

09.05.2019 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Auf die innere Stimme hören

Kennen Sie Boris Grundl? Nein? Ich bis vor kurzem auch nicht. Dabei ist er einer der erfolgreichsten Trainer für Führungskräfte in Deutschland. Und – er sitzt im Rollstuhl und ist zu 90 Prozent gelähmt. Der Rollstuhl ist inzwischen sein Markenzeichen geworden.

"Spring nicht!" Ist das Intuition oder die Stimme der Angst?

Grundl war Anfang 20, als er in Mexiko von einer Klippe gesprungen ist. Genau da, wo Kinder, Jugendliche und andere Touristen vor ihm gesprungen waren. „Das letzte Mal, dass ich auf meinen beiden Beinen gestanden habe“, erzählt er in einem Interview. „Da hat mir eine innere Stimme gesagt: Spring nicht!“

Er hat gedacht, das wäre die Angst. Deshalb ist er trotzdem gesprungen. Er war es gewohnt, Angst zu überwinden. Es war aber die Stimme der Intuition. Und er hätte besser auf sie gehört. Etwas stimmte mit seiner Körperspannung nicht. Er kam auf wie ein Sack. Sein Kopf überdehnte nach hinten und zerstörte seine Rückenerven in Schulterhöhe.

Es gehört Mut dazu, auf die eigene Angst zu hören

Eine innere Stimme zu haben, ist etwas Wunderbares. Auch wenn sie etwas so Unpopuläres sagt wie „Tu's nicht“, lohnt es sich, sie zu hören. Als Angsthase zu gelten, ist natürlich nicht unbedingt erstrebenswert. Aber daran zeigt sich nur, dass auch Mut dazu gehört, auf seine Angst zu hören, dass man manchmal Mut braucht, das zu tun, was man für richtig hält.

Das ist heute das Thema, das Grundl so erfolgreich macht: zugeben, dass man nicht alles kann. Schwäche zeigen. Macht abgeben.

Gottes Stimme in mir

Für mich ist das auch ein Thema meines Glaubens: Ich weiß, dass ich Gott nichts beweisen muss. Ich höre in kritischen Situationen auch oft seine Stimme, die mir sagt: Du musst nicht die Stärkste sein. Du darfst Macht abgeben. Ja, es braucht Mut, auf diese Stimme zu hören. Aber mir hilft sie immer wieder, das Richtige zu tun.