



Gedanke zum Tag

8. Juni 2020, Pfr. Achim Kuhn

Liebe ZuhörerIn, lieber Zuhörer

Sei gut zu dir und nimm dich an. Schöner Satz, nicht wahr? So einfach – und so schwierig. *Sei gut zu dir und nimm dich an.* Das sagt sich so leicht. Und wer das kann und macht, der darf sich glücklich schätzen. Aber mancher stimmt vielleicht eher Kurt Marti zu, der mal geschrieben hat:

„Nein, ich mag mich nicht besonders. Gerne hätte ich mich anders gehabt. Oft verachte ich mich. Gut begreife ich jeden, der mich nicht mag. Denen, die mich mögen, unterstelle ich, dass sie sich täuschen in mir.“

Sehr selbstkritisch von Kurt Marti, nicht wahr? Zu selbstkritisch. Fast selbst zersetzend. Mir scheint, diese stark selbstkritische Haltung ist ein bisschen typisch reformiert. Vielleicht haben Sie hier und da ein ähnliches Gefühl wie Marti? Da ist dann nichts von *Sei gut zu dir und nimm dich an*. Sondern eher starke Selbstzweifel. An sich selbst. Vielleicht sogar am eigenen bisherigen Leben.

Und nun? Was tun?

Wenn in Ihnen solche schwierigen Gedanken wie bei Kurt Marti auftauchen, dann halten Sie einen Moment inne. Und überlegen Sie bitte: Was ist, wenn sich die anderen eben nicht täuschen? Vielleicht ist das gute Bild, das andere von dir haben, ja eben doch zutreffend. Warum sollte das nicht so sein?

Ja, würde Kurt Marti vielleicht antworten, vielleicht. Aber wenn ich mir das selbst zusage, dann bringt mir das wenig. Wer sagt mir das von Aussen zu, dass ich mich, mein Leben und meine Grenzen, meine Stärken und Schwächen ganz und gar annehmen soll. Darf. Woran mache ich das fest?

Tja: woran?!

An Zusagen der Bibel wie in Matth 22, wo davon die Rede ist, dass wir Gott lieben sollen und den Nächsten wie uns selbst.

Oder an eigenen Erfahrungen im Leben, in denen spürbar wurde, wie Gottes Liebe uns getragen hat; so wie das Max Frisch einmal schrieb: „Gott ist die Kraft, die Dir helfen kann, anzunehmen. Das (alles) hast du (in deinem Leben) erfahren.“ Eigene Erfahrungen mit Gottes Liebe.

Woran noch mache ich das fest, dass ich mich, mein Leben und meine Grenzen, meine Stärken und Schwächen ganz und gar annehmen darf; helfen mir da Erinnerungen daran, als ich mich von anderen Menschen liebevoll beschenkt fühlte? Oder als wir eine innere Stärke und Übereinstimmung mit uns selbst spürten, weil wir anderen unsere Liebe schenkten?

Wenn Sie anfangen, darüber nachzusinnen, dann wird Ihnen sicher eine ganze Menge einfallen, was Sie dazu bringt, Ihr bisheriges Leben, sich selbst anzunehmen. Sich selbst zu lieben. Dass es dann nicht mehr so tönt: *Die anderen täuschen sich in mir, denn ich scheine mir nicht liebenswert*. Sondern dass es heisst: ich nehme das wahr wie Gott mich liebt. Und ich versuche, davon mir selbst weiterzugeben.

Eben doch ganz nach dem Motto: *Sei gut zu dir und nimm dich an*.

Und was tun Sie sich heute Gutes?

Gott behüte Sie. Und: Passen Sie auf sich auf.