



Selbsterziehung



Wir haben in dieser Ausgabe nun schon viel über die verschiedenen Rollen nachgedacht, die wir als Frauen innehaben. Damit wir aber unsere Rollen ganz ausfüllen und leben können, ist es von entscheidender Bedeutung, dass wir mit uns selbst im Reinen sind. . Gelingt es uns mit unserem Ich versöhnt zu sein, sind wir ein gutes Stück des Weges weiter.

TEXT: **Manuela Fletschberger**

Ich bin so wie ich bin

Ich. Ich bin. Ich bin ich. Niemand sonst. Ich denke. Ich fühle, ich nehme wahr, ich handle, so wie nur ich es kann. Ich sehe mein Leben mit meinen Augen. Ich denke über die Dinge, die mir begegnen, in meinem mir eigenem Denkmuster. Ich nehme Dinge wahr, wie es mir mein ganz persönlicher Lebenskontext ermöglicht. „Jede Aussage, die ich mache, enthält, offen oder mitgemeint, das Wort ‚ich‘. Jeder Akt, den ich vollziehe, ist getragen von ‚mir‘. Was in meinem Lebensbereich geschieht, betrifft ‚mich‘...Mein Ich-Sein ist für mich das Selbstverständliche; das Erste, der Kern von allem Übrigen.“ (1)

Wir sehen die Welt immer durch die „Ich-Brille“. Wir können sie nicht abnehmen, sie wechseln. Alles, was uns begegnet, färben wir mit unserer Farbe ein, und diese ist ein Gemisch aus einerseits allen Anlagen und Gaben, die uns einzigartig machen und andererseits aus allen Erfahrungen, die wir bis zu diesem Zeitpunkt gemacht haben. Alles, was uns begegnet, widerfahren ist. Alles, was wir gefühlt und gespürt haben. Alles, was wir gelernt und angenommen haben.

Meinen Platz einnehmen – mich selbst annehmen

Unser Ich ist, mit allem, was uns ausmacht, allgegenwärtig und beeinflusst jeden unserer Gedanken und jede unserer Handlungen. Um nun in Frieden mit uns selbst zu sein, ist es wichtig, uns mit unserem ganzen Sein anzunehmen. Romano Guardini bringt es in seinem Büchlein „Die Annahme meiner selbst“, sehr klar zum Ausdruck: „An der Wurzel von allem liegt der Akt, durch den ich mich selbst annehme. Ich soll damit einverstanden sein, der zu sein, der ich bin. Einverstanden, die Eigenschaften zu haben, die ich habe. Einverstanden, in den Grenzen zu stehen, die mir gezogen sind...Die Klarheit und Tapferkeit dieser Annahme bildet die Grundlage alles Existierens.“ (2) Um uns selbst so annehmen zu können, wie wir sind, müssen wir wahrhaft tapfer sein. Gibt es doch immer etwas, das uns im Weg zu stehen scheint, wenn es darum geht, mit uns selbst einverstanden zu sein.

Uns selbst annehmen zu können bildet die Grundlage für ein zufriedenes Leben und das eigene Wohlbe-



(1) (2) (3) (4) (vgl. Guardini, Romano 2017. Die Annahme seiner selbst. Kevelaer: 11. Taschenbuchauflage)

finden. Denn wir müssen es sozusagen rund um die Uhr mit uns selbst aushalten, und hier stoßen wir in Bezug auf unser Sein immer wieder an die gleichen Grenzen.

Auf der Suche nach dem Ich

Kennen wir uns? Wissen wir, was wir gut können und was nicht? Haben wir uns unsere Denkmuster schon einmal bewusst gemacht? Kennen wir unsere Selbstgespräche? Wie sieht unser innerer Monolog aus? Uns mit diesen Fragen zu beschäftigen ist ein erster Ansatz, um das eigene Ich bewusster wahrzunehmen.

Antworten

Fragen nach dem eigenen Ich sind immer existenzieller Natur. Sie bekommen, je ehrlicher und aufrichtiger wir sie stellen, eine unfassbare Tiefe und sind getragen von einer Sehnsucht, die jedem Menschen zu eigen ist. Doch wo finden sich die Antworten? Und zwar nicht scheinbare oder oberflächliche. Sondern

jene Antworten, die uns ganz und gar treffen und befriedigen, im Sinne von Frieden schenken. Hier wollen wir noch einmal Romano Guardini zu Wort kommen lassen: „Die Fragen der Existenz: Warum bin ich der, der ich bin? Warum geschieht mir, was mir geschieht? Warum ist mir versagt, was mir versagt ist? Diese Fragen bekommen ihre Antwort nur in der Beziehung zu Gott.“ (3) Weiters weist Guardini darauf hin, dass diese Beziehung nicht nur abstrakt gedacht, sondern lebendig erfahren werden soll. An dieser Stelle schließt sich nun der Kreis zu unserem Artikel „Kind Gottes sein“. „Wer ich bin, verstehe ich nur in dem, was über mir ist. Nein: in Dem, der mich mir gegeben hat.“ (4)

Zeugnis von Katharina

„Ich ärgerte mich sehr oft über mich selbst. Weil ich vieles gerne besser machen würde. Weil ich wieder mal etwas nicht auf die Reihe bekam und dann die Konsequenzen davon tragen musste. Dieses Ärgern ging sogar soweit, dass es meine ganze Laune verpestete, was auch mein Mann und mein Kind zu spüren bekamen. Hinzu kam, dass ich mit meiner Rolle als erwachsene Tochter meiner Eltern nicht wirklich zurechtkam, weil ich, immer wenn ich mit ihnen in Kontakt war, nicht mehr ich selber war. Ich war zurückhaltend. Redete anders und sagte auch nicht das, was ich dachte, nur um Konflikte zu vermeiden. Ich war unrund und unzufrieden. Als es wieder einmal ganz schlimm und ich innerlich verbittert war, hallten in meinem Herzen ganz deutlich zwei Wörter wieder: ‚Hör auf!‘. ‚Womit?‘ war meine Reaktion. Dieser Moment ist nun ein halbes Jahr her und seitdem wurde mir stückchenweise klarer, womit ich aufhören soll. Nämlich mit all dem, was mich durch mein eigenes Denken und Handeln innerlich verbittert. Ich versuche aufzuhören, mich ständig über meine Unzulänglichkeiten zu ärgern. Ich versuche aufzuhören mit der negativen Haltung meinen Eltern gegenüber und ihnen stattdessen mit Liebe, Geduld und Güte zu begegnen. Dadurch verändere ich mich. Nein, dadurch verändert ER mich. Denn mittlerweile bin ich mir sicher, dass es Gottes Stimme war, die mir zurief ‚Hör auf!‘.“

Seite
31

Ich soll mich in mein Selbst stellen, wie es ist, und die Aufgabe übernehmen, die mir dadurch in der Welt zugewiesen ist.

Romano Guardini