



Kapitel 3: „Mit Mut fangen die schönsten Geschichten an.“ Ich bin wertvoll!

Bei meiner Arbeit im Kinderkrebszentrum geht es immer wieder darum, den Familien beizustehen und ihnen Mut zu machen.

Wie können wir anderen Menschen Mut machen?

Was lässt uns mutig sein?

Zu diesen Fragen ist mir letzte Woche ein Buch begegnet, das mich sehr beeindruckt hat. Das möchte ich heute vorstellen:

„Wie man Riesen bekämpft ist ein Buch für jedermann, um Menschen in ihren unterschiedlichsten Herausforderungen zu stärken. 35 Autoren verraten uns in ihren Mutmach – Texten, was sie stark macht. Sie geben uns einen sehr persönlichen Einblick, wie sie in schwierigen Situationen ihres Lebens das „Kämpfen“ gelernt haben, um ihre „Riesen“ zu besiegen!“ David Kadel

Herr Kadel kam kurz darauf mit zwei Fußballern des FC Bayern zu uns in die Klinik, um die schwer kranken Kinder zu besuchen und ihnen Mut zu zusprechen. Den Kindern und ihren Familien hat der Besuch sehr viel Rückenwind gegeben. Die positive Auswirkung auf die Stimmung und somit auf die Gesundheit der Kinder war ganz deutlich zu spüren.

Eine Geschichte möchte ich dir gerne hier erzählen:

Von Samuel Koch

Human being

Ich habe durch meinen schweren Unfall im Dezember 2010 bei „Wetten dass...?!“ an „Ansehen“ verloren. Zumindest sehe ich mich selbst nicht mehr gern an.

Aber im Ernst: Die Art von Aufmerksamkeit, die ich durch meinen öffentlichen Unfall und durch den Rollstuhl auf mich ziehe, ist nicht die, die ich anstrebe. In dieser Hinsicht wäre ich froh, weniger Aufsehen zu erregen. Wenn ich irgendwo im Ausland durch eine Fußgängerzone fahre und niemand mich kennt oder anspricht, genieße ich das sehr.

Trotzdem will ich natürlich wahrgenommen werden. Aber eben nicht um jeden Preis, sondern im besten Fall durch gute Leistungen – das ist ein Grund, warum ich mich sozusagen aktiv auf der Theater – Bühne „zur Schau stelle“.

All das bildet allerdings nicht die Basis meiner Persönlichkeit. Wenn ich morgen meinen Beruf des Schauspielers – aus welchen Gründen auch immer – nicht mehr ausüben könnte, wäre das zwar schade, ich würde aber nicht daran verzweifeln oder mich wertlos fühlen. Weil ich zum Glück schon in meiner Kindheit vermittelt bekam, das mein Wert nicht von meiner Nützlichkeit, meiner „VerWERTbarkeit“ oder Leistung abhängt.

Dafür sorgte vor allem mein Vater, für den es sehr wichtig war, dass meine Geschwister und ich ein gesundes, gutes Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen entwickelten. Immer wieder sagte er uns, auch einfach so aus dem Nichts heraus: „Eins plus!“ Selbst mitten in Streitgesprächen. Als ich einmal vollkommen geschockt, da nur Einsen und Zweien gewohnt, mit einer schlechten Note nach Hause – ich glaube einer fünf in Englisch -, schenkte er mir eins der teuersten und modernsten Jo Jos, die gerade auf dem Markt waren. Damit unterstrich er wieder mal, dass ich für ihn „Eins plus“ bin, und zwar als sein Sohn Samuel. Unabhängig von meinen Leistungen in der Englischarbeit.

Mein Vater ist natürlich trotzdem Menschlich und hat irgendwo Fehler. Aber dieser Zug an ihm, dass er immer bemüht war, mich als sein Kind wirklich bedingungslos zu lieben, der ist im Grunde „übermenschlich“, also göttlich. Und so stelle ich mir Gott auch vor: Er liebt mich, weil ich bin – mehr muss ich dazu nicht leisten oder tun.

Die aller meisten Leute scheinen nach dem Prinzip zu leben:

Tun – Haben – Sein

Das heißt, sie tun etwas: Zur Schule gehen, studieren, arbeiten, aufräumen, posten.

Daraufhin haben sie etwas: Geld, einen Abschluss, Freunde, Follower, teure Klamotten, Style und so weiter.

