setzte sich auf eine Bank. Die gleiche wie damals. Aber diesmal war es anders. Diesmal war es freiwillig.

Er beobachtete Menschen. Ein Kind, das mit einem Stock im Sand malte.

Eine alte Frau, die Tauben fütterte. Ein Mann, der einfach nur dasass – wie er.

Er spürte, wie sich etwas in ihm weitete. Ein Raum, der sonst von Aufgaben gefüllt war. Ein Raum, in dem nichts geschah – und gerade deshalb alles möglich war.

Am Nachmittag lag er auf dem Boden seines Zimmers. Die Sonne fiel durch das Fenster. Er hörte Musik – nicht zum Lernen, nicht zum Einschlafen, einfach nur so. Er schloss die Augen. Und lächelte.

Am Abend öffnete er seinen Kalender. Er sah auf die leere Spalte. Und schrieb hinein:

„Heute war nichts. Und ich war frei.“

Die Pause im Gespräch

Miriam sass am Küchentisch. Gegenüber ihre Freundin Carla, mit der sie früher nächtelang geredet hatte – über Träume, Reisen, Männer, das Leben.

Jetzt redeten sie über Kita-Plätze, Schulprobleme, Zeitmanagement. Es war ein gutes Gespräch. Vertraut. Aber auch eng.

Miriam schenkte Tee nach, während Carla von ihrem neuen Projekt erzählte. Sie nickte, stellte Zwischenfragen, lächelte an den richtigen Stellen. Doch innerlich war sie müde. Nicht körperlich – sondern müde vom Funktionieren.

Dann fragte Carla plötzlich: „Und wie geht es dir wirklich, Miriam?“

Die Frage traf sie wie ein Windstoss in einem geschlossenen Raum. Sie wollte antworten. Wirklich.

Aber sie konnte nicht.

Sie öffnete den Mund – und schloss ihn wieder. Nicht, weil sie nichts zu sagen hatte. Sondern weil sie spürte, dass Worte nicht reichten. Nicht jetzt.

Sie sah Carla an. Und schwieg.

Die Pause war lang. Zu lang für ein gewöhnliches Gespräch. Aber Carla wartete. Sie sagte nichts. Sie liess den Raum offen.

Miriam spürte, wie sich etwas in ihr regte. Ein leiser Widerstand – gegen das Schweigen. Dann ein Nachgeben. Ein Loslassen.

Sie atmete tief ein. Und aus. Und wieder ein. Und plötzlich war da – nichts.

Kein Gedanke. Kein Plan. Kein „Ich sollte jetzt...“
Nur ein Moment. Ein Raum. Ein Sein.

Sie erinnerte sich an den leeren Raum im Amt.
An die Stille. An das Gefühl, nicht gebraucht zu werden – und dadurch sich selbst zu begegnen.
Jetzt war es wieder da. Nicht als Erinnerung.
Sondern als Gegenwart.

Sie sah Carla an. Und sagte leise: „Ich weiss es nicht. Ich weiss wirklich nicht, wie es mir geht. Aber ich glaube, ich will es herausfinden.“

Carla nickte. Nicht mitleidig. Nicht belehrend.
Einfach nur da. „Dann lass uns schweigen. Und sehen, was kommt.“

Sie sassen da. Zwei Frauen. Zwei Leben. Ein Moment. Kein Gespräch. Und doch – alles gesagt.
Die Uhr tickte. Draussen fuhr ein Auto vorbei. Ein Vogel landete auf dem Fenstersims. Und in der

Küche war es still. Nicht leer. Sondern voll. Voll von etwas, das keinen Namen hatte – aber Bedeutung.

Als Miriam später allein war, nahm sie ein Blatt Papier. Sie schrieb keine Liste. Keine To-dos. Nur einen Satz:

„Heute habe ich nicht geantwortet. Und zum ersten Mal – zugehört.“

Der Blick aus dem Fenster

David hatte sich verändert. Nicht radikal. Nicht sichtbar für andere. Aber spürbar – für ihn selbst. Seit dem Tag im steckengebliebenen Fahrstuhl war etwas in ihm aufgebrochen. Ein Riss im Beton seiner Gewohnheiten. Ein leiser Zweifel an der Unverrückbarkeit seiner Routinen.

