

Innere Leere. Stillstand. Innere Taubheit.

Was, wenn genau darin dein Neubeginn liegt?

Statt die Leere zu fürchten, lernen wir, sie zu verstehen.

Für alle, die sich manchmal verloren fühlen – und genau darin das erste leise Zeichen von Wahrheit entdecken.

Dieses Video ist eine philosophische und psychologische Reise durch das Schweigen der Seele – inspiriert von C.G. Jung, Friedrich Nietzsche, Blaise Pascal, Søren Kierkegaard und spirituellen Lehren.

Du wachst auf. Draußen scheint die Sonne. Aber in dir: eine stille Wand. Kein Gefühl. Kein Drang. Kein Licht. Nur diese... Leere.

Und du fragst dich: Was ist das? Was fehlt mir?

Doch vielleicht ist nicht die Frage, was fehlt – sondern was kommen will. Leere ist kein Fehler. Sie ist ein Signal. Die moderne Welt versteht das nicht. Sie fürchtet die Leere – wie ein Kind die Dunkelheit. Aber Leere ist nicht das Gegenteil von Leben. Sie ist sein Ursprung.

Blaise Pascal sagte einmal: „Das ganze Unglück der Menschen rührt daher, dass sie nicht ruhig in einem Zimmer sitzen können.“ Weil die Stille uns zwingt, hinzusehen. Nicht auf die Welt – sondern auf uns selbst. Und das ist unbequem. Denn in der Leere begegnet uns alles, was wir sonst unterdrücken: unsere Ängste, unsere Enttäuschungen, unsere Sehnsucht, und unser wahres Ich. Doch genau darin liegt ihre Kraft.

Carl Gustav Jung sprach davon, dass die Seele einen natürlichen Rhythmus hat. Wenn sie sich zurückzieht, ist das kein Scheitern – sondern Selbstschutz. Die Seele wird still, wenn sie genug von der Lüge hat. Von der Maskerade des Alltags. Von der Rolle, die du spielst, weil andere es von dir erwarten. Sie wird still – damit du wieder hörst, was du wirklich willst.

Aber was tun wir in solchen Momenten? Wir greifen zum Handy. Zur Ablenkung. Zur Aktivität. Zum Konsum. Wir fürchten, nichts zu tun. Nichts zu fühlen. Nicht „funktionieren“ zu können. Dabei ist die Leere oft kein Ende, sondern ein Übergang. In der Psychologie nennt man das: Liminalität. Ein Schwellenzustand. Nicht mehr das Alte, noch nicht das Neue. So wie ein Schmetterling, der in der Puppe schweigt – bevor er fliegt.

Søren Kierkegaard erkannte: Der Mensch verzweifelt daran, dass er nicht er selbst sein will. Die Leere zeigt uns genau das. Sie reißt uns aus der Illusion. Und bringt uns zurück in die echte Erfahrung. Vielleicht fühlst du nichts – weil das, was du fühlst, nicht mehr echt ist. Weil du dich selbst nicht mehr spürst, in all dem, was du „Leben“ nennst. Und vielleicht ist das Schweigen deiner Seele kein Rückzug – sondern ein stiller Schrei.

Auch Nietzsche sprach davon, dass das Chaos notwendig ist, um einen tanzenden Stern zu gebären. Doch Chaos beginnt im Stillstand. Im Nichts. Dort, wo du keine Worte hast. Keine Richtung. Nur Atem. Nur... sein. Und vielleicht ist genau das der heilsamste Ort.

In vielen spirituellen Lehren gilt die Leere nicht als Makel, sondern als das Tor zur Wahrheit. Buddha meditierte jahrelang in der Stille. Jesus zog sich in die Wüste zurück. Laozi sprach vom „Dao“, das nicht benannt werden kann. Und all diese Lehren sagen dasselbe: Nicht der Lärm bringt dich zur Erkenntnis, sondern die Stille.

Vielleicht hast du Angst, dass die Leere bleibt. Dass sie dich auffrisst. Aber das tut sie nicht. Sie wartet nur, bis du aufhörst zu kämpfen. Weil du dann bereit bist, wirklich zu hören. Nicht das, was andere sagen, sondern das, was tief in dir längst flüstert: „Du bist nicht verloren. Du bist unterwegs.“

C.G. Jung sprach davon, dass viele psychische Krisen eigentlich Sinnkrisen sind. Wenn das Äußere nicht mehr deckungsgleich ist mit dem Inneren. Und dann zieht sich das Innere zurück. Wie ein verletztes Tier. Aber nicht für immer, sondern zur Regeneration.

Manche Menschen fragen: Ist das Depression? Vielleicht. Vielleicht aber auch: eine spirituelle Häutung. Was, wenn dein Gefühl der Leere gar kein Defekt ist – sondern eine Geburt? Was, wenn du dich gerade neu formst – von innen nach außen?