Dann erst sind sie etwas Sie sind wer, weil sie etwas getan und erreicht haben. An ihren Errungenschaften messen sie ihren Wert. Ein Prinzip, mit dem man gut und gerne 102 Jahre lang leben und glücklich werden kann.

Was aber, wenn die Freundschaft zerbricht, ein anderer den Job bekommt oder die Pubertät ihr
Unwesen im Gesicht treibt?

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich glücklicher bin, wenn ich die gängige Reihenfolge umdrehe:

Sein – Haben – Tun

Wir sind schon wertvoll, einfach weil es uns gibt. Weil wir von Gott geliebt sind. Dadurch haben wir
etwas (einen herausragenden Wert) und aus dem heraus können wir etwas Wundervolles tun. Wenn
das Tun aber wegfällt, sind wir am Schluss immer noch jemand Wertvolles. Wir „sind“ einfach. Das
reicht, um liebenswert zu sein. Vielleicht heißt es deshalb im Englischen auch „human being“ und
nicht „human doing“?!

Samuel Koch, 750 Jahre jünger als Berlin, Schauspieler, STEHAUFMENSCH! Und Autor unter anderem
des gleichnamigen Buches unterstützt mit seinem Verein „Samuel Koch und Freunde e.V. seit 2019
Menschen, die anderen Menschen in Notlagen zur Seite stehen und wünscht, dass diese Menschen
wieder neuen Mut, Kraft und Hoffnung schöpfen können.

www.wiemanriesenbekaempft.de

Die Idee von David Kadel, mit der eigenen Geschichte anderen Menschen Mut zu machen hat mich
stark inspiriert. Wie alle sind heute hier, weil wir mutig sind. Weil wir in schwierigen Momenten dem
Leben entgegen getreten sind.

Somit möchte ich dich einladen, deine eigene kleine oder große Mutmach – Geschichte zu schreiben.
Ganz für dich und um dich daran zu erinnern, dass du eine mutige Heldin oder ein mutiger Held bist.

Beschäftige dich mit folgenden Fragen:

Wer hat dir in einer schwierigen Zeit Mut gemacht?

Wie genau hat dich dieser wichtige Mensch bestärkt?

Welche Schritte hast du dadurch aus deinem eigenen Antrieb heraus unternehmen können?

Wo hat es dich hingeführt?

Wem konntest du Mut machen?

Wie bist du heute mit diesem Menschen verbunden?

Zum Abschluss möchte ich dir noch von einer weiteren tollen Mutmach – Aktion aus unserem
Kinderkrebszentrum erzählen

Die Deutsche Kinderkrebshilfe veranstaltet jedes Jahr die sogenannte „**Regenbogenfahrt**“.

Das ist eine Fahrradtour von Kindern und Jugendlichen, die eine Krebserkrankung überlebt haben.
Die Gruppe – es sind ähnlich viele wie bei der „Tour de France“, radelt durch ganz Deutschland und
fährt die Kinderkrebszentren an. Dort besuchen sie die Patientinnen und Patienten an ihren
Krankenbetten, bringen ihnen Geschenke und sprechen ihnen Mut zu. Sie hören den Kindern und
Jugendlichen zu und berichten davon, wie sie diese schwierige Zeit überstanden haben und was
ihnen dabei geholfen hat. Die Regenbogenfahrerinnen und Fahrer werden von den Ärztinnen und
Pflegekräften der onkologischen Stationen begrüßt und bewirtet. Letztes Jahr durfte ich diese tolle
Aktion miterleben. Es war ein sehr bewegender Moment: eine „Überlebende“ hatte ihr kleines
gesundes Baby im Fahrradanhänger mit dabei. Unser Oberarzt hielt eine kleine Rede zur Begrüßung.
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Fahrt haben einen eigenen Song, den sie bei ihrer Ankunft
und auf Station vorsingen. Dem Personal, inklusive mir, standen Tränen in den Augen. Die Lebenszeit
dieser tollen Kinder und Jugendlichen konnte durch unser Engagement verlängert werden.

(Noch vor ca.30 Jahren hatten Kinder und Jugendliche mit der Diagnose Leukämie eine
Überlebenswahrscheinlichkeit von ca. 20%. Mittlerweile ist die Wahrscheinlichkeit zu überleben und
gesund zu werden auf über 80% gestiegen)

Solltest Lust haben, dir den Song anzuhören und mehr zu erfahren, dann klicke auf den link:

<https://youtu.be/54G4MkWXOwQ>