



Aus meiner Quelle

Zugeständnis

Machst du Zugeständnisse?
Überschreitest deine Grenzen, missachtest deine Bedürfnisse?
Warum?
Wagst du nicht zu dir zu stehen, dir all das zuzugestehen, was du brauchst?
Warum?
Warum tust du das mit dir? Warum achtest du dich nicht?
Hast du es nicht „verdient“, dass du dich achtest?
Warum gestehst du anderen etwas zu und dir nicht?
Warum kommst du anderen entgegen und dir nicht?
Warum vernachlässigst du dich selbst?
Höre auf, auf dir herumzutreten,
höre auf, dich zu misshandeln.
Oder willst du etwas büßen?
Welche „Schuld“ hast du dir aufgeladen?
Welchen Makel trägst du denn in dir?
Ist dein Mangel denn so groß, dass du es allen zeigen musst?
„Seht her, ich bin nichts wert, ich gesteh euch alles zu, was ihr wollt.
Doch dafür gebt mir etwas Liebe, etwas Achtung, Anerkennung.
Ich geb euch doch soviel!“
Meinst du wirklich viel zu geben, weil du dich selbst nicht anerkennt?
Du gibst nur, weil du haben willst, du gibst nur mit Bedingung.
„Seht her, ich geb euch, was ihr wollt, gebt mir das, was ich brauche.“
So gibst du nicht aus deinem Herzen und bleibst dabei ganz arm und klein.
Du hältst dein Herz dabei verschlossen, auch für dich selbst.
So kannst du nichts von dem empfangen, was du so sehr ersehnt.
Du stehst mit leeren Händen da, weil du dir selbst nichts gibst,
weil du dir selbst nicht zugestehst, was du am meisten brauchst:
Liebe, Zugewandtheit, Anerkennung, Unterstützung, Achtsamkeit.
All das fehlt dir so sehr.
Man hat es dir nicht geben können.
Du hast daraus geschlossen, dass man es dir nicht geben kann,
weil du nicht „richtig“ bist.
So hast du immer angenommen, dass du es „richtig“ machen musst,
um wirklich zu verdienen, dass man dich anerkennt.
Oh, welch ein Trugschluss!
Der Mangel lag bei denen, die dir nicht geben konnten,
was du so sehr gebraucht hast.
Sie hatten keinen Zugang zu ihrer eigenen Quelle,
sie konnten sich die Liebe ja selbst nicht zugestehen.
Sie waren arm an Liebe, viel ärmer noch als du.
Doch du bist reich, du kennst die Quelle deines Herzens,
du kannst dich stets versorgen lassen, wenn du es willst.
Wenn du entscheidest, dass dir Liebe zusteht,
wenn du entscheidest, dein Herz ganz weit zu öffnen für dich selbst,
wirst du erfüllt sein von der Liebe deines Herzens.
Gib dir dieses Zugeständnis, und du wirst heilen können an dir selbst.