

02.10.2021 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Charlotte von Winterfeld,

Evangelische Pfarrerin, Frankfurt

Egal, was du bist - Hauptsache, es macht dich glücklich!

Sprecherin: Ingrid el Sigai

Morgens nach dem Aufstehen schaue ich mich beim Zähneputzen kritisch in den Spiegel. Es ist deutlich zu sehen, ich werde älter. Falten sind hinzugekommen, besonders um die Augen herum. Und seit neustem trage ich eine Gleitsichtbrille. Jetzt klappt es mit dem Lesen wieder deutlich besser. Was mir der Spiegel noch zeigt: rundliche Formen am Körper. Es könnten ein paar Kilos weniger sein.

Wichtig ist die Frage: Bin ich zufrieden mit meinem Leben?

Wichtiger als diese äußeren Faktoren ist aber etwas Anderes. Bin ich zufrieden mit mir und meinem Leben und wie es bisher gewesen ist? Das wechselt phasenweise ab. Oft genug hetze ich so durch den Tag. Wende mich nach rechts und links, um allen gerecht zu werden. Und am Ende werde ich dadurch niemandem gerecht. Schwerpunkte zu setzen, das fällt mir manchmal schwer.

Könnte ich mich noch optimieren?

Könnte ich nicht mehr aus mir und meinem Leben machen? Mich irgendwie optimieren? Nein, ich meine damit nicht mein Zeitmanagement, um noch mehr in den Tag zu packen. Ich möchte manchmal einfach mehr zu mir selbst kommen. Und zu dem, was wichtig ist.

Manchmal steht man sich selbst im Weg

Und stehe mir dabei selbst im Weg. Mit meinen vielen Scheren im Kopf, wie ich zu sein habe, wie ich meine Kinder begleiten soll und was ich ihnen bieten muss, damit es eine gute Kindheit ist, was ich im Beruf leisten muss, damit ich gut bin.

Ein Lied von Farin Urlaub bringt es auf den Punkt

Da fällt mir ein ziemlich lustiges und schönes Lied ein von Farin Urlaub, einem Rockmusiker und Sänger. Farin Urlaub singt: Es ist egal, was du bist - Hauptsache ist - Es macht dich glücklich. In dem Lied stellt Farin Urlaub viele Fragen nach dem, was einen ausmacht.

Lass dir das Leben nicht kaputtmachen, denn das Leben ist schön

Bist du ein Zugereister? Liebst du die Menschen? Bist du lieber allein? Er fragt nach Vorlieben: Bist du lieber im Schatten oder in der Sonne? Eher Feinschmecker oder lieber Imbissbudenfreundin? Sein Fazit: Lass dir das Leben nicht kaputtmachen, von wem auch immer, denn das Leben ist schön.

Ich muss nicht allen Ansprüchen gerecht werden

Das Lied singt von einer großen Befreiung. Die vielen Ansprüche, die von außen an mich gestellt werden oder die ich selbst an mich richte, sie haben ihren Platz, aber sie müssen mich nicht beherrschen. Ein Lied zum Abschütteln all dessen, was mich einengt.

Es ist egal, was du bist, wie du bist, wie du lebst, was du machst, was du hinkriegst - Hauptsache ist - Es macht dich glücklich.

Das Lied ist für mich wie ein Wink von oben. So als würde Gott mir am Anfang des Tages vor dem Spiegel zuflüstern: Begrüß dich doch freundlich, wenn du dich siehst! Und wenn du merkst, du stehst dir selbst im Weg, dann sage: Ist ja nicht das erste Treffen.