Er war immer noch pünktlich. Immer noch effizient. Aber morgens, bevor er den Laptop aufklappte, tat er etwas Neues: Er setzte sich an das Fenster seines Büros – und sah hinaus.

Fünf Minuten. Keine E-Mails. Kein Telefon. Kein Denken. Nur schauen.

Am Anfang war es ungewohnt. Er fühlte sich dabei ertappt, als würde er etwas Verbotenes tun. Zeit verschwenden. Nicht produktiv sein.

Doch mit jedem Tag wurde es leichter. Und reicher.

Er begann, Dinge zu sehen, die er nie bemerkt hatte:

Wie das Licht sich über die Dächer bewegte. Wie ein Baum im Innenhof sich im Wind wiegte. Wie Menschen kamen und gingen – jeder in seiner eigenen Welt.

Er sah nicht nur – er begann zu fühlen. Nicht viel. Aber genug, um zu merken, dass da etwas war.

Etwas, das nicht in Zahlen passte. Etwas, das nicht geplant werden konnte.

Eines Morgens sah er einen Vogel auf dem Fenstersims landen. Ein kleiner Spatz, der kurz innehielt, sich umsah – und dann wieder davonflog. David lächelte. Nicht, weil es besonders war. Sondern weil es genügte.

Er begann, diese fünf Minuten zu schützen. Wie einen stillen Schatz. Ein Raum, in dem nichts geschah – und gerade deshalb alles möglich war.

Er schrieb sich selbst eine Notiz, die er unter die Tastatur klemmte:

„Fünf Minuten Nichts. Jeden Tag. Für alles, was zählt.“

Und manchmal, wenn der Tag besonders laut war, wenn die Meetings sich stapelten und die Entscheidungen schwer wogen, dann lehnte er sich zurück, sah aus dem Fenster – und erinnerte sich: Das Wesentliche ist oft das, was nicht laut ruft. Sondern still bleibt.

Die Stunde ohne Ziel

Nora hatte sich verändert. Nicht äusserlich – sie trug noch immer ihre schlichten, eleganten Blusen, ihre sorgfältig gewählten Worte, ihre Haltung, die sagte: „Ich weiss, wohin ich gehe.“ Aber innerlich war etwas in Bewegung geraten. Seit dem Retreat im Wald war da ein leiser Widerstand gegen das Immerweiter, Immerhöher, Immermehr. Ein Wunsch, der sich nicht in Worte fassen liess – nur in ein Gefühl: Raum.

An einem Freitagnachmittag, zwischen zwei Terminen, hatte sie plötzlich eine Lücke. Ein Meeting war ausgefallen. Eine Stunde. Sechzig Minuten, die nicht verplant waren. Früher hätte sie sie sofort gefüllt – mit E-Mails, mit To-dos, mit einem schnellen Call.

Doch diesmal tat sie etwas anderes.

Sie nahm ihre Tasche, verliess das Bürogebäude, ging hinaus auf die Strasse – und lief los. Ohne Ziel. Ohne Richtung. Ohne Absicht.

Zuerst war es ungewohnt. Sie fühlte sich wie eine Figur, die aus dem Drehbuch gefallen war. Die Stadt war laut, geschäftig, zielgerichtet. Und sie – war einfach da.

Sie bog in eine kleine Seitenstrasse ein, die sie nie zuvor bemerkt hatte. Ein Café mit alten Holztischen. Ein Schaufenster voller Bücher. Ein Brunnen, in dem das Wasser leise plätscherte.

Sie blieb stehen. Setzte sich auf den Rand des Brunnens. Und sah.

Menschen gingen vorbei. Ein Kind zog seine Mutter am Arm. Ein alter Mann trug eine Zeitung unter dem Arm. Ein Hund schnupperte an einem Laternenpfahl.

Nora atmete. Langsam. Tief. Zum ersten Mal an diesem Tag spürte sie ihren Körper. Nicht als Funktion – sondern als Präsenz.

Sie nahm ihr Notizbuch aus der Tasche. Nicht, um etwas zu planen. Sondern um zu lauschen. Sie schrieb keine Stichpunkte. Nur Worte, die kamen:

**„Ich bin unterwegs. Aber nicht auf dem Weg.
Und das ist gut so.“**

Die Stunde verging. Langsam. Weit. Wie ein Raum, der sich geöffnet hatte.

