

Das Erbe der Mütter

Eine Einladung, zu sehen, was dich geprägt hat –
und zu entscheiden, was du weitertragen willst.

Bevor du beginnst
Nimm dir einen ruhigen Moment.
Vielleicht mit einem Tee.
Vielleicht mit einem Notizbuch.
Nicht, um alles „richtig“ zu machen.
Sondern um ehrlich zu sein.
Mit dir.



Du schreibst mit deinem Blick auf die Vergangenheit.

So wie es war, als du Kind warst.

Deine Mutter – so, wie sie war.

Schreib intuitiv, ohne zu filtern:

- Wie würdest du deine Mutter beschreiben?
- Was hat sie stark gemacht?
- Was hat ihr gefehlt?

Jetzt geh tiefer:

- Wie hat sie Liebe gezeigt?
- Wie ist sie mit Schmerz umgegangen?
- Was durfte bei ihr nicht sein?



Abschluss:

Schließe kurz die Augen.

Atme ruhig.

Und erkenne:

Du bist nicht nur das Ergebnis deiner Geschichte.

Du bist auch der Punkt,
an dem sie sich verändern kann.

Vielleicht trägst du mehr in dir, als du denkst.

*Aber vielleicht bist du auch die Erste,
die etwas neu schreibt.*



Muttertag trägt viele Gefühle in sich. Für manche ist er voller Wärme, Nähe und Dankbarkeit, für andere vielleicht leiser, ambivalent oder auch schmerzhaft. Jede Frau verbindet etwas anderes mit dem Wort „Mutter“, denn jede hat ihren eigenen Weg, ihre eigene Geschichte und ihre ganz eigenen Erfahrungen gemacht.



Und doch reicht dieser Tag weiter als das, was wir unmittelbar erlebt haben. Er verbindet uns mit einer langen Ahnenreihe von Frauen, die vor uns da waren – die Leben getragen, geprägt und weitergegeben haben. In uns wirken Spuren von ihnen allen: sichtbare und unsichtbare, herausfordernde und stärkende. Selbst wenn nicht alles leicht war, tragen wir auch das Gute in uns, das über Generationen gewachsen ist.



Vielleicht liegt genau darin die leise Kraft dieses Tages: sich als Teil von etwas Größerem zu fühlen – und zugleich die Freiheit zu haben, bewusst zu wählen, was wir weitertragen und was wir wandeln.



Und für mich ist Muttertag deshalb vor allem eines: ein stiller, wertschätzender Moment, um all das Leben zu ehren, das vor uns war – und das in uns weiterlebt, Ladys. ♥