Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 5 | 25.02.2017 06:55 Uhr | Ingelore Engbrocks

# Meine Selbstannahme

Guten Morgen!

Eigentlich bin ich resistent gegen nette kleine Geschichten mit pädagogischem Anspruch, aber eine dieser erzählten Weisheiten hat sich mir doch fest in mein Gedächtnis eingeprägt. Sie handelt von einer Eskimofrau, die regelmäßig eine europäische Familie besucht. Die Sprachbarriere verhindert ein Gespräch zwischen ihr und der Gastfamilie, aber sie kommt trotzdem immer wieder, sitzt schweigend in der Runde, und beim Gehen verabschiedet sie sich immer mit dem gleichen Satz, den die Gastgeber nicht verstehen. Irgendwann ist ein Dritter zu Gast, der beide Sprachen versteht und übersetzen kann. Die Familie erfährt endlich den besonderen Abschiedsgruß der Frau: Ich werde wiederkommen, denn ich liebe mich, wenn ich bei euch bin.

In dieser kleinen Geschichte verdichtet sich für mich eine spannende Wahrnehmung: Es hängt auch von anderen an, ob es mir gelingt, mich selbst zu lieben. Die Menschen um mich herum beeinflussen mich nämlich in der Weise, dass es mir mal leichter und mal schwerer fällt, mich selbst zu lieben, dass ich mal leichter zu mir finde und mir manchmal sogar fremd bleibe.

Anders formuliert. Meine Mitmenschen beeinflussen also nicht nur, was ich tue oder unterlasse, sondern auch meine eigene Selbstwahrnehmung.

Der Religionsphilosoph Martin Buber hat das einmal auf eine prägnante Formel gebracht. Er sagt: Der Mensch wird erst am Du zum Ich. Das heißt, der Mensch braucht ein Gegenüber, um sein eigenes Ich, seine Identität auszubilden. Buber schreibt, es gibt nicht das Bewusstsein Ich bin Ich – sozusagen im luftleeren Raum, sondern es braucht immer das Ich in einer Grundbeziehung Ich und Du, also zum anderen Menschen. Das bedeutet für mich: Ich brauche die Menschen um mich herum nicht nur, damit ich mich selbst erkennen kann, sondern auch, um mich selbst anzunehmen, meine Einzigartigkeit zu erkennen und mich zu lieben. Wenn ich so im lebendigen Kontakt mit anderen bin, dann wird meine Selbstliebe

auch nicht zur narzistischen, selbstverliebten Form, die anderen keinen Raum mehr lässt.

Charlie Chaplin hat sich anscheinend auch damit auseinandergesetzt, was Selbstliebe bedeutet, zumindest wird ihm ein Text zugeschrieben, der dieses Thema beleuchtet. Dieser Text hängt in meinem Flur, und ich erlebe immer wieder mal, dass meine Besucher lange davor stehen bleiben und sich immer wieder vom Text fesseln lassen. Da heißt es unter anderem:

Als ich mich selbst zu lieben begann, befreite ich mich von allem, was nicht gut für meine Gesundheit ist, von Speisen, Menschen, Dingen, Situationen und von allem, das mich hinunterzog und weg von mir selbst. Anfangs nannte ich diese Haltung gesunden Egoismus. Heute weiß ich, es ist Selbstliebe.

Folgt man Charlie Chaplin, dann hat Selbstliebe offenbar etwas mit Entschlackung zu tun: von dem befreien, was nicht gut tut, und das suchen, was stärkt. Und dem will ich heute mal nachgehen, denn ich habe frei und starte in das Wochenende. Mit Charlie Chaplin an meiner Seite prüfe ich, wo meine Kraftquellen sind und welche der Menschen um mich herum mir so gut tun, dass ich ihnen eigentlich auch einmal diesen großartigen Gruß der Eskimofrau zukommen lassen könnte: Ich werde wiederkommen, denn ich liebe mich, wenn ich bei euch bin.

Aus Oberhausen verabschiedet sich Ingelore Engbrocks