



Aus meiner Quelle

Gleichmut

Übst du Gleichmut?
Bist du gleichmütig,
was auch immer das Leben dir bringt?
Oder ist dein Gleichmut abhängig von deinem Bankkonto,
vom Verhalten deiner Nächsten,
vom Erfolg und von der Anerkennung, die man dir entgegenbringt?
Wovon bist du abhängig?
Was muss in deinem Leben herrschen,
bevor du gleichmütig sein kannst?
Fülle, Liebe, Wohlergehen?
Wie willst du das erreichen ohne Gleichmut,
ohne Gleichmut und Vertrauen in das Leben?
Wenn du Bedingungen stellst, wie das Leben sein soll,
damit du Gleichmut üben kannst, bist du verloren.
Du kannst das Leben niemals zwingen, niemals kontrollieren.
Das Leben ist das Leben, lebendig halt und unberechenbar,
so wie ein großer Fluss, der mal ruhig dahinfließt,
mal über tiefe Schluchten sich ergießt,
mal wild sich aufbäumt und auch tobt und alles in die Tiefe reißt,
um dann ganz sanft und voller Kraft dem Meer sich anzuschließen,
ins Meer hineinzufließen, um mit ihm eins zu werden.
Wie willst du einen Fluss denn zwingen?
Wie willst du seine große Kraft in deine Bahnen lenken,
in Bahnen, die dir lieb sind?
Siehst du, wie lächerlich dein Unterfangen ist,
wie wenig aussichtsreich?
Du kannst das Wasser nicht bekämpfen, nicht bezwingen.
Du kannst dich ihm nur anvertrauen, dich ruhig tragen lassen
von Augenblick zu Augenblick.
Du kannst entscheiden, ob du kämpfen willst
oder ob du dich ergibst, dich hingibst an das Leben
und dich einfach nur entspannst,
um dann im richtigen Moment am richtigen Ort zu sein,
um dann mit wenig Aufwand, ohne Kampf
das zu erreichen, was du leicht erreichen kannst,
die reifen Früchte leicht zu ernten,
die nur auf *dich* warten.
Wenn du so leben kannst, so im Vertrauen in das Leben,
dann bist du gleichmütig in jedem Augenblick.
Dann ist der Gleichmut dein, dann bist du ganz bei dir
im Hier und Jetzt, wo immer du auch bist.
Dann bist du ganz bei dir.