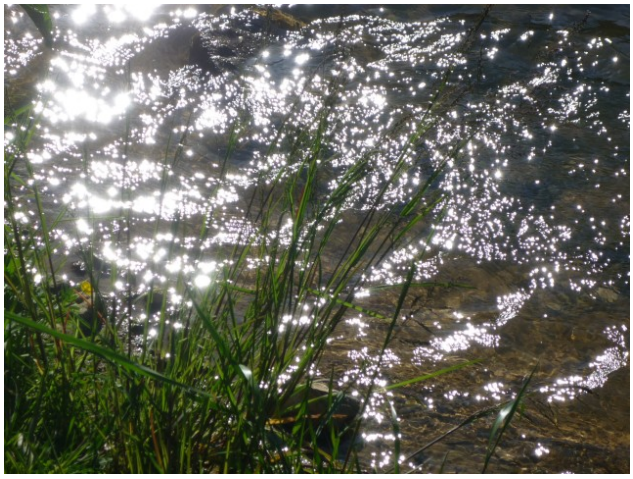
Newsletter MAI 2012 ©



Alle Wege bahnen sich vor mir, weil ich in Demut wandle.

Johann Wolfgang von Goethe

Demut ist eine Tugend, die heutzutage kaum noch jemand zu deuten weiß. Sie wird gleichgesetzt mit „sich beherrschen lassen – sich unterdrücken lassen“. Dies hat dazu geführt, dass die Demut eher verpönt wird und langsam aber sicher aus unserem Sprachschatz verschwindet. Wer will heutzutage schon demütig sein? Heute ist etwas anderes angesagt – Selbstbehauptung egal was es kostet – ich bin es, der erschafft, ich bin der Schöpfer, ich bin der Held, der alles beherrscht und in der Hand hat, die Macht gehört mir.

Dies wird uns nicht nur in der Wirtschaftswelt vorgelebt und suggeriert. Es ist auch der Boom vieler esoterischer Richtungen. Wünsch dir was du willst und du kriegst was du willst, du musst nur stark genug sein und die richtigen Methoden anwenden – prima, dann erschafft sich jeder seine eigene Welt nach seinen eigenen Vorstellungen ungeachtet dessen, wie die verschiedenen Welten zusammen harmonieren sollen. Die Welt des einen ist besser als die Welt des anderen oder was geht mich das Leben des anderen an, Hauptsache bei mir stimmt alles.
Seit wir Menschen die Erde bewohnen haben wir erschaffen – fast ganz von Anfang an, weil wir kreativ sind, weil wir intelligent sind, weil wir durch unsere körperlichen Möglichkeiten alles tun können was in unseren Köpfen entsteht. Und wohin hat uns das gebracht? Die Erde leidet, viele Menschen und Tiere leiden und die Natur verschwindet von Jahr zu Jahr mehr.

Die Demut endet in dem Moment in dem der Mensch glaubt alles erschaffen zu können was er sich in seinem Kopf ausdenkt. Klar kann er das, wir sind schließlich mächtige Wesen.

Jedoch wenn wir uns nicht bewusst werden, dass Demut der Schlüssel dafür ist aus göttlicher Perspektive zu erschaffen wird die Welt nicht besser werden.
Demut erfahren heißt, zu spüren, dass nicht wir es sind, die erschaffen, sondern der göttliche Funke es ist, der uns zum Leben erweckt, der uns unsere Kreativität schenkt unser erwachen zu Verantwortung allem Leben gegenüber.

Daher denke ich, dass die erste Handlung nicht diese sein sollte zu überlegen was wir uns alles wünschen könnten, sondern diese sein sollte, dass wir den Wunsch in uns erwecken eins zu werden – spürbar eins zu werden mit dem göttlichen Funken in uns und die Kraft spüren, die in uns wohnt. Nicht wir sind es, Gott in uns ist es, der Heilung erschafft. Je mehr wir uns dessen bewusst sind umso näher kommen wir der Demut in uns, dem Glück des Lichtes, das uns erfüllt, wenn wir aus dieser Welt eine bessere machen.

