

Dir zuliebe?

7 WOCHEN
OHNE

Dir zuliebe
nehme ich Rücksicht auf mich,
bin ich geduldig mit mir,
nehme ich mir viel Zeit für mich.

Dir zuliebe
höre ich mir zu, höre ich auf mich,
verspreche ich mir,
immer zu mir zu halten.

Dir zuliebe
vertraue ich mir, traue ich mir alles zu,
mache ich mich vertraut
mit meinen Höhen und Tiefen.

Dir zuliebe
will ich ein Auge auf mich werfen,
mir auf halbem Weg entgegenkommen,
auf mich aufpassen wie ein Haftelmacher.

Dir zuliebe
will ich liebenswürdig zu mir sein.

ERNST FERSTL
Lehrer und Schriftsteller



SONNTAGSFRAGE:

„Was brauche ich, damit meine Liebe ungehindert fließen kann?“

Ein Statement zur Sonntagsfrage als Einstieg ins eigene Nachdenken:

„Dir zur liebe.“ Wer hat diesen Satz in seinem Leben nicht schon gehört.

Als Kind Russlanddeutscher Einwanderer haben diese Wörter meine gesamte Kindheit geprägt. „Wir tun es für euch (den Kindern) zu liebe, damit ihr ein besseres Leben habt.“ Oft unbewusst ausgesprochen von den Eltern, hat es bei mir einen enormen Druck erzeugt. So hatte ich auch dafür zu sorgen, dass es mir besser geht.

Und im Laufe meines Lebens kam ich nicht drum herum mir diese Fragen zu stellen: „Was ist eigentlich ein *besseres Leben*?“ Und: „Habe ich die Anforderung in den Augen meiner Familie erfüllt?“ Und auch: „Wie wichtig ist mir das?“

Und was ist mit dem Anderen, der zu mir sagt: „Ich tue es dir zu liebe.“ Weiß er um den Druck, den er seinem Gegenüber auflädt? Oder ist es vielleicht doch unbewusst der Versuch die eigenen Bedürfnisse nicht wahrzunehmen und sie stattdessen auf den anderen zu projizieren? Denn immer noch gilt: die eigenen Bedürfnisse wichtig zu nehmen ist egoistisch und deswegen nicht unbedingt erstrebenswert. Insbesondere in der Kultur, in der ich meine Kindheit verbrachte.

Nun ja, eines der guten Dinge im Leben ist, dass man selbst entscheiden kann, wie man mit den Schwierigkeiten im Leben umgehen darf. Die Selbstreflexion ist mir da ein gutes Hilfsmittel, um Dinge an die Oberfläche zu holen und in Heilung zu geben. Dafür braucht man noch nicht mal immer Unterstützung, oft gelingt es einem selber.

„Was brauche ich damit meine Liebe ungehindert fließen kann!“

Auf diese Frage habe ich für mich diese Antwort gefunden.

Die eigenen Bedürfnisse wichtiger zu nehmen als ich gelernt habe, und diese auch meinem Gegenüber ehrlich mitzuteilen. Für mich gut zu sorgen. Die Selbstliebe als etwas essenziell Wichtiges zu sehen und nicht mit Egoismus zu verwechseln.

Immer wieder in die Selbstreflexion zu gehen und mir die Fragen zu stellen.

Tue ich genug Dinge, weil ich es möchte oder manchmal auch „dem anderen zu liebe?“

Und wenn ich es dem anderen zu liebe tue, dann mit Freude, denn dann mache ich es bewusst als Ausdruck der Liebe.

Natalja Domke

Segen für einen gemeinsamen Weg

Gesegnet sei euer Hören und Reden,
euer Tun und Lassen,
euer Freigeben und Binden,
euer blindes Vertrauen und Nachfragen,
euer Kämpfen und Feiern,
eure Nähe und Distanz,
euer Infragestellen und Antworten,
euer Entscheiden und Warten,
euer Ja und Nein,
euer Sein und Werden.

GERNOT CANDOLINI
Autor, Lehrer, Labyrinthbauer