

# Der Weg ist das Ziel

Ein kurzes Statement, das ich im November 2024 für [Die Freien](#) zum Thema Präsenz verfasst habe:

Die Frage, ob ich ein Statement zum Thema »*präsent sein*« abgeben würde, weil ich für die Außenwelt ja sehr präsent wirke, überraschte mich. Denn ich war mir dessen nicht bewusst. Warum auch? Ich bin, wer ich bin. Immer. Gedanken darüber, was andere Menschen von mir denken, mache ich mir kaum. Also habe ich mich gefragt, wie dieser Eindruck entsteht – und bin zu dem Schluss gekommen, dass ich die Antwort darauf bereits in der Einleitung des vorliegenden Statements geliefert habe: Ich bin, wer ich bin.

Mit der Person, die ich morgens im Spiegel sehe, komme ich ganz gut zurecht. Sie scheint authentisch zu sein. Und neugierig. Voller Tatendrang und Zuversicht. Dieses morgendliche Gegenüber scheint seinem Leben einen Sinn zu geben. Wer auch sonst sollte das können? So komme ich zu dem simplen Schluss, dass »*das Glück*« tatsächlich mit jenen ist, »*die sich selbst genügen*«. Denn nur wenn man eine gesunde Beziehung zu sich selbst hat, kann man auch für andere Menschen da, offen und präsent sein.