EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

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

Kirche in 1Live | 13.04.2019 floatend Uhr | Lisa Kielbassa

Der innere Kritiker

Was du nicht willst, was man dir tut, dass füge keinem anderen zu. Gefühlt war das der Standardspruch meiner Erzieherin im Kindergarten. Jeden Morgen im Stuhlkreis hat sie ihn uns eingetrichtert und dabei streng in die Runde geschaut.
Heute würde ich mir und meiner Generation manchmal gerne eintrichtern: Was du nicht willst, was man dir tut, dass füge dir nicht selber zu - und dabei natürlich genauso streng gucken können, wie die Erzieherin damals.
Denn wir alle kennen ihn doch: Den inneren Kritiker. Die Stimme die ständig fragt, warum ich so wenig Sport mache, so viel Ungesundes esse, so wenig lese, so viel-ach, die Liste ist unendlich. Warum höre ich eigentlich auf die Stimme, obwohl sie mir nicht guttut?

Schon als Kinder begreifen wir, dass wir aus Fehlern lernen müssen und Selbstreflexion bewahrt uns sicherlich vor dummen Entscheidungen. Doch mit dem Scheitern meiner Freunde, gehe ich oft verständnisvoller um, als mit meinem Versagen. Bei ihnen unterscheide ich zwischen dem, wer sie sind und dem was sie tun. Damit könnte ich bei mir doch auch mal anfangen. Dem inneren Kritiker vorhalten, dass mir eine besondere Würde zusteht. Einfach dadurch, dass ich bin. Denn wir alle tragen diese Würde in uns. Nicht nur durch das Grundgesetz, sondern auch durch einen Gott, der uns bedingungslos liebt. Der sich über unsere Existenz freut. Egal ob wir abhängen, durchhängen oder mal wieder verpennen.
Sein Standardspruch ist übrigens: Liebe deinen nächsten WIE DICH SELBST.

Sprecherin: Alexa Christ