Diese Gesellschaft liebt Erklärungen. Diagnosen. Etiketten. Aber manchmal braucht die Seele keine Worte, sondern nur Raum und Stille. Also, wenn du gerade spürst, dass du nichts spürst – dann ist das nicht das Ende. Dann ist das der Anfang von einer Wahrheit, die lange geschwiegen hat. Und vielleicht sagt dir deine Seele genau jetzt: „**Danke, dass du endlich leise bist.**“

Helle Geister. Für alle, die in der Stille endlich sich selbst hören.

▫ **Innere Leere** (Dauer 5:33 Min.)

HINWEIS: Der per Video vorgetragene Text wurde von Helmut Schnug transkribiert inkl. notwendiger Nachkorrekturen! Teile bitte gerne mittels Verlinkung diesen Artikel im Netz – neue Leser auf Kritisches-Netzwerk.de sind immer willkommen. H.S.

Bitte durchsucht mal das ganze Repertoire dieses Kanals. Taucht bei Gefallen unbedingt tiefer ein und verbreitet den Hinweis auf den Kanal "HELLE GEISTER" gerne im Netz. Klickt einfach oben auf den Banner, um zur Übersicht aller bisher veröffentlichten Videos zu gelangen. Ein echte Fundgrube! Eine kleine Auswahl findet ihr [HIER](#) [3]..

Wünsche allen Lesern / Zuhörern erkenntnisreiche Stunden. (Helmut Schnug).

 [4]

Hinweis: Logo des Youtube-Kanals HELLE GEISTER: Copyright © HELLE GEISTER. Die Veröffentlichung des Logos auf dieser Seite erfolgt aus redaktionellem Grund, nämlich der Hinweis auf diesen Youtube-Kanal und Verlinkung zu einigen ausgesuchten Videobeiträgen. Die alleinigen Rechte verbleiben selbstverständlich beim Betreiber des Youtube-Kanals "HELLE GEISTER" >> <https://www.youtube.com/@HelleGeister/>

ACHTUNG: Die Bilder, Grafiken, Illustrationen und Karikaturen sind **nicht** Bestandteil der Originalveröffentlichung und wurden von KN-ADMIN Helmut Schnug eingefügt. Für sie gelten folgende Kriterien oder Lizenzen, siehe weiter unten. Grünfärbung von Zitaten im Artikel und einige zusätzliche Verlinkungen wurden ebenfalls von H.S. als Anreicherung gesetzt, ebenso die Komposition der Haupt- und Unterüberschrift(en) geändert.

► Bild- und Grafikquellen:

1. Innere Leere. Stillstand. Innere Taubheit. Draußen scheint die Sonne. Aber in dir: eine stille Wand. Kein Gefühl. Kein Drang. Kein Licht. Nur diese... Leere. Und du fragst dich: Was ist das? Was fehlt mir? **Foto:** jwvein / Janusz Walczak, Konin/Polska (user_id:5584447). **Quelle:** [Pixabay](#) [5]. Alle Pixabay-Inhalte dürfen kostenlos für kommerzielle und nicht-kommerzielle Anwendungen, genutzt werden - gedruckt und digital. Eine Genehmigung muß weder vom Bildautor noch von Pixabay eingeholt werden. Auch eine Quellenangabe ist nicht erforderlich. Pixabay-Inhalte dürfen verändert werden. [Pixabay Lizenz](#) [6]. >> [Foto](#) [7].

2. »Ich bin NICHT auf der Welt, um zu sein, wie andere mich gerne hätten!« Weitere Stichworte dazu: Unangepasstheit, Nonkonformismus, nonkonformistische Haltung, Selbstdenker, Selbstbestimmtheit, Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl. **Foto:** anaterate / Wolfgang Eckert, Lkr. Forchheim/Bayern (user_id:2348028). **Quelle:** [Pixabay](#) [5]. Alle Pixabay-Inhalte dürfen kostenlos für kommerzielle und nicht-kommerzielle Anwendungen, genutzt werden - gedruckt und digital. Eine Genehmigung muß weder vom Bildautor noch von Pixabay eingeholt werden. Auch eine Quellenangabe ist nicht erforderlich. Pixabay-Inhalte dürfen verändert werden. [Pixabay Lizenz](#) [6]. >> [Foto](#) [8].

3. Verzweiflung. Søren Kierkegaard erkannte: Der Mensch verzweifelt daran, dass er nicht er selbst sein will. Die Leere zeigt uns genau das. Sie reißt uns aus der Illusion. Und bringt uns zurück in die echte Erfahrung. Vielleicht fühlst du nichts – weil das, was du fühlst, nicht mehr echt ist. Weil du dich selbst nicht mehr spürst, in all dem, was du „Leben“ nennst. Und vielleicht ist das Schweigen deiner Seele kein Rückzug – sondern ein stiller Schrei.

Foto: geralt / Gerd Altmann, Freiburg (user_id:9301). **Quelle:** [Pixabay](#) [5]. Alle Pixabay-Inhalte dürfen kostenlos für kommerzielle und nicht-kommerzielle Anwendungen, genutzt werden - gedruckt und digital. Eine Genehmigung muß weder vom Bildautor noch von Pixabay eingeholt werden. Auch eine Quellenangabe ist nicht erforderlich. Pixabay-Inhalte dürfen verändert werden. [Pixabay Lizenz](#) [6]. >> [Foto](#) [9].

