Die Geschichte von

KATRINA

ASTENDANA LASKISH

Katrina war die Inhaberin eines kleinen Ladens. Das Geschäft lief gut, zwar nicht so super, dass sie davon hätte reich werden können, doch es warf so viel ab, dass Katrina drei Angestellte davon bezahlen konnte und für sie selbst noch genug zum Leben übrigblieb.

Sie war dankbar dafür, dass sie jeden Tag mit Ina, Mia und Kati zusammen in ihrem eigenen kleinen Reich arbeiten konnte. Sie waren wie beste Freundinnen und hatten Spaß bei der Arbeit.

Doch irgendwie wurde Katrina das Gefühl nicht los, dass ihr Geschäft noch viel besser laufen könnte, doch sie konnte nicht so richtig sagen was ihr Business bremste.

Ina, Mia und Kati taten alles für den Laden und auch wenn Ihnen mal ein kleiner Fehler unterlief, dann sah Katrina ihnen das wohlwollend nach.

Sie wusste, dass man nicht jeden Tag zur Höchstform auflaufen konnte und dass es nicht möglich war jeden Augenblick im Leben hochmotiviert zu sein. Sie hielt sich für eine gute Chefin und schätzte sich überglücklich, dass sie Ina und Mia vor kurzem für ihre Belegschaft gewinnen konnte.

Beide waren jeden Tag akkurat gekleidet und auch wenn es in ihrem Miteinander mal etwas holprig war, so gestand Katrina ihnen großzügig zu, dass jede der beiden Frauen nicht perfekt sein konnte.

Ihre dritte Angestellte Kati kannte sie bereits seit dem Kindergarten und war glücklich sie als ihre Freundin und Arbeitskollegin bezeichnen zu dürfen.

Katrina kannte all ihre Stärken und Schwächen, ihre kleinen Makel und wusste, dass sie zuweilen in ihren Gedanken versunken und etwas ungeschickt war.

Und Katrina glaubte fest daran, dass ihre Beziehung zueinander genauso so sein musste, weil sie ja über die vielen Jahre schon Bestand hatte.

Und in ihrem Glauben ihr Geschäft zum Besten aller zu führen, bemerkte Katrina nicht, dass sie selbst eine zum Himmel schreiende Ungerechtigkeit durch ihr Verhalten erzeugte.

Denn anders als Katrina es selbst empfand, war es so, dass sie Ina und Mia einen Fehler verzieh, aber wenn Kati den gleichen Fehler machte, dann überschüttete sie diese zunächst mit Vorwürfen.

Immer basierend auf dem Fundament, dass Kati doch nun nach all dieser Zeit wissen müsste, dass Katrina die Dinge auf eine bestimmte Art gemacht haben wollte.
Eine Unachtsamkeit von Kati wurde im Kopf von Katrina zu einer langen Liste von bereits geschehenen Dingen hinzugefügt, während bei den beiden anderen die Liste immer sofort gelöscht wurde. Für jedes gute Wort, dass Katrina für Ina und Mia übrighatte, folgte ein nicht so freundliches Wort für Kati, ohne dass die Chefin es selbst bewusst wahrnahm.
Denn ihr Verhalten lag in ihrer gemeinsamen Vergangenheit begründet.
Als sie noch Kinder waren und zusammen im Sandkasten spielten, da war die Welt für sie beide noch in Ordnung gewesen. Doch nach und nach hatten Katrinas Eltern ihr eingebläut, dass Kati nicht gut für sie war. Sie wäre ein viel zu hippeliges und launisches Mädchen, aus dem niemals etwas richtiges werden würde. Und am Anfang hatte sich Katrina stets gegen solche Äußerungen gewehrt und Kati verteidigt, doch irgendwann, über die Jahre hatte sie nicht mehr die Kraft dazu gehabt zu widersprechen

und kurze Zeit danach hatte sie die Worte ihrer Eltern als wahr angenommen. Und mit jedem Fehler, den Kati beging, mit jeder Situation, die Katrinas Eltern vorhergesagt hatten, wurde das düstere Bild von ihrer besten Freundin bestätigt. Und so zeigte Katrina unbewusst ihrer Freundin immer wieder mit ihrem Verhalten, dass sie sie für nicht so wertvoll wie die beiden anderen Angestellten hielt.

