

## *Nimm deinen Schmerz in Besitz*

Du fragst dich, ob es richtig ist, andere an deinem inneren Ringen teilnehmen zu lassen, vor allem diejenigen, denen zu dienen du aufgerufen bist. Du findest es hart, nichts von deinen eigenen Leiden und Sorgen denjenigen gegenüber zu erwähnen, denen du zu helfen versuchst. Du glaubst vielmehr, daß nichts, was zum Innersten deines Menschseins gehört, verborgen bleiben sollte. Du möchtest ein guter Weggefährte und kein distanzierter Reiseführer sein.

Die grundlegende Frage, um die es dabei geht, ist: »Machst du dir deinen Schmerz zu eigen?« Solange du dir deinen Schmerz nicht zu eigen machst – das heißt ihn in dein ganzes Tun und Lassen in der Welt einbeziehst –, besteht die Gefahr, daß du andere dafür benutzt, Heilung für dich zu finden. Wenn du mit anderen über deinen Schmerz sprichst, ohne ihn vollkommen zu besitzen, erwartest du etwas von ihnen, was sie nicht geben können. Infolgedessen wirst du dich frustriert fühlen und diejenigen, denen du helfen wolltest, werden sich in Verlegenheit gebracht, enttäuscht oder gar noch mehr bedrückt fühlen.

Wenn du aber deinen Schmerz vollkommen in Besitz genommen hast und du von denjenigen, denen du dienst, nicht erwartest, daß sie ihn mildern, kannst du über ihn ganz offen und frei sprechen. Dadurch kann das Teilnehmen an deinem Ringen ein Dienst werden und deine Offenheit Ermutigung und Hoffnung für andere sein.

Für dich ist dieser Dienst der Anteilnahme an deinem Ringen auch insofern unentbehrlich, als du dadurch Menschen hast, an die du dich mit deinen Nöten wenden kannst.

Du wirst immer verlässliche Menschen brauchen, denen du dich anvertrauen kannst. Du wirst immer Menschen brauchen, die dich nicht brauchen, dich aber annehmen und dich dir wiedergeben können. Du wirst immer Menschen brauchen, die dir helfen, deinen Schmerz in Besitz zu nehmen und zu deinem Ringen zu stehen.

Die Kernfrage bei deinem Dienst ist demnach: »Dient das Teilnehmen an meinem Ringen allein dem, der meine Hilfe sucht?« Diese Frage kann nur dann mit Ja beantwortet werden, wenn du deinen Schmerz wirklich in Besitz genommen hast und du nichts von denen erwartest, die deinen Dienst suchen.