Als sie zurück ins Büro ging, war nichts anders – und doch alles. Sie hatte nichts erledigt. Nichts erreicht. Nichts produziert.

Aber sie hatte etwas gefunden. Etwas, das sie nicht gesucht hatte. Etwas, das blieb.

Teil 3: Die Erkenntnis

Am Anfang war das Nichts. Nicht das Nichts der Leere, sondern das Nichts der Möglichkeit. Ein stiller Ursprung, aus dem alles hervorgehen kann – wenn man ihn zulässt.

Die Menschen, denen wir begegnet sind, haben sich verändert. Nicht durch grosse Entscheidungen oder dramatische Wendungen. Sondern durch kleine, stille Berührungen mit etwas, das sie nicht benennen konnten. Ein Moment der Stille. Ein Blick ohne Ziel.

Ein Atemzug ohne Absicht.

Sie haben begonnen, das Nichts nicht mehr zu fürchten. Nicht mehr als Störung zu sehen, sondern als Einladung. Nicht mehr als Lücke, sondern als Raum. Ein Raum, in dem etwas wachsen kann, das im Lärm keinen Platz hat: Klarheit. Verbindung. Frieden.

In diesem dritten Teil beginnt sich etwas zu wandeln.

Nicht im Aussen – sondern im Inneren. Die Figuren kehren zurück in ihren Alltag, doch sie tragen etwas Neues in sich. Ein Wissen, das nicht aus Büchern stammt. Eine Erkenntnis, die nicht gedacht, sondern erfahren wurde.

Sie erkennen: Das Nichts ist nicht das Gegenteil von Leben. Es ist sein Ursprung. Es ist der Moment vor dem Gedanken. Der Raum zwischen zwei Worten. Die Stille, in der Wahrheit hörbar wird.

Und vielleicht – ganz vielleicht – ist es genau das, was wir in einer Welt voller Antworten brauchen: Eine Frage, die offen bleibt. Ein Raum, der nicht gefüllt werden muss. Ein Nichts, das trägt.

Der Moment vor dem Gedanken

Elias sass auf einer Bank. Nicht im Zug, nicht im Büro, nicht zwischen zwei Terminen. Einfach auf einer Bank, in einem kleinen Park, den er früher nie betreten hätte. Er hatte keinen Grund, dort zu sein. Und genau das war der Grund.

Die letzten Wochen hatten etwas in ihm verändert. Zuerst war es nur ein Gefühl gewesen – wie ein leises Echo aus dem Inneren. Dann ein Bedürfnis. Jetzt war es eine Entscheidung.

Er hatte begonnen, sich Zeit zu nehmen. Nicht viel. Nur zehn Minuten am Tag. Zehn Minuten, in denen er nichts tat. Nicht las. Nicht hörte. Nicht plante. Nur sass. Und atmete.

Am Anfang war es schwer gewesen. Die Gedanken kamen wie ein Schwarm Vögel, laut und ungeordnet.

Er hatte versucht, sie zu verscheuchen. Dann hatte er gelernt, sie einfach ziehen zu lassen.

Heute war es anders. Heute war da ein Moment – ein winziger, kaum fassbarer Moment – in dem kein Gedanke da war. Nicht einmal der Gedanke, dass kein Gedanke da war.

Ein Moment vor dem Gedanken. Ein Raum, der sich öffnete, bevor etwas Form annahm. Ein Nichts,

das nicht leer war, sondern still. Und in dieser Stille – war alles möglich.

Elias spürte, wie sich etwas in ihm weitete. Nicht spektakulär. Nicht dramatisch. Aber echt.

Er erinnerte sich an den Zug, der damals stehen geblieben war. An die Stille. An den Baum im Nebel.

Damals hatte er es nicht verstanden. Jetzt verstand er es nicht mehr – aber er fühlte es.

Er stand auf, langsam. Ging ein paar Schritte. Blieb wieder stehen.

Ein Gedanke kam – und ging. Ein anderer kam – und blieb nicht.

Er lächelte. Nicht, weil er etwas erreicht hatte. Sondern weil er nichts musste.

Er schrieb später in sein Notizbuch:

„Zwischen zwei Gedanken war ein Moment. Ich war nicht da – und doch ganz bei mir. Vielleicht ist das der Anfang von allem.“

Die Kraft der Leere

Miriam stand in der Küche. Die Spülmaschine brummte leise, irgendwo tickte eine Uhr. Die Kinder waren in der Schule, ihr Mann im Büro. Zum ersten Mal seit Tagen war das Haus still. Nicht nur ruhig – sondern leer.

