

Nachdenktext zum Sommer 2007

Gebrauchsanweisung:

*Zettel ausdrucken, klein zusammenfalten und so lange in der Hosentasche herumtragen,
bis der Zeitpunkt gekommen ist, ihn in Ruhe lesen zu können.
Vielleicht in einem Wartezimmer, zum Einschlafen, auf dem Klo oder in der Straßenbahn ...*

Liebe Freunde und Freundinnen!

Dieser Sonnenzyklus ist kein leichtes Jahr für mich! Meine Eltern haben sich aus diesem Leben verabschiedet. Der Druck beruflicher Verantwortung lässt mir seit zehn Monaten keine Luft zum Verschnaufen. Auch materiell Wertvolles wird mir genommen. Geliebte alte Bäume verabschieden sich aus meinem Garten. Dafür kündigen sich ganz neue Möglichkeiten an, die Entscheidungen fordern! Es gibt aber keinen zeitlichen Spielraum zu Hause etwas zu gestalten. Zum ersten Mal in fast zwanzig Jahren finde ich so gut wie keine Zeit, in meinem Garten Gemüse und Blumen neu zu pflanzen!

Und was habe ich mir zum Winteranfang gewünscht? Ich habe mir gewünscht, zu erleben, was es bedeutet, in Liebe, in bedingungsloser Liebe gebadet zu sein. Wie vermessen!
Nun – dieser Wunsch kam mir zugeflogen! Konnte ich was dafür?

Nun trotz allem ist es mir,
als wenn mein Wunsch bisher nicht besser hätte erfüllt werden können!

Gedanken fliegen lassen ...

Gedanken blühen lassen ...

Spüren wir etwas von den Gedanken, die uns tragen?

Können wir mit der Kraft unserer Gedanken und mit unserem Handeln
anderes Leben aufblühen lassen – Verantwortung dafür tragen?

Zweifeln wir immer noch daran, dass wir gebraucht werden?

Nun bin ich sehr glücklich,
Euch endlich meinen Sommer-Nachdenktext zukommen lassen zu können:

Die Kraft des Verzeihens

Gedanken zum Sommer

Vorwort:

Jeden Tag bietet uns das Leben Chancen, liebevolle Impulse zu setzen.

Jeder liebevolle Akt beinhaltet wiederum jede Menge Chancen für die Erschaffung neuer Verhältnisse, neuen Lebens und neuen Glücks.



Ich möchte Dir nun einen (immateriellen) „Glück-Stein“ schenken. Ein Glück-Stein, das ist ein Stein, der Dich zum Nachdenken bewegen kann. Immer dann, wenn Du ihn siehst, oder über ihn stolperst, kann er Dich an etwas erinnern, was Du nicht vergessen wolltest.

Ich möchte Euren Glück-Stein mit guten Gedanken füllen, die mir zugeflogen sind und die mitgeteilt werden wollen. Diese Gedanken, so scheint es mir, sind allgegenwärtig – sie wollen beachtet und in unseren Köpfen und Herzen bewegt werden. Sie möchten, dass wir über uns über sie austauschen! Vielleicht behaltet ihr sie bei euch -- vielleicht lasst ihr sie weiter fließen. Vielleicht ist es nur eine kleine Erinnerung an etwas, was ihr selbst schon lange in Eurem Herzen tragt.

Diese Gedanken sind zunächst allein für mich wahr, sie fließen mir durch meine innere Wahrnehmung zu und halten meiner inneren Prüfung stand. Sie können mit Euch oder Anderen, vielleicht auch mit anderen Texten in Resonanz gehen, müssen es aber nicht. Wahr ist ein Gedanke für mich nicht deshalb, weil er durch anerkannte Autoritäten oder in anerkannten Büchern formuliert wird, sondern nur dann, wenn er meiner inneren intuitiven Prüfung standhält, wenn er in mir schwingt. Ich vertraue meiner Intuition und gestehe jedem Menschen zu, auf gleichem Wege zu anderen Wahrheiten zu gelangen. Manchmal jedoch gehen wir miteinander in Resonanz und das ist wunderbar!

Euer Glück-Stein ist kein magischer Stein und er ist es doch!

Er ist es nicht, weil er ohne Euer Dazutun nichts mit Euch anstellt und er ist doch, weil er Euch an etwas erinnern kann, was Euch unterstützt, Eure Geschichte neu zu

lesen, weil er Euch helfen kann, Eure Zukunft mit Freude, Mut und Zuversicht weiter zu gestalten,
weil er Euch helfen kann, selbst der Zauberer/die Zauberin Eures Schicksal zu sein.

