



Ein Eichenbaum mit mächtigem, dickem Stamm streckt seine Äste ausladend nach allen Seiten. Er breitet sich weit aus. Betrachten wir diesen unglaublich stark wirkenden Wuchs, sind wir überwältigt von der Kraft, die sich uns zeigt.

Eines Nachts kommt ein Sturm auf und reißt diesen Baum zu Boden. Und wenn wir ihn nun betrachten sehen wir, dass sein Stamm innen marode und hohl ist. Wäre er innen mit gesundem Mark gefüllt, hätte er jedem Sturm standhalten können. Seine Wurzeln wären kräftiger in der Erde verankert

gewesen – tief ins Erdreich hinein. Kein Sturm im Außen hätte ihn zu Fall gebracht. Nichts hätte ihn umwerfen können.

Wäre er gesund gewesen, hätte jeder äußere Sturm ihn gelehrt sich gegen ihn zu stämmen und noch kraftvoller zu werden.

So ist es auch mit uns Menschen. Je reiner und klarer, je heiler und leuchtender unsere Seele und unser Geist sind, umso stabiler können wir den Stürmen des Alltags und des ganzen Lebens begegnen.

Jeder, der sich nur nach außen orientiert, und das sind in der heutigen Zeit die Meisten, werden innerlich immer hohler und leer. Im Moment mag es reizvoll sein, sich äußere Güter anzueignen, sich auszubreiten und in dies und jenes zu verstricken, aber wenn das Innen keine Aufmerksamkeit mehr erhält, wird es zerfressen von den Fallstricken äußerer Verführungen, Begehren und Wünschen.

Der Mensch rennt hierhin und dorthin, wie ein oberflächliches Durchwurzeln des Lebens. Nichts geht in die Tiefe. Die Tiefe liegt im Innern. Es ist wichtig uns mehr dem Inneren als dem Äußeren zuzuwenden, es zu reinigen, zu läutern, zu stärken, unseren Willen in Richtung Mitgefühl, Güte und Liebe zu richten. Das macht unseren Kern stark und immer stärker, so dass wir uns in die Tiefe versenken können, die uns an einem bestimmten Punkt mit Gott verbindet. Er hält uns und an ihm können wir uns halten.

Es ist unglaublich,  
wie viel Kraft die Seele dem Körper zu leihen vermag.

(Wilhelm von Humboldt)

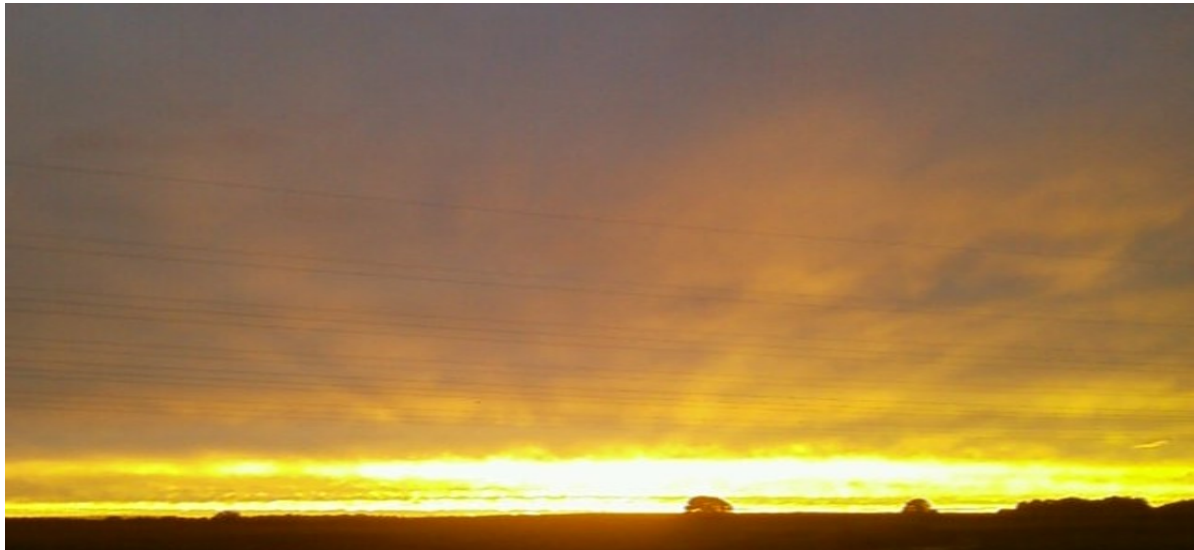
Dann kann kein Sturm mehr so stark sein, dass er uns umwerfen kann. Wir werden gehalten durch unseren Willen und in der Kraft des Universums.

Was gibt es im Außen zu suchen, das wertvoller sein könnte als das Licht in uns selbst, als die Gewissheit des Eins-seins, das Verbunden-sein mit allem was ist. Ja, die wahre Verbindung mit allem finden wir nicht im Außen, sondern spüren wir im Innern und im Erkennen, dass es das Licht ist, das uns zum Eins-sein führt.



Das ist das einzige und wahre Heil-sein. Und dies kann man nun mal nur durch das Innere Rein-sein, Strahlend-sein und Lichtvoll-sein erleben. Durch dieses Gefühl des Eins-sein mit allem sind wir stark und groß und weit. Was kann uns

dann noch schaden? Ein Sturm, der um uns weht? Wir sind größer geworden als das was um uns tobt. Wir sind dann so groß, dass wir von räumlichen Dingen, die stets ihre Begrenzung haben, nicht erreicht werden können.



Der Mensch muss lernen,  
den Lichtstrahl aufzufangen und zu verfolgen,  
der in seinem Inneren aufblitzt.

(Ralph Waldo Emmerson)

Ihr könnt dies erreichen durch tägliche Meditation in Euer inneres Licht. Sucht das Licht in Euch und lasst Eure Aufmerksamkeit gedankenverloren auf diesem Licht ruhen. Nur ein paar wenige Minuten jeden Tag kann über einen gewissen Zeitraum sehr viel in Euch bewirken und verändern. Es heilt Euch.

Werdet innerlich heller und strahlender und lasst es nicht zu, dass das Ungeziefer der äußeren Weltgeschehen Euer Inneres zerfrisst.

Ich wünsche Euch Eins-sein.

HEIDI