

Hessischer Rundfunk: "Zuspruch am Morgen, HR1"  
Claudia Rudolff, Pfarrerin  
Felsberg

12.01.2009

## Blickrichtung ändern

Anthony de Mello erzählt von einem Mann, der an die Zimmertür seines Sohnes klopft und ruft: „Jim, wach auf!“ Jim ruft zurück: „Ich mag nicht aufstehen, Papa.“ Darauf der Vater noch lauter: „Steh auf, du musst in die Schule!“ „Ich will nicht zur Schule gehen.“ „Warum denn nicht?“, fragt der Vater. „Aus drei Gründen“, sagt Jim. „Erstens ist es so langweilig, zweitens ärgern mich die Kinder, und drittens kann ich die Schule nicht ausstehen.“ Der Vater erwidert: „So, dann sag ich dir drei Gründe, wieso du in die Schule musst: Erstens ist es deine Pflicht, zweitens bist du 45 Jahre alt, und drittens bist du der Klassenlehrer.“

Auf etwas lustige Weise erzählt de Mello, dass wir manchmal jemanden brauchen, der uns die Meinung sagt und uns aus unserer Depression holt. Manchmal ereilen auch mich dunkle Gedanken in meinem Alltag. Ich habe an nichts richtig Lust, weil ich nur auf das blicke, was mir nicht gelingt. Lade ich zum Beispiel 25 Leute zu einer Tagung ein und es kommen nur zehn, denke ich darüber nach, woran das liegt. Ich sehe nicht auf die 10, die sich interessieren. Oder mit meinen Freundinnen rede ich häufig nur darüber, wo die Kinder schwierig sind und in welchen Schulfächern es zur Zeit gar nicht läuft. Ich kenne das auch aus vielen Gesprächen. Nur selten steht das im Mittelpunkt des Gespräches, was uns an unseren Kinder freut und wir dankbar sind, dass sie gesund sind und Spaß am Leben haben.

So vieles Gute nehme ich im gewohnten Tagesablauf gar nicht zur Kenntnis, weil ich es unter der Überschrift „normal“ oder „selbstverständlich“ einfach abhake. Keine Einstellung, die glücklich macht! Da möchte ich wie Jim am liebsten liegenbleiben, weil der Blick auf die Liste mit den Defiziten alle Freude nimmt.

Deshalb versuche ich das zu ändern. Denn: Es ist doch meine Entscheidung, auf was ich meinen Blick lenke. Wo ich mit einem positivem Blick und guten Gefühlen mein Leben und meinen Alltag betrachte, geht vieles leichter. Dankbar will ich für die Dinge sein, die angeblich selbstverständlich gelingen. Ich vertraue darauf: wenn das

**Hessischer Rundfunk: "Zuspruch am Morgen, HR1"**  
**Claudia Rudolf, Pfarrerin**  
Felsberg

12.01.2009

möglich ist, habe ich Kraft zum Aufstehen und kann auch in die Worte des Psalms (103, Vers 2) einstimmen: „Lobe den Herrn meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat“.