



Die Liebe zu sich selbst.

Es gibt nicht nur den Umgang mit Anderen, sondern auch den Umgang mit sich selber. Wie gehe ich mit mir um? Mag ich mich selber? Habe ich mir schon einmal eine Freude gemacht? Eine gesunde Selbstliebe ist Voraussetzung für die Nächstenliebe. Dies ist die Realität, von der auch Jesus ausgeht: „du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ (Mk 12. 31). Wer sich selber nichts vergönnt, der kann auch einem anderen kaum etwas vergönnt.

Der Umgang mit sich selber, die Selbstliebe, bedeutet auch: sich selber bis in den letzten Grund kennen und sich die entscheidende Frage stellen: „Was bin ich, ohne das Leben?“ Gerade im Allerseelenmonat sollen wir uns diese Frage stellen. Wir wissen alle, dass der Mensch zerfällt. Die entscheidende Frage ist aber: was bleibt übrig von uns, wenn der Mensch zerfällt? Viele Menschen stellen sich diese Frage leider erst am Sterbebett, wenn es zu spät ist! Für uns Christen gilt: „Jesus Christus ist der Retter, der unseren armseligen Leib verwandeln wird in die Gestalt seines verherrlichten Leibes“ (Phil 3,20.21).



Selbstliebe

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 selbst nichts von dir haben?
Wie lange noch schenkst du allen anderen deine Aufmerksamkeit, nur nicht dir selber?
Bist du dir etwa selbst ein Fremder? Bist du nicht jedem fremd, wenn du dir selber fremd bist?
Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wie kann der gut sein?

Denke also daran: Gönn 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 (1091-1153), französischer Zisterzienser-Abt und Theologe



Hast du dich selbst lieb, so hast du alle Menschen lieb wie dich selbst. Solange du einen einzigen Menschen weniger lieb hast als dich selbst, so hast du dich selbst nie wahrhaft lieb gewonnen.

Meister Eckhart (1260-1328), deutscher Dominikaner, Mystiker



**Caritas
&Du**
PfarrCaritas

Vergiss nicht, dich selbst zu lieben

Sören Kierkegaard (1813-1855), dänischer Philosoph, Theologe und Schriftsteller

www.caritas-stpoelten.at



Dass **ohne Liebe zu sich selbst auch die Nächstenliebe unmöglich ist**, dass der Selbsthass genau dasselbe ist und am Ende genau dieselbe grausige Isoliertheit und Verzweiflung erzeugt wie der grelle Egoismus.

Hermann Hesse (1877-1962), deutscher Dichter



Liebes Kind,

ich kenne dich ganz genau, selbst wenn du mich vielleicht noch nicht kennst. Psalm 139,1

Ich weiß, wann du aufstehst und wann du schlafen gehst. Ich kenne alle deine Wege. Psalm 139,3

Ich habe dich nach meinem Bild geschaffen. 1. Mose 1,27

Du bist mein Kind. Apostelgeschichte 17,28

Du warst kein Unfall. Ich habe jeden einzelnen Tag deines Lebens in mein Buch geschrieben. Psalm 139,15-16

Ich habe den Zeitpunkt und den Ort deiner Geburt bestimmt und mir überlegt, wo du leben wirst.

Apostelgeschichte 17,26

Ich habe Pläne für dich, die voller Zukunft und Hoffnung sind. Jeremia 29,11

Meine guten Gedanken über dich sind so zahlreich wie der Sand am Meeresstrand. Psalm 139,17-18

Ich freue mich so sehr über dich, dass ich nur jubeln kann. Zefanja 3,17

Wenn dein Herz zerbrochen ist, bin ich dir nahe. Psalm 34,18

Wie ein Hirte ein Lamm trägt, so trage ich dich an meinem Herzen. Jesaja 40,11

Eines Tages werde ich jede Träne von deinen Augen abwischen.

Und ich werde alle Schmerzen deines Lebens wegnehmen. Offenbarung 21,3-4

Ich habe alles für dich aufgegeben, weil ich deine Liebe gewinnen will. Römer 8,31-32

Ich frage dich nun: Willst du mein Kind sein? Johannes 1,12-13

Ich warte auf dich. Lukas 15,11-32

In Liebe, Dein Vater – allmächtiger Gott



Frag dich nicht, was die Welt braucht,
sondern frage dich selbst,
was dich lebendig werden lässt.
Und dann geh und tu das.
Denn was die Welt braucht,
sind Menschen,
die lebendig geworden sind.

Howard Washington Thurman



Zu viele Menschen
bewerten zu stark,
was sie nicht sind,
und zu wenig,
was sie sind.

Malcolm S. Forbes



Selig ist der Mensch,
der mit sich selbst in Frieden lebt!
Es gibt auf Erden
kein größeres Glück!

Matthias Claudius



Und Gott schuf den Menschen
nach seinem Bild,
nach dem Bild Gottes schuf er ihn,
als Mann und Frau.
(1 Mose 1,27)



Wer die Welt bewegen will,
sollte erst sich selbst bewegen.

Sokrates



Mit mir selbst Freundschaft
schließen bedeutet, zu jedem Teil
eine vertrauensvolle Beziehung
aufzubauen. Mich selbst zu lieben
bedeutet, jeden meiner Teile
zu lieben.



Wie würde sich mein Leben verändern wenn ich mich in mich selbst verlieben würde? Ich würde für mich einstehen, mir Zeit nehmen zu verstehen, nach meinem Lebenssinn zu hören, mich kennen lernen. Ich würde mit mir sprechen, mich jeden Tag mit mir verbinden, meine Ziele und Träume anhören, über meine eigenen Witze lachen ...
Ich würde mir Zeit nehmen, mir Notizen auszudenken, die ich verstecken würde, um sie dann wieder zu finden, wenn ich ein Lächeln brauche.

Bruce Mortensen