Früher hätte sie diese Zeit genutzt: Wäsche, E-Mails, Einkauf, Planung. Aber heute war etwas anders. Sie hatte nichts vor. Und das war kein Versehen.

Sie setzte sich an den Küchentisch, eine Tasse Tee in der Hand. Sie sah auf die leere Fläche vor sich. Kein Zettel. Keine Liste. Kein Plan. Nur Raum.

Zuerst war da ein Ziehen in ihr – ein Impuls, etwas zu tun. Etwas zu optimieren. Etwas zu erledigen. Doch sie blieb sitzen.

Sie erinnerte sich an das Gespräch mit Carla. An die Pause. An das Schweigen. An das Gefühl, dass da etwas in ihr war, das lange keinen Platz gehabt hatte.

Jetzt war Platz. Und sie spürte: Leere ist nicht das Gegenteil von Fülle. Sie ist ihre Voraussetzung.

Sie schloss die Augen. Atmete. Und liess zu, dass nichts geschah.

In dieser Leere tauchten Bilder auf. Nicht laut, nicht fordernd – eher wie Erinnerungen, die sich zeigen, wenn man sie nicht ruft. Ein Nachmittag im Wald mit ihren Kindern. Ein Lachen, das sie fast vergessen hatte. Ein Moment, in dem sie einfach nur da gewesen war – ohne Aufgabe, ohne Rolle.

Tränen stiegen ihr in die Augen. Nicht aus Traurigkeit.
Sondern aus Berührung.

Sie erkannte: Sie hatte so lange gegeben, ohne sich selbst zu füllen. Sie hatte funktioniert, ohne zu atmen.

Sie hatte geliebt – aber sich selbst vergessen.

Und jetzt, in dieser Leere, war da etwas Neues. Eine Kraft. Nicht laut. Nicht drängend. Aber echt.

Sie stand auf, langsam. Nicht, weil sie musste. Sondern weil sie wollte.

Sie nahm ein Blatt Papier. Nicht für eine Liste. Sondern für einen Satz:

„Ich kann nur geben, wenn ich leer bin. Und in dieser Leere liegt meine ganze Kraft.“

Das Gespräch mit dem Nichts

Nora ging spazieren. Nicht, um sich zu bewegen. Nicht, um irgendwohin zu gelangen. Sie ging, weil sie spürte, dass sie gehen musste. Nicht weg – sondern hinein.

Der Tag war grau. Ein feiner Nebel lag über den Strassen, dämpfte die Geräusche, löschte die Konturen. Die Welt war weich geworden. Wie ein Traum, in dem alles möglich ist, weil nichts festgelegt ist.

Sie bog in einen kleinen Weg ein, den sie noch nie gegangen war. Er führte durch ein Stück Wald, das zwischen zwei Wohnquartieren lag – ein vergessener Ort. Die Bäume standen still. Kein Wind. Kein Vogel. Kein Laut. Nur sie. Und das, was nicht war.

Sie blieb stehen. Schloss die Augen. Und wartete.

Zuerst kamen Gedanken. Wie immer. To-dos, Erinnerungen, Stimmen. Sie liess sie ziehen. Wie Blätter im Wasser.

Dann kam etwas anderes. Etwas, das nicht gedacht war. Etwas, das nicht sprach – aber da war. Ein Raum. Ein Schweigen. Ein Gegenüber. Sie wusste nicht, ob es in ihr war oder um sie herum. Aber es war da. Und es wartete.

Sie setzte sich auf einen moosbedeckten Stein.
Und hörte zu.

Keine Worte. Keine Sätze. Nur ein stilles Gespräch.
Ein Austausch ohne Form. Ein Verstehen ohne
Erklärung.

Sie spürte, wie sich etwas in ihr öffnete. Ein Teil,
den sie lange verschlossen hatte. Nicht aus Angst –
sondern aus Gewohnheit. Und jetzt – war da Platz.

Sie fragte nichts. Und bekam Antworten. Nicht in
Sprache. Sondern in Stille.

Sie wusste nicht, wie lange sie dort sass. Die Zeit
hatte sich aufgelöst. Wie ein Nebel, der nicht
vergeht, sondern einfach nicht mehr wichtig ist.

