

*Wenn die Seele nicht schön ist,
kann sie das Schöne nicht sehen.
Plotin (205-270)*

Heute möchte ich mich gerne mit einem schwierigen Thema an euch wenden. Verhaftet sein, an etwas hängen, verstrickt sein und sich nicht lösen können – was dies bedeutet und was es aus uns macht.

Dieses Thema beschäftigt mich sehr, denn ich werde damit laufend konfrontiert – und das auf zwei verschiedene Arten.

Die erste Art liegt darin, dass ich mich selbst immer wieder dabei ertappe wie ich an etwas hänge, wie ich festhalte, nicht loslassen kann. Dies können Menschen und Tiere sein, die ich besonders liebe, die mir wichtig sind, die ich nicht verlieren möchte. Es können Denkmuster sein, die mir schon in Kindertagen einprogrammiert wurden und von denen es schwer ist sich zu befreien. Oder ich ertappe mich damit meine Wahrnehmung in ein enges Tunnel gesetzt zu haben und aus diesem Tunnel heraus zu urteilen – glauben zu wissen, aber im Grunde nicht einmal erahne was richtig und was falsch sein kann.



Ich mache mir diese Muster immer wieder bewusst um frei zu werden von dem alten Denken, das mich in meiner Entwicklung blockiert. Ich habe erfahren, dass eine Entfaltung meiner Seele nur dann stattfinden kann, wenn ich mich über jegliches Verurteilen erhebe.

Die zweite Art auf die ich immer wieder mit diesem Thema konfrontiert werde ist,

dass sich laufend Menschen an mich wenden, weil sie in diesen Mustern hängen, sich beklagen und jammern, nicht herausfinden oder bewusst daran festhalten, weil sie glauben im Recht zu sein.

Mit dieser Art der Anhaftung – an alte Denk- und Glaubensmuster – möchte ich mich in diesem Newsletter beschäftigen.

Anhaftung an Menschen oder Tiere, die uns wichtig sind, werde ich im September näher beleuchten.

Woraus besteht eine Anhaftung an Denkmuster? Was ist Anhaftung und was macht sie aus uns?

Wenn wir an etwas haften – wir können auch sagen, wenn wir in etwas verstrickt sind – gehen wir die Gefahr ein uns in eine Situation hineinziehen zu lassen – wir werden sozusagen an

eine Sache gefesselt. Das bedeutet, wir opfern unsere Freiheit für eine Einstellung, die uns in ihren Bann zieht, weil wir davon überzeugt sind, dass unsere Betrachtung die richtige Anschauung ist.

Wir sind überzeugt von unserer Meinung und sitzen in dieser Richtung fest. Der macht es falsch – wir machen es richtig. Der ist im Unrecht – ich bin im Recht. Hier erschaffen wir harte Fronten und bestrafen uns selbst damit. Denn wir erschaffen uns eine Welt in der wir uns unsere Freiheit nehmen, unsere Flexibilität töten und uns die Möglichkeiten jeglicher neuer Erfahrungen berauben.

Ein Leben das sich nicht bewegt, das nicht fließt, sondern in festen Fronten sitzt, ist tot. Nur was sich bewegt und jede Situation neu erlebt, immer offen ist für das Andere, das Neue wird in vielen Momenten die Wahrheit erblicken – die Wahrheit des Lebens, der Bewegung, der Schönheit.

Ich höre hier viele denken oder sagen: „Wie kann man Schönheit darin entdecken, wenn Kriege in der Welt herrschen?“ – „Was kann man gut daran finden, wenn hilflose Geschöpfe - Kinder und Tiere – misshandelt und ausgebeutet werden?“ – „Unsere schöne Natur wird immer mehr zerstört, damit sich reiche Menschen noch reicher machen und arme noch ärmer werden.“ – Was kann daran schön sein? Wo können wir hier Liebe entdecken?

Ich gebe allen recht – auch ich finde dies nicht schön. Ich selbst ertappe mich immer wieder dabei Schrecken und Entsetzen in mir zu spüren, wenn ich darüber lese oder davon höre. Ich finde nichts von all dem gut. Aber ich finde es ebenso wenig richtig sich darüber zu entsetzen und diesen Dingen dadurch Macht zu geben. All diese Dinge sind entstanden, weil man ihnen Aufmerksamkeit schenkte. Und sie werden so lange bestehen bis wir unseren Blick davon abwenden und die anderen Dinge des Lebens betrachten.