Sobald wir die Demut in uns spüren und wir erfahren, dass demütig sein lediglich eine tiefe Verbindung zu Gott ist, werden wir die Weisheit in uns finden um aus dieser Welt eine heile Welt zu erschaffen. Die Wünsche unseres Egos bringen uns nicht weiter, die Demut dagegen zu wissen, dass nur das Einssein mit Gott uns Heil verspricht, macht uns erst zu göttlichen Schöpfern.

Wenn wir diesen Funken in uns selbst gefunden haben, finden wir ihn in allem was lebt und verbindet uns miteinander.

Die Demut des Herzens verlangt nicht,
dass du dich demütigen, sondern dass du dich öffnen sollst.
Das ist der Schlüssel des Austausches.
Nur dann kannst du geben und empfangen.

Antoine de Saint-Exupéry

Ob wir wahrhaft verbunden sind mit allem Leben zeigt sich im Alltag. Wie gehen wir mit unseren Mitmenschen um? Erst wenn es uns leicht und leichter fällt Güte auszustrahlen, Liebe zu spüren, zu dienen ohne Opfer zu sein, können wir erleben in wie weit wir uns der Demut bereits genähert haben. Fällt uns der friedliche Umgang mit allen Geschöpfen leicht? So haben wir bereits den Kontakt zur Demut gefunden. Oder schauen wir etwa mit Verachtung auf die Tiere, auf die alten Menschen, auf Ausländer oder unseren Nachbarn? Dann haben wir noch einen weiten Weg zu gehen bis wir der Demut begegnen.

Wir können viel davon erzählen wie nah wir Gott sind, wie verbunden wir uns mit allem fühlen, aber wahrhaft demütig sind wir erst, wenn wir dies auch leben. Heuchelei bringt uns unserem inneren Licht nicht näher. Mit einer kurzzeitigen Besinnung auf Gott im Gebet oder in der Meditation ohne diese Besinnung auch nach der Versenkung beizubehalten belügen wir uns selbst.

Wenn wir aufmerksam werden für die Kleinigkeiten, für kaum merkliche Situationen und uns selbst beobachten, wie wir uns dabei verhalten, welche Haltung wir einnehmen, was wir fühlen, wie wir reagieren und was wir aus welcher Situation letztendlich machen, lernen wir die Tiefe der Demut kennen.

Wahrhaft demütig zu sein zeigt sich darin, dass wir in jeder Situation Vertrauen haben und aus der Liebe zu allem was ist die ganze Welt wandeln. Ja, Demut ist die stärkste Kraft das Leben in eine liebevolle Tiefe zu transformieren.

Widrigkeiten des Lebens zeigen sich als Bewährungsproben, die wir dankbar annehmen sollten um im Bewegungsfluss von Vertrauen und Liebe Situationen zu wandeln – dies ist Demut aus der die wahre Schöpferkraft kommt.

Was nützt uns eine Wünsch-dir-was-Bewegung, wenn wir mit unseren Wünschen an der Oberfläche des Seins bleiben und aus dieser Oberflächlichkeit heraus unser Leben gestalten im Gegensatz zu der Tiefe in die wir eintauchen können um aus dem Licht aller Möglichkeiten heraus eine bessere Welt zu schaffen.

Nicht die Erfüllung unserer persönlichen Wünsche verändert die Welt, sondern vor allem der Umgang miteinander ist es, der Frieden erschafft, der Liebe bringt und der uns zu erfüllten Wesen macht.
Demütig unserem Nächsten gegenüber zu sein, weil wir seine Göttlichkeit erkennen, bringt uns dazu zu vergeben, zu dienen, mitfühlend zu werden, geduldig und freundlich zu sein – nicht durch das Aufsetzen einer Maske, sondern durch die wahre Demut in unserem Herzen.

Demut ist, zu wissen, dass man selbst nichts vollbringen kann ohne die Verbundenheit zum Großen Geist.

Liebe ist die stärkste Macht der Welt, und doch ist sie die demütigste, die man sich vorstellen kann.

Mahatma Gandhi

Möget Ihr die Macht der Demut in Euch spüren und aus dieser Liebe heraus alles erschaffen was Mutter Erde zu einem Planet des Friedens macht.

Heidi