Als sie aufstand, war sie nicht verändert. Aber sie
war durchlässiger. Weicher. Wacher. Sie ging
zurück. Langsam. Und in ihr klang etwas nach.
Etwas, das nicht gesagt worden war. Etwas, das
nicht gehört werden musste, um zu wirken. Am
Abend schrieb sie in ihr Notizbuch: „**Ich habe
heute mit dem Nichts gesprochen. Es hat nicht
geantwortet. Und doch habe ich alles
verstanden.**“

Die Rückkehr

Der Alltag war nicht verschwunden. Die Welt hatte sich nicht verändert. Die Uhren tickten weiter, die Kalender füllten sich, die Strassen waren laut wie eh und je. Aber etwas war anders. Nicht draussen – sondern in ihnen.

Elias fuhr wieder mit dem Zug zur Arbeit. Er sass auf seinem gewohnten Platz, Laptop auf dem Schoss. Aber manchmal – ganz bewusst – liess er ihn geschlossen. Er sah aus dem Fenster. Nicht, um etwas zu sehen. Sondern um zu sein. Der Baum im Nebel war längst verschwunden. Aber Elias wusste: Er war noch da. In ihm.

Miriam schrieb wieder Listen. Aber sie schrieb auch anderes. Zwischen Einkaufszettel und Zahnarzttermin fand sich manchmal ein Satz wie:

„Heute darf ich leer sein.“ Sie hatte gelernt, dass Fürsorge nicht nur nach aussen geht. Und dass Leere kein Mangel ist – sondern ein Geschenk.

Leo hatte seinen Kalender wieder aktiviert. Aber mittwochs liess er ihn frei. Er nannte es „Freiraum“. Nicht für Aufgaben. Sondern für das, was kommt, wenn nichts geplant ist. Manchmal sass er einfach nur da. Und das war genug.

Nora reiste wieder. Sie stand wieder auf Bühnen, sprach wieder vor Menschen. Aber sie sprach langsamer. Mit mehr Pausen. Mit mehr Raum zwischen den Worten. Und manchmal – liess sie eine Frage einfach stehen. Ohne Antwort. Weil sie wusste: Die Stille danach sagt oft mehr als jedes Argument.

David leitete weiterhin sein Team. Er traf Entscheidungen, führte Gespräche, plante Strategien.

Aber jeden Morgen – bevor er begann – stand er am Fenster. Fünf Minuten. Ein Blick. Ein Atemzug. Ein Moment, in dem nichts geschah. Und genau deshalb – alles möglich wurde.

Sie alle waren zurückgekehrt. In ihre Welt. In ihre Rollen. In ihre Leben.

Aber sie trugen etwas in sich, das blieb. Etwas, das nicht laut war. Nicht sichtbar. Aber echt.

Ein Wissen. Ein Vertrauen. Eine stille Kraft.

Das Nichts war nicht mehr das, was sie fürchteten. Es war das, was sie nährte.

Der Ursprung

Es war nichts da.

Kein Gedanke. Kein Plan. Kein Ziel.

Und doch – war alles da.

Nora sass auf einem Felsen oberhalb eines kleinen Sees. Der Morgen war kühl, der Himmel offen. Kein Geräusch, ausser dem leisen Plätschern des Wassers und dem entfernten Ruf eines Vogels. Sie hatte nicht geplant, hierherzukommen. Es war einfach geschehen. Ein freier Tag, ein spontaner Weg, ein Abzweig, den sie sonst übersehen hätte.

Sie hatte nichts mitgenommen. Kein Laptop, kein Buch, kein Notizblock. Nur sich selbst – und das reichte.

Sie dachte an die letzten Monate. An die Stille im Wald. An das Gespräch mit dem Nichts. An die vielen kleinen Momente, in denen sie nichts getan hatte – und gerade dadurch etwas gefunden hatte, das sie nie gesucht hatte.

Jetzt war sie hier. Und es war still.

Nicht die Stille des Rückzugs. Sondern die Stille des Ursprungs.

Sie erinnerte sich an einen Satz, den sie einmal gelesen hatte: „Am Anfang war das Nichts. Und das Nichts war bei allem.“

Damals hatte sie ihn nicht verstanden. Jetzt verstand sie ihn nicht mehr – aber sie fühlte ihn.

