

Ich bin Fan von mir

Von Annemarie Koch



Darf ich das?

Was bedeutet es, ein Fan zu sein?

Als Kind war ich Fan von Freddy Quinn.

Sein Bild schmückte meine Zimmerwand.

Von den Erwachsenen wurde er Schnulzensänger genannt... das beleidigte mich enorm, bedeutet doch Schnulze etwas künstlerisch Wertloses, Sentimentales, Rührseliges, Kitschiges...

Ich schaue zurück... und... was kann ich daraus lernen?

Vieles! Eindrückliches! Tiefgründiges!

Wie ich auf diese Idee komme? Ich bin im Moment in einer Weiterbildung und erhielt dieses „Fan sein“ als Wochenaufgabe. So was Komisches, dachte ich zuerst, merkte jedoch schon bald, was für eine enorme Energie diese Aufgabe in sich trägt.

Doch zuerst zu meinem Gedankengang von Freddy Quinn zu anderen Fan-Momenten. Was passiert in mir, wenn ich Fan von etwas bin? Genau, es sind dies:

Begeisterung, Lebensfreude, Respekt, Achtsamkeit, „wow, ich gehöre dazu“, ich nehme mir Zeit, meinem „Star“ zu begegnen, ihn anzuhimmeln...

Hat das bei Dir auch ein Schmunzeln bewirkt?

Gehen wir weiter in dieser Geschichte... Fan von sich selbst sein beginnt mit der Geburt, mit dem ersten Atemzug. Wäre ich nicht Fan von mir, ich hätte diesen einen, ersten Atemzug nicht gemacht, trotz des Klaps auf den Hintern nicht.

Stundenlang bewundern Babys ihre Fingerchen, spielen mit ihren Zehen... ja, sie sind Fan von ihrem Körper. Sie beginnen ihr geschenktes Werkzeug zu erforschen und zu gebrauchen, fassen Gegenstände, formen erste Silben und später Wörter und... sehr schnell kriechen sie am Boden und beginnen sich an den Wänden hochzuziehen und sind Fan von all ihren Erkundigungen.

Über diese ersten 365 Tage könnte ich jetzt viele Seiten füllen.

Doch ich gehe jetzt weiter zum Eindrücklichen und Tiefgründigen. Zuerst, beim Gedanken: „Darf ich das überhaupt, Fan von mir sein?“ kam der tadelnde Satz: „Sei nicht egoistisch, eingebildet und überheblich.“

Und jetzt beginnt sie, die „Fan-Arbeit“ mit mir. Mir fällt auf, wie oft ich das erniedrigende Wörtchen „aber“ gebrauche, wenn ich glaube, etwas nicht zu können. Ersetz doch das Aber durch UND!

Ich bin Fan **UND** anerkenne meine Unzulänglichkeiten **und** freue mich, dass ich diese verändern darf, um noch mehr Grund zu haben, mein eigener Fan zu sein.

Und jetzt?

Nachdem ich mich durchgemustert habe, geht's nach draussen:

Zusammen mit meiner Atmung, meinem Körper und der Kraft, die ein solches Akzeptieren mit sich bringt, verpflichte ich mich, Fan von meinem Leben, meiner Arbeit, Fan von meinen Pflanzen auf dem Balkon und in der Natur, von meinem Büsi, meinen Mitmenschen, ja der ganzen Welt zu sein.

Von allen Mitmenschen? Auch...? Ja!

Sie zeigen mir meine Unzulänglichkeiten und ich kann diese mit einem UND in mir integrieren und die Situation verändern.

Das gibt unendlich viel Lebensfreude und Kraft. War das die Kraft, von welcher im kirchlichen Unterricht gepredigt wurde? Ich hatte sie früher im AUSSEN gesucht, dabei wartete sie in meinem Herzen... Ja, mit dieser neuen Haltung stärke ich nicht nur mich, sondern mein ganzes Umfeld.