Wenn ich, während ich dies schreibe, aus meinem Fenster schaue, dann sehe ich die große Linde hinter meinem Haus. Wie mächtig sie ist, wie unendlich schön. Eichelhäher brüten jedes Jahr darin, Eichhörnchen klettern dort auf und ab. Unter der Linde sind ein alter Brunnen und eine Bank. Oft versammeln sich hier die Kinder und spielen. Sie lachen und albern herum, die Linde freut sich.

Vor einigen Jahren sollte sie gefällt werden. Aber es gab Menschen hier bei uns im Dorf, die erkannten ihre Schönheit und setzten sich dafür ein, dass sie stehen bleiben durfte.

Dadurch, dass Menschen ihre Schönheit erkannten darf sie jetzt weiter leben. Diese Menschen haben sich nicht zusammen gestellt und darüber entsetzt, dass sie gefällt wird. Sie gaben der Linde eine Stimme in Liebe und Hoffnung und rettenden sie.

Unter dem Dach des Hauses meiner Nachbarin haben die Spatzen ihr Zuhause. Sie ziehen genau vor meinem Fenster ihre Jungen auf - wie viel Hoffnung bringt dieser tägliche Anblick.

Ich schaue durchs Dachfenster und sehe den blauen Himmel, die wunderschönen weißen Wölkchen, wie sie dahinziehen. Ich öffne das Fenster und atme die frische Luft ein. Da kommt übers Dach meine Katze geklettert und hüpf mir auf den Schoß.

In all diesen kleinen Momenten konnte ich nur Schönheit erblicken. Dies gibt mir Zuversicht. Dadurch entwickelt sich in mir ein Gefühl der Freude und Dankbarkeit. Ich erschaffe das was ich denke – ich bin selbst das, was ich denke. Ich übernehme mit dieser Gewissheit die Verantwortung für das was ich bin und das was ich tue. Denn habe ich Freude und Dankbarkeit in mir, werde ich diese Gaben an meine Mitmenschen weiter geben können. Daraus entsteht Achtung und Liebe zueinander. Es sind diese Gefühle, die unsere Seele öffnen und alles wandeln können – zum Guten. So werden wir Schöpfer einer besseren Welt.

Wenn wir aber an unseren Denkmustern über gut und böse festhalten und glauben etwas verändern zu können indem wir belehren und kritisieren, säen wir Wut und Hass in die Herzen unserer Mitmenschen. Dies bringt immer mehr Kampf ins Leben unter uns. Alles was wir weiter geben wird weitere Kreise ziehen und letztendlich uns selbst wieder erreichen. Wir haften daran was richtig ist und was falsch ist anstatt uns einfach nur zu freuen für das was uns an Schönheit geschenkt wird. Sobald wir einen Schritt zurück treten und unser Dasein betrachten, erkennen wir, dass es sehr viel mehr gute Dinge und Gegebenheiten in unserem Leben gibt als schlechte. Wäre es anders herum, könnten wir nicht überleben.

Empfinden wir Wut über Menschen, die ihre Tiere in unseren Augen nicht richtig behandeln und glauben etwas ändern zu können indem wir diese Menschen angehen und herausfordern, werden wir noch mehr Unzulänglichkeiten in ihre Herzen bringen. Ihre Herzen, die ohnehin schon von Leid und Kummer belastet sind und sie deshalb nichts anderes ihren Tieren oder Kindern geben können als Leid, wird von uns noch mehr belastet und sie werden noch ungerechter zu ihren Kindern oder Tieren sein.

Ich kenne da eine wahre Geschichte:

Eine Familie schaffte sich einen Hund an. Dieser wurde in den Keller gesperrt. Man wollte ihn nicht im Haus haben. Niemand ließ ihn jemals aus dem Keller, niemand ging mit ihm spazieren.

Eines Tages entdeckte der Hund, wie er jeden Morgen, sobald der Mann ihn füttern wollte, dem Keller entkommen

konnte. So witschte er hinaus und rannte davon, drehte seine Runde im Dorf und kam nach zwei oder drei Stunden zurück. Der Mann war wütend auf seinen Hund, verprügelte ihn und sperrte ihn zurück in den Keller.

