



Kaktus-Schmerzen

Ich war unvorsichtig. Beim Gießen der Kaktee. Jedenfalls ist da jetzt dieser winzige Stachel. Am kleinen Finger. Erst merke ich das gar nicht. Aber dann spüre ich bei jeder Gelegenheit einen ziemlich unangenehmen Schmerz. Blöd nur: Ich sehe da nichts. Der Stachel ist zu klein. Im Laufe des

Tages werde ich fast wahnsinnig. Nicht, weil der Schmerz groß wäre. Sondern weil ich ihn immer wieder spüre. Ich werde stinkig. Ich meine, wir reden schließlich nur über einen kleinen Finger. Doch Minute um Minute merke ich, wie oft ich diesen kleinen Finger offenbar in Anspruch nehme. Ich schnüre mir die Schuhe – Schmerz. Ich streiche mir die Brotkrumen von der Hose – Schmerz. Ich kratze mich am Arm – Schmerz. Ich ziehe meine Jacke an – Schmerz. Und so geht das weiter. Den ganzen Tag. Egal, was ich mache. Dieser kleine, nervige Schmerz erinnert mich immer und immer wieder daran, dass da mit meinem kleinen Finger etwas nicht in Ordnung ist. Mit einem Körperteil, dem ich sonst keine Beachtung schenke. Weil es doch eigentlich nicht so wichtig ist.

Irgendwo zwischen Schmerz und Ärger fällt mir auf: Mit Menschen geht es mir manchmal ähnlich. Die betrachte ich dann auch wie "kleine Finger" – nehme die also "nicht wichtig" wahr. Zumindest so lange, wie sie funktionieren. Wie sie mir nicht querkommen. Klar: Was mein kleiner Finger leistet ist nicht so wichtig wie das, was mein Herz tut. Mein großer Zeh ist nicht so entscheidend wie mein Hirn. Und meine Haare sind nicht so bedeutsam wie meine Lunge. Aber der Stachel der Kaktee erinnert mich doch daran, wie unwohl ich mich fühle, wenn der kleine Finger mal nicht funktioniert, wie ich mir das wünsche. Und er erinnert mich daran, nicht nur auf das zu schauen, was dieser kleine Finger leistet. Das ist es nämlich nicht, was ihn ausmacht. Und vielleicht ist das auch ein guter Hinweis darauf, wie ich mit anderen umgehen sollte. Dass eben alles auf eigene Weise wertvoll ist. Und mir sollte bewusst sein, dass es dem ganzen Körper nicht gut tut, wenn auch nur der kleine Finger Schmerzen hat. Der Kaktusschmerz erinnert mich daran, dass ich Respekt haben sollte vor allem, was zu mir gehört. Was Teil meines Lebens ist. Den Körperteilen und allem anderen auch. Und wenn mir dieser Anspruch an manchen Tagen zu durchgeistet daherkommt, dann sagt mir mein Kaktusschmerz: Ok – Dir steht vielleicht heute nicht der Kopf nach Rücksichtnahme auf "kleine Finger". Aber denk doch mal nach, für wen Du alles nur ein kleiner Finger bist. Und dann klappt das mit dem Respekt und der Rücksichtnahme auch gleich schon wieder ein bisschen besser.