Ein „Glück-Stein“ soll Dich daran erinnern, dass Du selbst „Deines Glückes Schmied“ bist. Das Glück steht fortwährend für Dich bereit, wir müssen es aber erkennen und selbst in die richtige Form für uns bringen. Das ist eine alte Weisheit und doch fällt es uns immer wieder sehr schwer, dies in die Hand zu nehmen. Ich denke, das liegt daran, dass wir annehmen, das Glück des Lebens sei etwas, das von Außen auf uns zukommt – durch besonders angenehme Umstände, durch nette Menschen, liebevolle Partner etc. – und wenn wir unglücklich sind, so machen wir eben dieses „Außen“ dafür verantwortlich.

Die Erfahrung zeigt, dass dies so nicht funktioniert. Angenehme Umstände werden uns schnell langweilig, Menschen und Partner enttäuschen uns immer wieder.

Also: ... geben wir auf? Verfolgen wir weiter alte Umwege?

Oder versuchen wir es einmal aus uns selbst heraus – von „Innen“ sozusagen. Versuche ich einmal nicht mehr das, die oder den Andere(n) für mein Unglück verantwortlich zu machen, sondern nur mich selbst!? Nehme ich einfach mal an: Alles, was mir geschieht, hat seinen Sinn, auch wenn es sehr unangenehm ist. Versuche ich einmal im Nachhinein in allem Geschehenen etwas zu finden, was nützlich für mich gewesen ist – auch wenn ich das Geschehene als ein „Unglück“ erlebt habe. Ich betrachte den berühmten „vollen Teil des Glases“ und bin schon von daher viel wohl gestimmter, obwohl sich an dem Erlebten ansonsten gar nichts geändert hat.

Wie soll mir das aber in meinem Unglück helfen, wirst Du vielleicht fragen? In jedem Fall würde es uns helfen, das zu ertragen, was Dir auferlegt wurde oder das, was Du Dir selbst auferlegt hast!

Indem ich selbst die Verantwortung für mein Leid und mein Glück übernehme, indem ich lerne, das Gute im Vorhandenen und im Geschehenen zu erkennen, beginne ich mein Glück selber zu schmieden.

Wenn es mir gelingt, mich den Einflüssen von Außen nicht ausgeliefert zu fühlen, wenn ich erkenne, dass das Leben - auch in der Not - viel Gutes für mich bereit hält, ja dann habe ich es nicht mehr nötig, meine Sinne durch kraftsaugende Empfindungen wie Angst, Hass, Neid und Ärger zu verdunkeln. Dann werde ich erfahren, dass ich meinem Schöpfer vertrauen kann. Ich werde erfahren, dass ich auch selbst zum Schöpfer meines Lebens werden kann.

Wie soll das gehen?

Nicht angst- und hasserfüllt zu sein, selbst wenn mir das Liebste weggenommen wird?

Nicht ärgerlich zu sein, selbst wenn ich mich ungesehen, abgelehnt und missachtet fühle?

Vielleicht ist dies die größte Hürde, die wir überwinden müssen, wenn wir „unseres Glückes Schmied“ werden wollen. Solange Hass- und Rachedgedanken unser Denken und Handeln bestimmen, können wir den Stern in unserer Mitte nicht befreien! Wenn wir aber einmal – vielleicht aus bitterer Erfahrung heraus – gelernt haben, was für eine strahlende Verwandlungskraft wir in uns entfesseln können, wenn wir gelernt haben zu verzeihen, werden wir uns fragen, warum wir dieses Paradies in unserem Herzen nicht früher entdeckt haben, warum wir erst soviel Leid bei uns und Anderen haben erleben und verursachen müssen.

Die Fähigkeit, verzeihen zu können, befreit uns aus selbstgestrickten Fesseln und eröffnet uns ganz neue Horizonte. Sie öffnet die Augen unseres Herzens und reißt nach und nach die Hindernisse nieder, die uns vom Paradies trennen.

Nur so entrinnen wir der Teufelsspirale von Hass, Rache und Verletztsein. Wir können erfahren, dass unsere Sicherheit nicht durch das zerstörbare „Außen“ (den Boden unter unseren Füßen, ein Haus, das Dach über dem Kopf, Geld auf dem Konto etc.) begründet ist, sondern durch unsere innere Haltung zu dem, was uns wirklich trägt. Habe ich gelernt, zu verzeihen und zu lieben, so kann nichts auf der Welt mir diese Sicherheit nehmen. Habe ich gelernt, zu verzeihen und zu lieben, so wird mir Liebe und Verzeihung zuteil werden.

Es wird nicht mehr darum gehen, Schuldige für missliche Situationen auszumachen, nein es kann dann darum gehen: Was machen wir, um gemeinsam aus der Situation das Allerbeste zu machen?

Welch großartiger Verzicht auf gigantische Energieverschwendung!

