

## Über das Tätigsein

Wenn Du Dein ganzes Leben völlig ins Tätigsein verlegst und keinen Raum mehr für die Besinnung vorsiehst, soll ich Dich da loben? Darin lobe ich Dich nicht.

Und bestimmt ist es der Tätigkeit selbst nicht förderlich, wenn ihr nicht die Besinnung vorausgeht.

Wenn Du ganz und gar für andere dasein willst, lobe ich Deine Menschlichkeit - aber nur wenn sie voll und echt ist.

Wie kannst Du aber voll und echt Mensch sein, wenn Du Dich selbst verloren hast? Auch Du bist ein Mensch.

Damit Deine Menschlichkeit vollkommen sein kann, muß Du also nicht nur für alle andern, sondern auch für Dich selbst ein aufmerksames Herz haben.

Wenn alle Menschen ein Recht auf Dich haben, dann sei auch Du selbst ein Mensch, der Recht auf sich selbst hat.

Warum solltest einzig Du selbst nichts von Dir haben?

Wie lange noch schenkst Du allen andern Deine Aufmerksamkeit, nur nicht Dir selber?

Alle schöpfen aus Deinem Herzen wie aus einem öffentlichen Brunnen, und Du selbst stehst durstig abseits?

Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wem kann der gut sein?

Denk also daran: Gönn 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.

*Aus einem Brief von Bernhard von Clairvaux  
(1090-1153)*