

Kintsugi

Kintsugi ist eine japanische Kunstform, bei der die Bruchlinien zerbrochener Keramik oder Porzellan mit gold-, silber- oder platinfarbenem Lack verziert werden.



Kintsugi ist eine Philosophie, die den Wert von Unvollkommenheit und Vergänglichkeit betont. Anstatt die Brüche zu verstecken, werden sie hervorgehoben, was das Objekt einzigartig macht und die Geschichte der Zerstörung und Heilung in den Vordergrund stellt. Kintsugi symbolisiert die Schönheit des Unvollkommenen.

Kintsugi kann auch mich einladen, meine Brüche und Narben als Teil meiner Geschichte zu würdigen, meine Erfahrungen zu umarmen – auch die schmerzhaften – und aus ihnen etwas Kostbares entstehen zu lassen. Was einst zerbrochen war, trägt jetzt goldene Linien. Sie erzählen von dem, was ich durchlebt habe: von meiner Stärke, meiner Heilung und meiner Einzigartigkeit. Ich füge mein Leben mit Liebe zusammen und schöpfe daraus etwas Neues. So entdecke ich die Schönheit, die aus meinem eigenen Weg erwächst.

Kintsugi

Ich halte inne.
Ich atme.
Ich spüre den Schmerz,
ohne ihn wegzudrücken.
Ich sage:
„Ich sehe dich. Ich höre dich. Ich bin da.“

Ich lege meine Hand auf mein Herz
wie auf eine zerbrochene Schale.
Nicht um zu flicken,
sondern um zu fühlen.

Ich frage leise:
„Was brauchst du von mir?“
Und ich lausche,
als wäre da ein Kind in mir,
das endlich Antwort geben darf.

Ich spreche:
‘Ich vergebe mir.
Weil ich lieben will – auch mich.
Weil ich wachsen darf – auch aus dem Schmerz.’

Dann gehe ich weiter.
Nicht so wie vorher,
sondern ein wenig weicher.
Ein wenig ganzer.
Ein wenig mehr bei mir.