4. Mann unterwegs im Nebel. In vielen spirituellen Lehren gilt die Leere nicht als Makel, sondern als das Tor zur Wahrheit. Und all diese Lehren sagen dasselbe: Nicht der Lärm bringt dich zur Erkenntnis, sondern die Stille. Vielleicht hast du Angst, dass die Leere bleibt. Dass sie dich auffrisst. Aber das tut sie nicht. Sie wartet nur, bis du aufhörst zu kämpfen. Weil du dann bereit bist, wirklich zu hören. Nicht das, was andere sagen, sondern das, was tief in dir längst flüstert: „Du bist nicht verloren. Du bist unterwegs.“

Foto: Bildautor ist nicht genannt. **Quelle:** pxhere.com >> [Foto](#) [10]. Das Bild ist frei von Copyrights unter Creative Commons CC0. Sie können herunterladen, ändern, verteilen und verwenden sie lizenzfrei für alles, was Sie wollen, auch in kommerziellen Anwendungen. Namensnennung ist nicht erforderlich.

Quell-URL: <https://kritisches-netzwerk.de/forum/innere-leere-stillstand-innere-taubheit>

Links

- [1] <https://kritisches-netzwerk.de/user/login?destination=comment/reply/11847%23comment-form>
- [2] <https://kritisches-netzwerk.de/forum/innere-leere-stillstand-innere-taubheit>
- [3] <https://kritisches-netzwerk.de/forum/vorstellung-des-youtube-kanals-helle-geister>
- [4] <https://www.youtube.com/@HelleGeister/videos>
- [5] <https://pixabay.com/>
- [6] <https://pixabay.com/de/service/license/>
- [7] <https://pixabay.com/de/photos/einsamkeit-geheimnis-mann-4114099/>
- [8] <https://pixabay.com/de/photos/schild-grafik-retro-vintage-2867491/>
- [9] <https://pixabay.com/de/photos/allein-alleine-sein-archetypen-513525/>
- [10] <https://pxhere.com/de/photo/1332197>
- [11] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/ablenkung>
- [12] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/angste>
- [13] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/angst-vor-dem-alleinsein>
- [14] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/angst-vor-der-leere>
- [15] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/blaise-pascal>
- [16] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/buddha>
- [17] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/carl-gustav-jung>
- [18] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/chaos>
- [19] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/cg-jung>
- [20] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/dao>
- [21] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/daoismus>
- [22] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/das-innere>
- [23] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/denkrichtung>
- [24] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/depression>
- [25] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/ein-stiller-schrei>
- [26] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/enttauschungen>
- [27] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/erholung-durch-stille>
- [28] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/erkenntnis>
- [29] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/erkenntnisgewinn>
- [30] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/friedrich-nietzsche>
- [31] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/fur-sich-sein>
- [32] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/gefuhl-der-leere>
- [33] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/gefuhllosigkeit>
- [34] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/hand-reift-nach-dem-licht>
- [35] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/helle-geister>
- [36] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/herrschende-sozialordnung>
- [37] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/hoffnung>
- [38] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/hoffnungslicht>
- [39] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/ich-bin-nicht-auf-der-welt-um-zu-sein>
- [40] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/illusion>
- [41] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/innere-leere>
- [42] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/innere-taubheit>
- [43] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/jwvein>
- [44] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/laotse>
- [45] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/laozi>
- [46] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/leere-ist-ein-signal>
- [47] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/liminalitat>
- [48] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/mann-im-nebel>
- [49] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/maskerade-des-alltags>
- [50] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/mitsichalleinsein>

[51] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/mitsichsein>
[52] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/mitsichselbstsein>
[53] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/nicht-ort>
[54] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/niedergeschlagenheit>
[55] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/panik-im-brustkorb>
[56] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/raum-und-stille>
[57] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/ruckkehr-zu-uns-selbst>
[58] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/schweigen-der-seele>
[59] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/schwellenzustand>
[60] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/seele>
[61] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/seelenrhythmus>
[62] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/seelenschmerz>
[63] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/sehnsucht>
[64] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbstbegegnung>
[65] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbstbestimmtheit>
[66] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbstbestimmung>
[67] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbsterkenntnis>
[68] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbstfindung>
[69] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbstfursorge>
[70] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbstschutz>
[71] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbstsein>
[72] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/selbstwertgefuhl>
[73] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/sichselbstsein>
[74] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/sinnkrise>
[75] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/sinnkrisen>
[76] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/soren-kierkegaard>
[77] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/spirituelle-hautung>
[78] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/spirituelle-lehren>
[79] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/stille>
[80] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/stillesein>
[81] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/stillstand>
[82] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/regeneration>
[83] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/tor-zur-wahrheit>
[84] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/ungelebte-sehnsuchte>
[85] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/verdrangen>
[86] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/verdrangung>
[87] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/verlorenheit>
[88] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/wahres-ich>
[89] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/zerstreuung>
[90] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/zerstreuungssucht>
[91] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/zuruckgezogenheit>
[92] <https://kritisches-netzwerk.de/tags/zwischenort>