



## **Gönne Dich Dir selbst**

Wenn Du Dein ganzes Leben und Erleben völlig ins **Tätigsein** verlegst und keinen Raum mehr für die **Besinnung** vorsiehst, soll ich Dich da loben? Darin lobe ich Dich nicht. Ich glaube, niemand wird Dich loben, der das Wort Salomos kennt: „Wer seine Tätigkeit einschränkt, erlangt Weisheit“ (Sir 38,25). Und bestimmt ist es der Tätigkeit selbst nicht förderlich, wenn ihr nicht die Besinnung vorausgeht.

Wenn Du ganz und gar für **alle** dasein willst, nach dem Beispiel dessen, der allen alles geworden ist (Kor 9,22), lobe ich Deine **Menschlichkeit** - aber nur, wenn sie voll und echt ist. Wie kannst Du aber voll und echt Mensch sein, wenn Du **Dich selbst** verloren hast? Du bist ein Mensch. Damit Deine Menschlichkeit allumfassend und vollkommen sein kann, mußt Du also nicht nur für alle anderen, sondern auch **für Dich selbst ein aufmerksames Herz** haben. Denn was würde es Dir sonst nützen, wenn Du - nach dem Wort des Herrn (Mt 16,26) - alle gewinnen, aber als einzigen Dich selbst verlierst würdest? Wenn also alle Menschen ein Recht auf Dich haben, dann **sei auch Du selbst ein Mensch, der ein Recht auf sich selbst hat**. Warum solltest einzig Du selber nichts von Dir haben? Wie lange bist Du noch ein Geist, der ansieht und nie wieder heimkehrt (Ps 78,39)? Wie lange noch schenkst Du allen anderen Deine Aufmerksamkeit, nur nicht Dir selber? Du fühlst Dich Weisen und Narren verpflichtet und verkennst einzig Dir selbst gegenüber Deine Verpflichtung? ... Bist Du etwa Dir selbst ein Fremder? Und bist Du nicht jedem fremd, wenn Du Dir selber fremd bist? Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wem kann der gut sein?

Denk also daran: **Gönne Dich Dir selbst**. Ich sage nicht: Tu das immer, ich sage nicht: Tu das oft, aber ich sage: Tu es immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für Dich selbst da, oder jedenfalls sei es nach allen anderen.

(Bernhard von Clairvaux an Papst Gregor III.)