

22.08.2025 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christine Findeis-Dorn,

Supervisorin/Coach DGSv, Wiesbaden, katholisch

Einander wachsen lassen

„Umgib dich nur mit Menschen, die dich weiterbringen.“

So wird ein Satz der berühmten US-amerikanischen Moderatorin Oprah Winfrey oft ins Deutsche übersetzt. Das englische Original gefällt mir besser: „*Surround yourself with only people who are going to lift you higher.*“ Umgib dich nur mit Menschen, die dich auf eine höhere Ebene bringen. Mit dem „higher“ kommt eine andere Dimension ins Spiel. Es geht nicht um Menschen zur Profitmaximierung, für ein ständiges „Größer. Schneller. Weiter“, für mehr Likes in den Sozialen Medien. Sondern um Menschen, mit denen ich in andere, höhere Dimensionen kommen kann.

Ich hatte viele solcher Menschen in meinem Leben

In meinem Leben hatte ich viele solcher Menschen. An erster Stelle meine Mutter. Dann meine allererste Lehrerin. Sie hatte meine Eltern angefleht: „Bitte lassen Sie das Kind ein Instrument lernen.“ Aus Langeweile war ich in der Schule oft vorlaut und zappelig. Mit dem Blockflöte- und Klavierspielen hatte ich dann alle Hände voll zu tun und eine neue Dimension aufgetan, die mich bis heute erfüllt: die Musik.

Mit denen habe ich gelernt: Man kann über alles miteinander sprechen

Neben Familie und Schule waren es Menschen in Gemeinden, die mich auf andere Ebenen gebracht haben. Begeisterte Seelsorgerinnen und Gruppenleiterinnen, mit denen ich gelernt habe: Über Gefühle und Gedanken, über Glauben, Zweifel und Träume kann man miteinander sprechen!

Von anderen Menschen musste ich mich im Lauf des Lebens trennen

Leider gibt es aber auch andere. Menschen, die es nicht so gut aushalten, wenn man selbst wächst und gedeiht. Die einen neidisch oder missgünstig beäugen, beruflich, sogar im Freundeskreis. Von solchen Menschen habe ich mich im Lauf meines Lebens auch trennen müssen, manchmal unter großen Schmerzen.

Nicht einander runterziehen, sondern uns zu neuen Höhen verhelfen

Ich achte deshalb immer mehr darauf, ob mich die Menschen in meinem Umfeld wachsen lassen. Mein Mann gehört natürlich dazu. Freundinnen und Freunde. Manche Verwandte, viele Wahlverwandte, bestimmte KollegInnen und Nachbarinnen. Mit ihnen kann ich reden, neue Wege gehen und selbst auch anders werden, freier.

Gerade an Wochenenden oder in freien Zeiten verabrede ich mich mit Menschen, von denen ich weiß: Wir geben einander Schwung. Und ich glaube, dass Gott das auch will: Dass wir einander nicht runterziehen, sondern zu neuen Höhen verhelfen.