



Unverdient?

“Ein Kind braucht deine Liebe dann am meisten, wenn es sie am wenigsten verdient.”

Diesen Satz habe ich vor vielen Jahren mal in einem Buch gelesen und er hat mich sofort berührt. Wie oft schon habe ich diesen Satz auf mich angewandt?

Auch in mir gibt es solch ein kleines Kind, das ab und zu alles kaputt machen will in seiner Verzweiflung. Das wie ein Igel seine Stacheln ausfährt und niemanden an sich herankommen lässt. Das sich selbst und die ganze Welt nicht leiden kann.

Und genau dann, wenn ich mich selbst gerade am wenigsten mag, wenn ich am meisten von mir enttäuscht bin, genau dann braucht dieses Kind in mir Verständnis, Trost und Zuwendung.

Ja, es fällt schwer, mich selbst dann anzunehmen. Schließlich wäre ich dann gern weniger kindisch, weniger emotional, weniger doof. Aber ich versuche es trotzdem.

Ich stelle mir vor, wie ich dieses enttäuschte und traurige Wesen in die Arme nehme und ihm sage: “Ok, hat nicht so geklappt, wie wir uns das vorgestellt haben. Morgen probieren wir es einfach noch einmal. Ich hab dich trotzdem lieb.”

Und ich kann Ihnen sagen: es hilft. Plötzlich fließen die Tränen, plötzlich löst sich etwas. Und ich kann mich wieder spüren. Kann wieder sehen, was ich tatsächlich brauche, kann mich wieder so akzeptieren, wie ich bin: Nicht perfekt, aber ganz unverwechselbar ich selbst.

Geben auch Sie Ihrem inneren Kind das, was es am meisten braucht: Liebe und Zuwendung. Gerade dann, wenn es sie am wenigsten verdient.