Denn aus diesem Nichts war alles gekommen: Die Klarheit. Die Verbindung. Die Kraft.

Nicht durch Tun. Sondern durch Sein. Nicht durch Kontrolle. Sondern durch Vertrauen. Nicht durch Fülle. Sondern durch Leere.

Sie schloss die Augen. Und da war es wieder – dieses Gefühl. Ein Raum, der sich öffnete. Ein Atemzug, der nicht endete. Ein Ursprung, der kein Anfang und kein Ende kannte.

Sie wusste: Sie musste nichts mehr suchen. Denn das, was sie suchte, war immer schon da gewesen. Im Nichts. Im Jetzt. In ihr.

Sie stand auf. Langsam. Bewusst.

Und ging zurück in die Welt. Nicht, um etwas zu erreichen. Sondern um zu leben – aus dem Ursprung heraus. Aus dem Nichts.

Epilog: Die Rückkehr der Stille

Es ist wieder still.

Doch diesmal ist es eine andere Stille.

Nicht die Stille vor dem Sturm. Nicht die Stille nach dem Lärm. Sondern die Stille, die bleibt, wenn alles gesagt, alles gedacht, alles gefühlt wurde – und nichts mehr nötig ist.

Ein Körper liegt im Bett. Die Decke ist bis zum Kinn gezogen. Der Atem ruhig. Die Stirn entspannt. Der Schlaf tief – nicht flackernd, nicht flüchtig. Ein Schlaf, der trägt.

Dann – ein Geräusch. Ein leises Surren, kaum hörbar. Eine Bandsäge. Wieder. Langsam, gleichmässig, wie ein ferner Puls. Doch diesmal ist es nicht beunruhigend. Es ist vertraut. Wie ein Echo aus einer anderen Zeit. Ein Schnitt – nicht durch das Ich, sondern durch das, was nicht mehr gebraucht wird.

Die Säge wird lauter. Aber sie schneidet nicht mehr durch die Nacht. Sie öffnet einen Raum. Einen Raum, in dem alles möglich ist. Einen Raum, in dem nichts sein darf – und gerade deshalb alles entstehen kann.

Dann – Stille. Nicht abrupt. Nicht leer. Sondern
weich. Weit. Wahr.

Die Augen öffnen sich. Der Raum ist derselbe. Und
doch – alles ist anders.

Die Person steht auf. Nicht, weil sie muss. Sondern
weil sie bereit ist.

Beim Zähneputzen kein Kreisen der Gedanken. Nur
ein stilles Wissen: Das Nichts war nicht das Ende.
Es war der Anfang. Es ist der Ursprung. Es ist da –
immer. Zwischen den Worten. Hinter dem Lärm.
Unter der Oberfläche.

Und vielleicht – ist es genau das, was bleibt, wenn
alles andere vergeht: Ein Raum. Ein Atemzug. Ein
Moment. Ein Nichts, das trägt.

Die Person geht durch den Tag. Begegnet
Menschen.

Erledigt Aufgaben. Lacht. Zweifelt. Lebt.

Aber in allem ist etwas anders. Ein leiser Abstand.
Ein innerer Raum. Ein Wissen, das nicht gedacht
werden muss.

Denn wer dem Nichts begegnet ist, trägt es in sich
–

nicht als Leere, sondern als Quelle.

Und so endet diese Geschichte nicht mit einem Punkt. Sondern mit einem Raum. Ein Raum, der offen bleibt. Ein Raum, der dich einlädt.

Vielleicht ist es jetzt an dir.

Still zu werden. Leer zu werden. Ganz zu werden.

Denn alles beginnt mit nichts.

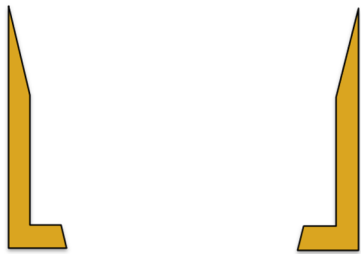
Und aus diesem Nichts – entsteht alles.

Und das war....

Nichts

....die etwas «andere Geschichte»

Vielen Dank für's Lesen und
deine geschätzte Zeit



Nichts

Autor:

Martin & ChatGPT -> Unterstützung Formulierungen / Punktuelle

Inputs

Sprich mit mir unter +41 77 462 84 00