

## Text von Bert Hellinger über Achtung

"Achten heißt in erster Linie: anerkennen. Jemanden achten heißt, ich anerkenne, dass er da ist, dass er so ist, wie er ist, und dass er, wie er ist, auch richtig ist. Das schließt ein, dass ich mich selbst auf diese Weise achte. Dass ich achte, dass ich da bin, dass ich so bin, wie ich bin, und dass ich so, wie ich bin, auch richtig bin.

Wenn ich mich und den anderen so achte, verzichte ich darauf, mir ein Bild zu machen, wie ich und der andere sein sollten. Ohne dieses Bild gibt es kein Urteil darüber mehr, was besser wäre. Kein gemachtes Bild tritt mehr zwischen mich und die Wirklichkeit, wie sie sich zeigt.

Dadurch ist auch ein Zweites möglich, das auch zur Achtung gehört: Ich liebe die Wirklichkeit, wie sie sich zeigt. Das heißt vor allem: Ich liebe mich, wie ich bin; ich liebe den anderen, wie er ist; und ich liebe, wie wir unterschiedlich sind.

Danach ist noch ein Drittes möglich, vielleicht das Schönste, das auch zur Achtung gehört: Ich freue mich über das Wirkliche, wie es sich zeigt. Ich freue mich über mich, wie ich bin; ich freue mich über den anderen, wie er ist, und ich freue mich über die Unterschiede, dass ich anders bin als er und er anders ist als ich.

Diese Achtung hält Abstand. Sie dringt nicht in den anderen ein, und sie erlaubt auch dem anderen nicht, in mich einzudringen, mir etwas aufzuerlegen oder über mich nach seinem Bild zu verfügen. Daher können wir uns achten, ohne etwas voneinander zu wollen.

Wenn wir einander brauchen und etwas voneinander wollen, müssen wir noch auf ein Viertes achten: Fördern wir uns gegenseitig oder hemmen wir in uns und im anderen die eigene Entfaltung? Wenn wir anerkennen müssen, dass wir so, wie wir sind, die Entfaltung beim anderen behindern, dann führt uns die Achtung nicht zusammen, sondern auseinander. Dann achten wir, dass jeder seinen eigenen Weg gehen darf und gehen muss. Die Liebe und die Freude über mich und den anderen werden dadurch eher vertieft als gemindert. Wieso? Die Liebe und die Freude sind hier so wie die Achtung - gelassen."

*(aus "Gedanken unterwegs")*