

Lao Tse

Viele von euch werden sich die Frage stellen: "Was ist mit unserer Zeit nur los." Ihr merkt die Veränderungen, die Anstrengungen, vielfache Prüfungen werden euch gestellt. Ja, die Zeit ist eine sehr intensive, eine sehr anstrengende Zeit. Einigen von euch wird es allmählich zu viel und ihr fragt euch wohl zu Recht, wie lange sollen diese enormen Anstrengungen denn noch andauern.

Und ich rufe euch voller Inbrunst zu: "Haltet durch und erkennt!"

Der Mensch neigt dazu, zu vergessen. Würde dies nicht der Fall sein, wäre es allen sonnenklar, dass es genau diese, diese anstrengenden Zeiten doch immer wieder gegeben hat. Das Leben verläuft in Zyklen, wie Ebbe und Flut, besagte Zyklen dauern länger. Und doch ist ihre Länge immer wieder unterschiedlich lang und hängt immer wieder auch davon ab, wie sehr derjenige, den es angeht imstande ist mitzugehen, aufmerksam zu sein, zu lernen, daraus zu lernen.

Wenn es knirscht und anfordernd wird, hast du genau hinzusehen. Genau das ist deine Lektion, genau diese Passage ist zu lernen, zu erkennen, zu erfahren. Wenn du durch die besagte Passage geschritten bist, wirst du allein im Rahmen deiner innigen Erkenntnis den nächsten erfolgreichen Schritt setzen. Erkennst du nicht, meist durch mangelnde Reflektion, wirst du immer wieder vor ähnliche Aufgaben gestellt werden. Es ist einem Karussell gleich. Es bleibt erst stehen, wenn du erkannt hast, wenn du erkannt hast, was diese Situation in dir spiegelt.

Es bedarf oft wesentlich langsamere Schritte als du es tust. Wenn du rennst und springst, wirst du nicht sehen was dir begegnet und irgendwann befindest du dich vor vollendeten Tatsachen und bist darüber verwundert, woher sie so rasch gekommen sind. In Wahrheit haben sie sich lange davor angekündigt und sind niemals ohne Warnung erschienen. Ein Menschenleben erinnert ein wenig an eine Zugfahrt mit ihren zahlreichen Signalen. Übersieht der Lokführer eines dieser Signale, kommt es vermutlich zu einem Unfall. Wieso soll es draußen, im Leben, anders sein.

Ihr macht die Zeit zu dem was sie ist. Ihr habt auch die Möglichkeit ihr die Schärfe, den Druck zu nehmen. Jeder Grad an Achtsamkeit, jeder Grad an Aufmerksamkeit, senkt den Druck der auf euch wirkt.

Achtsam zu sein heißt auch, seinen Körper zu lieben, seinen Körper zu pflegen und ihm niemals Schaden zuzufügen. Achtsam zu sein heißt auch, in der eigenen Erfüllung zu leben und nicht darauf zu warten, dass ein Partner den man sich sehnsüchtig herbei sehnt, einem einen Grad an Erfüllung schenkt, den man sich nicht einmal selbst zu schenken imstande ist. Ich werde jeweils nur das empfangen können, was ich mir selbst imstande bin zu geben. Es kann niemals etwas von außen an mich herantreten, ein Mensch, ein Zustand, eine Offenbarung, wenn ich sie nicht in mir selbst trage, wenn ich es mir selbst nicht wert bin. Meine eigene Wertigkeit mir gegenüber ist bestimmend dafür, wie ich von meiner eigenen Umwelt wahrgenommen werde. Meine eigene Wertigkeit mir gegenüber ist bestimmend dafür, wie der Pfad auf dem ich gehe, beschaffen sein wird.

Die Zeit kann anstrengend sein, aber wenn du ihr Achtsam gegenüber trittst und daraus Lehren ziehst, wird sie sich ändern. Frei, ohne Zwang, in Liebe und Achtsamkeit.