
«Festina lente! Spute dich langsam»

In diesem Satz werden zwei Gegensätze vereint. Jeder von uns braucht eigene Wörter, um die beiden Gegenpole «Sputen» und «langsam» zu erklären. Ich verwende das Bild eines Magneten. Jeder Pol zieht mit seiner magnetischen Kraft andere Bauteile an. Diese werden auf diejenige Seite gezogen, welche die kürzere Distanz aufweist. Hat ein magnetischer Pol eine stärkere Anziehungskraft, zieht es das Bauteil entsprechend auf diese Seite. Zwischen den beiden Polen entsteht ein magnetisches Spannungsfeld.



Mein Gegenüber erklärte mir auf einer Wanderung, was für ihn *«Festina lente! Spute dich langsam.»* (Sueton, Augustus) bedeutet. Der ursprüngliche Satz habe sich Kaiser Augustus immer wieder zugesprochen. *«Eile langsam! Ein vorsichtiger ist besser als ein waghalsiger Heerführer.»* Aktivitäten sollen in einem ausgewogenen Verhältnis von Dringlichkeit und Sorgfalt durchgeführt werden. Zu schnell erledigte Aufgaben sind fehleranfälliger als gute langfristige Ergebnisse.

Drei Wörter ein Spannungsfeld.

In deinem Alltag stehst du vor Entscheidungen. In diesen wirst du von den Polen angezogen und schliesslich sollst du dich entscheiden. Gut möglich, dass da noch weitere Pole und ein Spannungsfeld in unterschiedlichste Richtungen vorhanden sind. Du befindest dich in diesem Spannungsfeld. Mit Entscheiden kannst du dich aus diesem Spannungsfeld lösen. Wie löst du die Herausforderung? Hast du Hilfsmittel, machst du das alleine oder mit Unterstützung? Sind deine Entscheidungen klar, eindeutig oder umgehend, wage, diffus oder zögerlich. Kann es sein, dass du dich nicht entscheidest? Wenn ich dieses Spannungsfeld skizziere, erzeugt das bei dir eine Reaktion. Was sind deine Gedanken?

- Wie stark ist dein Spannungsfeld bei Entscheidungen?
- Wie fällst du Entscheidungen?
- Was ist deine Reaktion?

«Wenn du eine Entscheidung treffen sollst, und triffst keine, so ist das selbst eine Entscheidung.» sagte William James. In diesem Moment entscheidest du dich, dass du im Spannungsfeld verharren willst. Vielleicht wartest du auch, dass entschieden wird?

Entscheiden bedeutet

- Verantwortung (für dein Leben) übernehmen.
- Aus verschiedenen Möglichkeiten einen Weg einschlagen.

Jede Entscheidung hat, wie das Kaufen von einem Kaffee, zwei Seiten. Ich bezahle, damit ich einen Kaffee genießen kann. Entscheiden kostet dich etwas und du erhältst dafür einen Gegenwert. Ich möchte dich auf die ermutigende Seite bringen. Wenn du bereit bist, deinen Preis zu bezahlen, wird Frieden in deinem persönlichen Spannungsfeld wachsen können.

Du fragst dich jetzt sicher, was dein Preis ist.

Was ist dir wichtig? Stelle dir diese Frage oder lasse sie dir stellen. Mit deiner Handlung vermeidest etwas. Was möchtest du um jeden Preis vermeiden? Mit der Auflistung geht dir möglicherweise ein Licht auf.

- Ich möchte Belastung, Druck und Verantwortung vermeiden. Ich möchte mir alle Möglichkeiten offenhalten und nichts verpassen.
- Ich möchte Ablehnung vermeiden. Ich möchte mit Menschen unterwegs sein und zur Gesellschaft dazugehören.
- Ich möchte Fehler, Unordnung, Unsicherheit und Chaos vermeiden. Ich brauche Sicherheit und Kontrolle.
- Ich möchte Fehler, Verlieren und Bedeutungslosigkeit vermeiden. Ich brauche Klarheit, Entscheidung und Verantwortung.

Was lässt du heute zu?

Welche Entscheidung triffst du heute für dich?