Und genau diese Situation, die Kati spüren konnte, führte dazu, dass in Katrinas Laden eine Missstimmung herrschte, die das Wachstum ihres Business verhinderte.

Was hat diese Geschichte nun aber mit deiner Frage zu tun, warum du keine Selbstliebe spüren kannst?

Die Antwort liegt in folgenden Worten:

Du bist Katrina
und du bist gleichzeitig Kati.

Ich habe dich nun mit Sicherheit verwirrt.
Doch lass mich dir eins sagen:

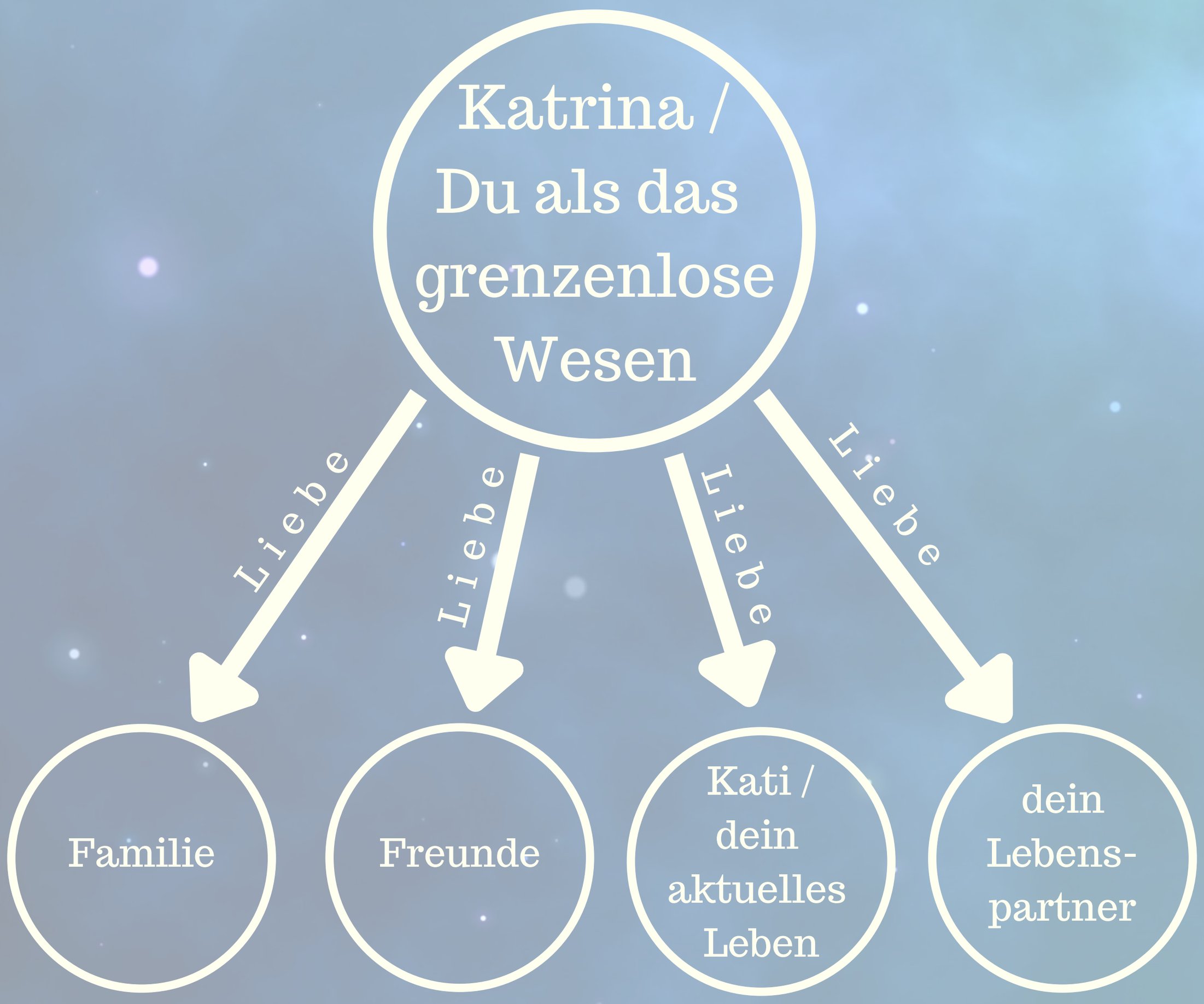
Du bist ein unglaublich wertvolles Wesen, dass viel mehr ist, als dieses Leben, dass du gerade führst.
Du bist ein Wesen, dass bereits viele Leben gelebt hat und das noch viele Leben auf der Erde leben wird.