Ich kann lieben und verzeihen und halte mich nicht mehr damit auf, Mängel zu kultivieren. Ich beschränke mich nicht in meinen Erlebensmöglichkeiten, indem ich meine Aufmerksamkeit vorrangig auf die zweifellos vorhandenen Mängel meiner Mitmenschen und Partner lenke und diese Mängel damit in meinem Denken festzementiere. Sind diese menschlichen Schwierigkeiten, die mir das Leben beschert hat, doch vor allem große Chancen für mich – zu lernen und zu überwinden. Was kann ich nun alles neu anfangen und gestalten?!

Das Leben wird uns täglich neu in Liebe baden und wir werden zunehmend in der Lage sein, dies wahrzunehmen. Die Liebe wird von Menschen, Situationen und den helfenden Kräften, die wir „Engel“ nennen, zu uns getragen werden. Erleben wir Unangenehmes oder Tragisches, so wird uns das nicht mehr so stark aus der Bahn werfen, weil wir die unzerstörbare Kraft in uns entdeckt und entwickelt haben, die uns trägt und leitet. Wir werden nun eher dazu in der Lage sein, Hass in Liebe, Tragik in Freude zu verwandeln, dem Stillstand in einer Beziehung einen Anstoß zu verleihen, um ihn in eine hoffnungsvolle Bewegung zu bringen

Am Anfang dieser Zeitemspanne, die nun zu Ende geht, sagte Jesus auf einem Berg über dem See Genezareth den Satz: „Liebet Eure Feinde, wie Euch selbst.“

Genau das ist unsere (Er-)Lösung!

Wer dies umsetzen kann, erlöst sich selbst – sofort und unmittelbar – und braucht nicht (wie manche konfessionell Gläubige dies als unverbesserliche „Sünder“ tun sollen) darauf zu warten. Nur hierin liegt die Erlösung für Sieger und Besiegte aller kleinen und großen Kämpfe und Kriege, welche gleichermaßen unglücklich, unfrei und gefesselt sind. Sieger und Besiegte sind unfähig den eigentlichen Sinn ihres Daseins mit beiden Händen zu ergreifen, solange sie nicht in der Lage sind, aus ihrer misslichen Situation zu lernen!

Wir können es tun. Dafür haben wir alle Möglichkeiten in unsere Hände gelegt bekommen!

Die Kraft des Lebens,
die uns und unsere Lebensmöglichkeiten hervorgebracht hat,
die wir in uns und anderen spüren und erleben können,
die manche von uns auch „Gott“ nennen,
die uns eine Sonne, eine Erde, Wasser und Luft beschert hat,
die uns gibt, was wir zum Leben brauchen
– diese Kraft hat uns ohne Zweifel auch die Möglichkeit gegeben, dass wir uns aus eigener Kraft weiterentwickeln können. Sollten wir diese Möglichkeit zum Nutzen des Ganzen und unserer nächsten Mitmenschen nicht auch gebrauchen?

Wenn wir in der Lage sind, diesem unserem Ursprung zu vertrauen,
so spüren wir, dass wir von diesen Kräften noch immer getragen sind,
dass uns aber auch unser Teil dieser Kraft in die Hände gelegt wurde,
um sie zum Wohle des Ganzen zu nutzen
– um zu verzeihen, um zu bewegen, um zu lieben.

Nun – nehmen wir es in die Hand?

Das Leben hat uns eine Übungssituation beschert – mit diesem Menschen, der gerade neben uns steht – mit dem Menschen, der uns im Leben besonders nahe steht.

Warum ist es gerade mit ihm/ihr so schwer?

Vielleicht ... weil der Mensch, dem ich am schwersten etwas verzeihen kann, natürlich der ist, der besonders wichtig für mich ist. Er/sie kann mich auch am tiefsten verletzen. Dieser Mensch ist nicht zufällig bei mir. Mit ihm habe ich eine besondere Chance zu wachsen.

Wer mir besonders nahe ist, hat es allerdings auch oft besonders schwer, sein Bild, das ich von ihm habe, aus dem Beton meiner festgefahrenen Vorstellungen zu befreien.

Geben wir unserem Mitmensch immer wieder neu die Möglichkeit, auch anders sein (und werden) zu können?

Dieser nahe Mensch, der mich besonders heftig verletzen kann,
gibt mir die besondere Chance mich zu entwickeln.

Ihm kann ich verzeihen! Mit ihm zusammen kann ich einen besonders großen Schritt tun. Und je schwieriger der Schritt ist, desto größer ist die Aufgabe, die mir gestellt ist, desto größer ist die Chance, auf eine ganz besondere Weise zu wachsen!

Nachwort:

Oh ja! Wir erschaffen das Paradies (oder auch das, was uns daran fehlt!) selbst mit unserer Kraft. Wir sind angeschlossen an die Kraft, die aus der Quelle allen Lebens sprudelt. Wir können uns und andere in selbstloser, in bedingungsloser Liebe baden in jedem Augenblick unseres Lebens – besonders in den schwierigen Augenblicken.

Maat et juit!

Euer

Herbert Antweiler

www.karamulis.de

Balenbach, den 1. September 2007