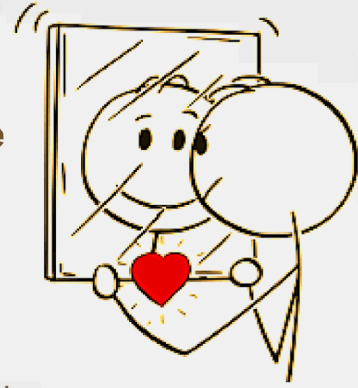


Am Puls des Lebens

„Wie du mir, so ich dir oder ... wie ich mir, so ich dir?“ oder die moderne Variante des Liebesgebotes



Sicher kennen Sie das so gut wie ich:
an manchen Menschen arbeite ich mich wirklich ab.
Sie sind und bleiben eine Herausforderung für mich.
Da fordert jede Begegnung besondere Aufmerksamkeit.
Viele Menschen reagieren auf herausfordernde Personen:

„Wie du mir, so ich dir.“ Oder „Du wirst schon sehen, was du davon hast.“

Ärger bleibt, Konflikte können entstehen, Menschen gehen aus dem Kontakt oder vermeiden ihn, wo es geht.
So gelingt Miteinander nicht. Und fatal wird es dann, wenn man irgendwie miteinander leben oder arbeiten muss.

Viel hilfreicher finde ich den Gedanken: ich sehe das am anderen und finde herausfordernd, was auch etwas mit mir zu tun hat. Also:

„Wie ich mir, so ich dir ...“

- ▶ Das was mir fehlt oder ich mich nicht traue, meide ich möglicherweise dem / der anderen.
- ▶ Was ich selbst bei mir nicht gut sehen kann, fällt mir bei der anderen Person besonders auf.
- ▶ Wo ich selbst noch etwas zu lernen, mich zu versöhnen habe mit mir, regt mich an der anderen Person auf.

Andere werden mir so zum Spiegel für mich selbst.
Am anderen / an der anderen sehe ich klarer, was mich beschäftigt und worauf ich meinen Fokus lenke.

Wie wäre es, solche Erfahrungen, in denen ich mich mit anderen schwer tue, als Einladung für mich zu sehen. Sie halten mir einen Spiegel hin und ich könnte etwas für mich selbst lernen.

Wenn ich mit Menschen im Kontakt bleiben will, mit denen ich mir schwer tue, dann stelle ich mir folgende Fragen:

- ▶ Was genau ist es, das mich so nervt, ärgert, herausfordert an der anderen Person?
- ▶ Was ist das Bedürfnis oder die Motivation hinter diesem Verhalten, was wird der anderen Person dadurch möglich?
Und ich frage mich das so lange, bis ich wirklich etwas gefunden habe, das mich berührt und positiv ist.
Dabei hilft die Frage: „Wozu ist das wirklich wirklich gut?“
- ▶ Schließlich überlege ich mir: wo und in welchem Kontext kann ich dieses Positive und Berührende ganz gut für mein Leben brauchen?

Oder eben auch: Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.

Also: Liebe dich selbst, dann klappt es auch besser mit dem Nächsten!

Christine Seufert, Pastoralreferentin