

ACHILL MOSER

# ZU FUSS HÄLT DIE SEELE SCHRITT

GEHEN ALS LEBENSKUNST  
UND ABENTEUER



ATLANTIK

A

Trott langweilt, weil mich Sehnsucht und Neugier treiben, weil ich durch das unablässige Funktionieren meine Begeisterungsfähigkeit verliere, weil ich mehr Zeit für mich selbst brauche, weil mir die ganze Geschäftigkeit über den Kopf wächst, weil ich ein Verlangen nach Veränderung spüre – und weil eine wachsende Unruhe schließlich zur zwingenden Kraft wird, die mich fortzieht.

Wenn sich bei mir derartige Signale einstellen, wehre ich mich anfänglich noch dagegen und gebe mir Mühe, relativ »normal« zu funktionieren. »Das gelingt dir aber nur selten«, meint meine Frau Rita – und sie hat

Recht. Meine Stimmungskurve hängt in solchen Lebensphasen durch wie eine Trauerweide und dämpft die Lebenslust. Weltschmerzstage.

Manchmal wochenlang. Was mir hilft, ist *Potentiaentfaltung*: Die Aussicht auf baldige Veränderung, denn das Leben ist ein

Erkenntnisprozess. Und mit dem »Blick nach vorn« plane ich ein nächstes Unterwegssein, weil ich weiß, was mir fehlt – neue Begegnungen, neue Erfahrungen und die kontinuierliche Bewegung.

»Einfach loslassen – und alle Einengungen und Unsicherheiten beiseiteschieben«, das sagte ich mir

damals, als ich im Alter von 17 Jahren zum ersten Mal nach Nordafrika reiste, und das sage ich mir noch heute, wenn ich zu einer neuen Wanderung aufbreche. Ohne *Loslassen* gibt es keinen Neuanfang. Und wer in seinem Leben wirklich etwas verändern will, muss das Loslassen lernen. Man muss sich lösen vom gewohnten Alltag; lösen von allem Materiellen; lösen von dem Gefühl, stets für alles verantwortlich zu sein; lösen auch von den Gedanken an die Zukunft. Denn wer Außergewöhnliches wagen will, muss auch bereit sein, die Konsequenzen zu tragen. Dazu gehören die Trennung

von alten Gewohnheiten, das Lösen von persönlichen Bindungen und der Abschied von Liebge wordenem.



Eine Wanderung durch Thüringen führte mich zum langgestreckten Gipfelplateau des Gebaberges, der 751 Meter aus der Rhön aufragt.

Die Entscheidung zum Loslassen war und ist für mich ein befreiender Ritus und eine wesentliche Voraussetzung, um sich auf den Weg zu machen.

Natürlich wägt man vor einem Aufbruch alle Eventualitäten ab, durchdenkt das Geplante, prüft seine Beweggründe – und wenn man sich sicher ist, schiebt man mutig alle Warnungen beiseite, macht sich frei, um sein Leben selbst in die Hand zu nehmen und die eigenen Träume in Bewegung zu setzen. In solchen Entscheidungsphasen steckt sich mein Ego zumeist Watte in die Ohren, und voller Hoffnung sage ich mir: »Wenn nicht jetzt, wann dann?«