



© OpenClipart-Vectors, pixabay.com

„Friede in mir“

Ein kleiner Junge kam zu seinem Vater und wollte mit ihm spielen. Der aber hatte keine Zeit für den Jungen und auch keine Lust zum Spielen. Also überlegte er, womit er den Knaben beschäftigen könnte.

Er fand in einer Zeitschrift eine komplizierte und detailreiche Abbildung der Erde. Dieses Bild riss er aus und zerschnitt es dann in viele kleine Teile. Das gab er dem Jungen und dachte, dass der nun mit diesem schwierigen Puzzle wohl eine ganze Zeit beschäftigt sei.

Der Junge zog sich in eine Ecke zurück und begann mit dem Puzzle. Nach wenigen Minuten kam er zum Vater und zeigte ihm das fertig zusammengesetzte Bild. Der Vater konnte es kaum glauben und fragte seinen Sohn, wie er das geschafft habe.

Das Kind sagte: "Ach, auf der Rückseite war ein Mensch abgebildet. Den habe ich richtig zusammengesetzt. Und wenn der Mensch in Ordnung ist, dann ist auch die Welt in Ordnung."

Autor unbekannt, Quelle: <https://www.zeitblueten.com/news/die-welt-in-ordnung-bringen/>

Zur Vertiefung sehen Sie sich/seht Euch dieses Musikvideo an
(falls dort Werbung vorkommt, bitte keine Anstoß nehmen).

<https://www.youtube.com/watch?v=5s0s0aHhIxY>

Dein Geist kann ein gefährlicher Ort sein... oder ein großartiges Geschenk

Wir leben in zwei Welten: Die Innere und die Äußere.

Von klein auf haben wir gelernt, die innere Welt zu verbessern, indem wir die Äußere zu verbessern versuchen:

- Wir wollen mehr Geld, damit wir uns sicher und frei fühlen.
- Wir suchen einen Partner, damit wir uns geliebt und nicht allein fühlen.

Für viele Menschen ist das so selbstverständlich, dass wir kaum darüber nachdenken.

Doch es zeigt sich immer deutlicher, dass die äußere Welt nicht in der Lage ist, die innere zu verbessern.

Wir können die Stimme der inneren Welt vorübergehend etwas leiser schalten, indem wir uns mit Dingen der äußeren Welt ablenken... Aber dauerhaft verbessern lässt sie sich damit nicht.

Trotzdem versucht unser Geist uns ununterbrochen davon zu überzeugen, dass wir dieses und jenes unbedingt brauchen, um eine hohe Lebensqualität zu erreichen. Gesteuert von unseren Gedanken rennen wir also los und versuchen es unserem Geist recht zu machen, in der Hoffnung, dass wir uns irgendwann gut, geliebt, verstanden, genug, erfolgreich, glücklich, fröhlich oder einfach ganz fühlen! Doch auf diesem Weg wird das kaum zu erreichen sein.

Was also tun?

Stundenlang meditieren und versuchen, diesen plappernden Geist zum Schweigen zu bringen? Ihn unterdrücken und bekämpfen?

Dann aber würden wir etwas sehr Wertvolles in unserem Leben verpassen!

Denn der Geist kann ein wundervoller, schöner Ort der Inspiration und der Freude sein!

Warum also nicht einfach loslassen, was uns belastet, hinter uns lassen, was uns bedrückt?

Pablo Sütterlin

Jeder muss seinen Frieden in sich selber finden, und soll der Friede echt sein, darf er nicht von äußeren Umständen beeinflusst werden. M. Gandhi

Vater Unser (oder ein freies, selbst formuliertes Gebet)

Lied 233 aus dem Halleluja: „Der Herr segne Dich“

Text:

Ref.: Der Herr segne dich, behüte dich, lasse sein Angesicht leuchten über dir und der Herr sei dir gnädig! Er erhebe sein Angesicht über dich und erfülle dein Herz mit seinem Licht, tiefer Friede begleite dich!

1. Ob du ausgehst oder heimkommst, ob du wach bist oder schläfst, sei gesegnet und gestärkt durch seinen Geist. Ob du in das Tal hinabgehst oder Berge vor dir steh'n, mögest du den nächsten Schritt in seinem Segen geh'n!

Ref.

2. Ob die Menschen, die du liebst dies erwidern oder nicht, sei ein Segen durch die Gnade deines Herrn. Ob die Träume, die du träumtest, noch verheißungsvoll besteh'n oder längst schon nicht mehr für dich wie ein Traum ausseh'n.

Ref.

Friede mit dir! Friede mit dir!

© mc peppersongs, Berlin, 2000, Martin Pepper