Jedoch schaffte es der Hund fast jeden Morgen wieder zu entweichen. Es war ein großer, schwarzer Hund und die Kinder auf dem Schulweg fürchteten sich vor ihm. Die Eltern der Kinder wurden wütend und gingen zu dem Mann um ihn zur Rede zu stellen.

Manche der Eltern entdeckten dabei wie jämmerlich der arme Hund gehalten wurde und verständigten den Tierschutz. Dieser kam. Nichts änderte sich. Der Tierschutz kam erneut. Nichts änderte sich.

Nach wie vor entwichte der Hund immer wieder. Die Menschen der Umgebung wurden immer wütender auf den Mann, der seinen Hund so jämmerlich hielt und auf seinen Hund nicht aufpasste.

Die Wut des Mannes stieg mit jeder Beschwerde, die auf ihn gerichtet war. Jedes Mal wenn der Hund die Freiheit geschnuppert hatte und zurück kehrte, schlug der Mann ihn nun noch härter.

Die Beschwerden ließen nicht nach und er bekam von der Bevölkerung und dem Tierschutz immer mehr und mehr Druck. Es wurde Krieg geführt.



Dies ließ die Wut in dem Mann stetig ansteigen und es reichte nicht mehr nur den Hund zu schlagen, auch die Kinder wurden nun häufiger verprügelt.
Eines Tages kam der Hund von seinem Spaziergang zurück, da nahm der Mann das Gewehr, lud es und erschoss den Hund.

Ich mag es nicht, solche Geschichten zu erzählen, denn ich weiß, dass solche Dinge viel zu oft überall erzählt werden. Ich höre sie fast täglich. Aber es ist ein gutes Beispiel dafür, wie wir Hass und Wut fördern, wenn wir gegen Unrecht auf diese Weise vorgehen und uns nichts anderes einfällt als zu verurteilen und zu kritisieren.

Vielleicht wäre es besser gewesen mit dem Mann Freundschaft zu schließen anstatt ihn zu verurteilen. Vielleicht wäre es besser gewesen den Mann kennen zu lernen – seine Geschichte, seine Lebensumstände anstatt ihn zu verurteilen.

Vielleicht hätte er durch das Mitgefühl der Menschen eine andere Sichtweise erhalten, Kraft und Zuversicht geschöpft und begonnen umzudenken.

Übrigens ließ der Mann über die Geschichte im Dorf einige Jahre Gras wachsen. Dann holte er sich wieder einen Hund. Der Mann war „klüger“ geworden. Jetzt kann der Hund nicht mehr abhauen und durchs Dorf rennen um seinem Herrn Ärger zu machen. Dieser Hund hängt nun Tag und Nacht an der Kette.

*Das Auge hätte die Sonne nie gesehen,
wenn es nicht selber von sonnenhafter Natur wäre.
Plotin*

Nicht zu kämpfen halten viele Menschen für Gleichgültigkeit. Aber es ist keine Gleichgültigkeit. Im Gegenteil. Es ist das Erkennen, das nur Mitgefühl, Liebe und Vorbild für ALLE Geschöpfe eine Veränderung bringt.

Alles findet in der Liebe eine Lösung – wir brauchen keinen Kampf und wir brauchen keinen Krieg. Es gibt andere Wege!

Bleiben wir nicht verhaftet in der Dualität – seien wir flexibel und kreativ in unseren Plänen Frieden zu schaffen und nicht Hass und Wut zu verbreiten. Erkennen wir, dass es nur Liebe gibt und dies die einzige Macht ist alles zu verändern, alles zu heilen.

Wenn wir in uns Hass und Wut haben, werden wir sie weiter geben und auf dem Weg des Krieges bleiben. Wenn wir unsere eigene Wut erkennen und in Liebe verwandeln indem wir den Pfad der friedlichen Kreativität beschreiten, dann säen wir Liebe und geben der Schönheit die Macht.

Ich wünsche Euch allen, dass Ihr stets Menschen begegnet, die eine kreative Macht der Liebe säen, auch Ihr diese Fähigkeit in Euch entdeckt und Freude darin findet sie zu leben.

Liebe und Frieden für euch alle! Heidi