Post für Sie!

Ihr Lieben alle!

»Aber es kann doch nicht sein, dass es immer meine Sache ist, mit Verletzungen klar zu kommen, weil – so wie Sie sagen – meine Geschichte mit allen Vor-Erfahrungen im Wesentlichen entscheidend dafür ist, was ich hier und jetzt von meinem Umfeld verletzend empfinde und was nicht. Dann habe ich ja praktisch nie das Recht andere für ihre Untaten zur Verantwortung zu ziehen!«

So ungefähr äußerte sich vor einigen Wochen ein enttäuschter und erschöpfter Klient, der sich zutiefst danach sehnte, Recht zu haben, der so unendlich gern auf der sicheren Seite im Leben sein wollte. Ich habe ein großes Herz für Menschen mit dieser Sehnsucht – weil ich sie natürlich von mir selbst kenne!

Okay, dann phantasiere ich einmal für ein paar Momente mit Ihnen, es gäbe die objektive Verletzung, also eine Schädigung, die objektiv betrachtet nicht tolerierbar ist. Das Problem ist: Wenn es etwas gibt, dann ist es schon DA, ob ich das nun will oder nicht; ob ich es als tolerierbar oder nicht tolerierbar bewerte. Es ist schon DA und Teil meiner Lebenswirklichkeit! Viele Menschen suchen in ihrem Schmerz / in empfundener Verletzung nach etwas oder nach jemandem, der die Verantwortung dafür hat, dass sie diesen Schmerz / diese Verletzung erleiden. Und damit bringen sie sich selbst in die Rolle des Opfers! Der Preis für den Nachweis objektiver Verletzung ist also zunächst keinesfalls die Wiederherstellung von Recht und Ordnung – zunächst ist es Opfer-Sein und Abhängigkeit vom jeweiligen Gegenüber und seiner Einsicht. Und diese Einsicht tritt nur in den seltensten Fällen ein, weil das Gegenüber (mit anderer persönlicher Geschichte!) meist eine andere Einschätzung und Bewertung des eigenen Verhaltens hat!

»Die Moral ist die Wichtigtuerei des Menschen vor der Natur.« So hat es Reinhold Messner im Oktober 2019 in einer Talk-Show formuliert. Weil wir Menschen erleben, dass wir »nur ein Teil des Lebens« sind und somit seiner Kraft untergeordnet existieren, flüchten wir in vermeintliche Stärke, indem wir Entwicklungen / Erscheinungen des Lebens bewerten … und manövrieren uns damit immer wieder in Abhängigkeit und Opfer-Dasein. Befreien würde uns hingegen, wenn wir die jeweilige Situation ernstnehmen und gleichzeitig nach innen schauen, um zu erkennen, welcher Schmerz in uns (wieder) zum Klingen kam und wie wir ihn selbst mit liebevoller Zuwendung heilen können – denn das genau heißt erwachsen zu sein: **Jede Situation in verantwortlicher Selbstsorge sinnvoll weiter zu gestalten. Das macht wirklich unabhängig und heil – im Innen wie im Außen!** Oder wie es Karl Valentin so treffend formuliert: »Mischens sich nicht in die Angelegenheiten anderer. Mischens sich in Ihre eigenen Angelegenheiten!«

In diesem Sinne wünscht Ihnen und Euch (und mir!) von ganzem Herzen ein erfolgreiches 2020

Elisabeth Johannsen

Hambach, 20. Januar 2020

Bildquelle: PRIO4D auf pixabay.com