

Ein Sonnenbad
schenkt Angelika
Inspiration und
Freude für
ihren Arbeitstag

„In meinem Bus habe ich
den Freiraum gefunden,
den ich lange
gesucht habe“

Mit Solarpaneelen
lädt Angelika z.B.
die Akkus von Laptop
und Handy neu auf

Ein kleines Haus
auf Rädern: So
ist der Bus innen
aufgeteilt. Ihr
Schlafplatz ist
unter dem Dach



Angelika (61) ließ Mann und Wohnung hinter sich und kam bei sich selbst an. Ein Weg, der nicht immer einfach war

Eine frische Brise treibt bauschige Schäfchenwolken vor die Sonne und pustet sie rasch weiter. Es ist ein Spätsommertag irgendwo an der Ostseeküste. Angelika Bungert-Stüttgen sitzt vor ihrem Campingbus und genießt eine Tasse Kaffee. Dann klappt die 61-Jährige ihren Laptop auf und checkt Mails. Während andere auf dem Stellplatz Ferien machen, startet sie in ihren Arbeitstag.

„Das funktioniert nur, weil ich Leben und Arbeiten miteinander verbinde“, sagt die Innenarchitektin und Künstlerin. In ihrem Bus hat alles seinen festen Ort: iPad, Rechner, Malutensilien, Bücher. Für eine Kohnische, eine Trenntoilette sowie Pulis, T-Shirts und Hosen ist ebenfalls genug Platz vorhanden. „Alles, was ich brauche, habe ich im Auto dabei“, erklärt sie.

Am Wendepunkt

Für andere klingt das nach Verzicht, für Angelika ist es Freiheit – oder Freiraum, wie sie es nennt. Vor etwa 16 Jahren spürt sie, dass ihr Leben nicht mehr zu dem passt, was sie tief in ihrem Inneren empfindet. Sie lebt damals mit ihrem Mann und ihren Kindern im Teenie-Alter in Süddeutschland, hat ein Atelier – und doch ist da eine stille Sehnsucht nach etwas anderem.

Sie stellt sich viele Fragen: Wie will ich leben? Soll ich weiter in meinem Job arbeiten? Etwas Neues starten? Um Klarheit zu finden, nimmt die Freiberuflerin an einem Coaching teil. In den Gesprächen taucht der Begriff „Freiraum“ wiederholt auf. „Meine Beraterin sagte plötzlich: Du bist die Freiraumfrau. Dieser Moment war magisch. Das war der Name für etwas, wonach ich mich lange gesehnt habe.“ Etwas hat sie gepackt. Kurz darauf lässt sie den Begriff „Freiraumfrau“ als Wortmarke schützen, startet ihren gleichnamigen Blog. Angelika kauft einen Campingbus, einen Ford Nugget, mit dem sie solo oder zu zweit unterwegs sein möchte. „Die Einweisung beim Händler dauerte drei Stunden, danach bin ich schweißnass vom Hof gerollt“, weiß sie

noch genau. Die erste Nacht verbringt sie allein auf einem Wohnmobilstellplatz. Bei jedem Geräusch schreckt sie hoch. An Schlaf ist nicht zu denken. „Zwischendurch grübelte ich, ob das eine gute Entscheidung war. Doch am Morgen waren alle Zweifel weg.“ Stolz postet Angelika ihr erstes Frühstück im Bus.

Mit ihrem Mann unternimmt sie einige Touren und arbeitet auch unterwegs. Dank Handyflat und Social Media bleibt sie mit ihren Auftraggebern in Kontakt. Das

„Plötzlich war da ein Name für das, wonach ich mich sehnte“

Arbeiten in der Natur inspiriert sie, lässt ihre Kreativität aufblühen. Immer öfter ist sie allein unterwegs. Bleibt da stehen, wo es ihr gefällt – und fühlt sich gut dabei.

Aufbruch ins Unbekannte

Schritt für Schritt folgt sie weiter ihrem Weg. Sie arbeitet als Künstlerin und Coach, indem sie andere begleitet, ihren eigenen Freiraum zu finden. Nach intensiven Gesprächen mit ihren Kunden verdichtet sie deren Träume und Wünsche in einem Bild. Intuitiv spürt sie, dass ihr dies nur gelingt, wenn sie ihren eigenen Freiraum auch für sich selbst beansprucht. Angelika zieht die Konsequenz und ordnet ihr Leben neu. Doch das ist alles andere als leicht.

Sie löst ihr geliebtes Atelier auf, verabschiedet sich von lieb gewonnenen Schätzen. 2025 trennt sie sich nach 38 Jahren Beziehung aus von ihrem Mann. Das Paar hat sich längst entfremdet, ist schon länger auf verschiedenen Pfaden unterwegs. Familie, Freunde und Bekannte reagieren anfangs mit Unverständnis.

Angelika durchlebt angstvolle Phasen und tiefe Momente der Einsamkeit. „Das war ein sehr, sehr schmerzhafter Prozess. Doch wenn du für dich selbst eintrittst, bedeutet dies auch, dass du an der einen oder anderen Stelle loslassen musst. Freiraum kostet Mut“, beschreibt sie ihre Erfahrungen, ohne etwas zu beschönigen. Und mit einem feinen Lächeln fügt sie hinzu: „Das Leben ist keine Caravaning-Werbung.“

Tiefe Zufriedenheit

Heute ist sie mit sich selbst im Reinen. Am liebsten arbeitet sie am Wasser, dort, wo der Blick weit schweifen kann. „Wenn ich in meiner Mitte bin, kann ich die Her-

zensthemen meiner Kundinnen besser spüren. Mein Freiraum wirkt sich positiv auf die Intensität meiner Zeichnungen aus. Manchmal sprudelt sie nur so vor Ideen, wenn sie an der Küste entlang radelt oder auf einem See paddelt. „Das bringt mich in den Flow, wenn ich mal kreativ feststecke.“

Sie braucht nicht viel, um zufrieden zu sein. Das hat sie in den letzten Jahren gelernt. Kein großes Haus, keine perfekte Inszenierung. „Die materiellen Dinge machen mich nicht glücklich. Es sind für mich die Gespräche am Abend, ein Bad in der Ostsee, der Blick aufs Wasser, das Gefühl: Das hier ist jetzt gerade genau richtig.“

Angelika fühlt sich am Ziel, bei sich angekommen, möchte aber auch andere Frauen ermutigen, ihre eigenen Antworten auf die Fragen des Lebens zu finden. „Das Wichtigste und zugleich das Schwierigste ist doch, herauszufinden, was man sich aus tiefstem Herzen wünscht – und es dann auch zu verwirklichen. Man braucht keine Angst vor neuen Wegen zu haben. Einfach losgehen und machen!“

Infos und Fakten

Umbrüche bieten viele neue Chancen

Oft sind es keine einschneidenden Ereignisse, die uns verändern. Vielmehr führt die Summe kleiner Momente dazu, dass wir irgendwann spüren: Es ist so nicht mehr stimmig für mich

* **Hinspüren** Experten raten, zu beobachten, in welchen Situationen solche Empfindungen auftreten und dort mit Änderungen zu beginnen.

* **Loslassen** Wenn Altes geht, ist Platz für Neues. Dieser Prozess kann lange dauern und schmerzhaft sein. Jeden Schritt sollte man deshalb wohl überlegt tun.

BUCHTIPP

Angelika Bungert-Stüttgen: „Geschichten aus dem Freiraumbus“ (19,80 €, über freiraumfrau.de oder tredition.de).