Und auch wenn dein Verstand jetzt ganz laut protestiert, dann höre nicht auf ihn und öffne dich, wenn auch nur theoretisch, für diese Möglichkeit.
Versuch einfach mal anzunehmen, dass dies sein könnte.

Du bist also Katrina, die Chefin, dieses machtvolle Wesen mit vielen Leben, und eines dieser Leben ist Kati.
Kati ist das Leben, dass du gerade führst und du bist nur ein kleiner Teil von Katrina,
dass bedeutet ihr seid miteinander verbunden.

Stell dir Katrina wie ein glitzerndes Paillettenkleid vor und Kati ist eine einzige Paillette davon.

Du als Katrina bist ein Wesen, das in und mit grenzenloser Liebe lebt und diese an jeden weitergeben möchte. Und so wie Katrina diese Liebe an Ina und Mia weitergibt,
so gibst du diese Liebe an deine Familie,
deine Freunde und jeden weiter,
der dir etwas bedeutet,
dazu gehört auch Kati,
die ja ein Teil von Katrina ist.



Doch warum spürst du als Kati, also die Person, die du jetzt gerade bist, diese Liebe nicht?

Mit deiner Geburt als Mensch in dieses Leben liebst du dich bedingungslos, doch über die Jahre wird dir durch deine Eltern, dein Umfeld und traumatische Erfahrungen immer wieder eingebläut, dass du so viele Fehler machst, nicht perfekt bist, nicht schön bist und nicht liebenswert bist.

Und weil es niemanden gibt, der dich dabei unterstützt dich diesen Worten zu widersetzen, nimmst du sie irgendwann als wahr an.
Und da du nun glaubst, dass du nicht liebenswert bist, als die Person, die du gerade bist, bist du auch der Meinung, dass du diese bedingungslose Liebe von dem machtvollen Wesen, also von Katrina, nicht verdienst. Dadurch hast du eine Art Schutzschild um dich herum gebaut, der nichts durchdringen lässt, auch die Liebe nicht.
Und dadurch kannst du keine Liebe für dich selbst spüren, weil du es selbst blockierst.

Doch ist das nicht eine himmelschreiende Ungerechtigkeit?
Nur weil du dir selbst wesentlich näher als einer anderen Person bist und jede Schwäche, jeden Makel, jeden Fehler und jeden schlechten Gedanken von dir kennst, darum sollst du nun weniger Wert sein als andere Menschen?
Darum sollst du weniger Liebe verdienen als jeder andere?

Nein, definitiv nicht!

Und deshalb sage ich DIR!

Du bist ein unglaublich machtvolles und liebenswürdiges Wesen und die Person, die du gerade jetzt bist ist wundervoll, liebenswert, wunderschön und verdient genauso viel bedingungslose Liebe, wie du jedem anderen Menschen in deinem Umfeld schenkst.

Wenn du also mal wieder einen Fehler machst, dann sage dir ab jetzt:

**„O.K., ich habe einen Fehler gemacht, so wie jeder andere das auch kann.
Und trotzdem liebe ich mich und
bin stolz auf mich und mache es beim nächsten Mal anders.“**

**Sprich über dich und mit dir selbst so, wie du mit einem geliebten Menschen in deinem Leben sprechen würdest und du spürst,
wie sich deine Sicht auf dich selbst verändert.**

So einfach kann Selbstliebe sein.