

# Nachdenktext zum Frühling 2007

## **Gebrauchsanweisung:**

*Zettel klein zusammenfalten und so lange in der Hosentasche herumtragen, bis der Zeitpunkt gekommen ist, ihn in Ruhe lesen zu können. Vielleicht in einem Wartezimmer, zum Einschlafen, auf dem Klo oder in der Straßenbahn ...*



## *Liebe Freunde und Freundinnen!*

Vor Zwei Jahren hat mich die Rettung eines zertretenen Schneeglöckchens dazu bewogen, Euch meinen ersten „Nachdenktext“ zu schreiben. Nun ist es für mich zu einer schönen Gewohnheit geworden und nicht nur Eure Rückmeldungen beflügeln mich immer wieder, weitere Gedanken aufzuschreiben, die zu mir zufliegen, wenn ich einmal innehalte.

Apropos Schneeglöckchen: Natürlich muss auch ich in meinem Garten viele Pflanzen in ihrer Ausdehnung einschränken und vorzeitig „zerstörerisch“ in ihrem Wachstum begrenzen, um so auf der anderen Seite diesen wundersamen Garten schöpferisch weiter gestalten zu können. Auch in der Natur geht es nicht nur lieb und lebensrettend zu.

Und doch war dieses Umpflanzen eines beschädigten Pflänzchens, das doch der Vorbote einer großen Verwandlung ist, für mich ein Akt der Aufmerksamkeit, ein Wahrnehmen von Augenblick und Ewigkeit, der für mein weiteres Leben von entscheidender Bedeutung war und sein wird.

Auch im darauffolgenden Frühling, als das Bild der „Gedankenblumen“ zu mir fand, ahnte ich noch nicht, wohin mich diese Gedanken tragen würden. Dann erkannte ich, dass eine wirkliche Verwandlung eines „Zwischenraumes“ bedarf. Er ermöglicht den Durchblick, schafft Raum für etwas Neues! In Auseinandersetzung mit meinem Lebensthema „Urgewalt und Liebe“ erkannte ich, dass man das „Böse“ nicht zu bekämpfen braucht oder es nicht kann, weil es mit dem „Guten“ verwandt ist! Die Erkenntnis, dass die menschliche Einzigartigkeit ihre Kraft aus der Bescheidenheit gewinnt, gab mir entscheidende Hinweise für mein tägliches Handeln. All das und die Begegnungen mit verschiedenen feinfühligem Menschen, die Auseinandersetzung mit den Lebensthemen meiner Kinder und meiner Eltern ließen letztendlich eine alte Ahnung in mir zur Gewissheit werden:

Alles, was wir Menschen jeden Tag und jeden Augenblick tun, ist heute von sehr viel grundsätzlicher Bedeutung für uns alle als noch vor Jahren!  
Jeder Gedanke, jedes Handeln sollte sehr gut überlegt sein, denn es hat Folgen – sehr viel schneller und unmittelbarer als früher.

Die Kraft des Lebens wird durch unser Herz in unserem Körper verteilt.  
Heute schlägt unser Herz stärker als es dies früher getan hat!  
Belastet uns das? Oder ist es eine Chance?

# Mein Herz verwandelt sich

## Gedanken zum Frühling

*Vorwort:*

*Zum Frühlingsanfang hat das Licht wieder einmal die Macht über das Dunkel ergriffen. Seitdem pulsiert die Frühlingskraft in allen Adern! Pulsiert auch unsere Erde heute stärker als früher?*

*Vor etwa 22 Jahren begann ich auf meine Weise mit der Erde und dem Himmel zu „sprechen“ – bat sie regelmäßig um ihre Unterstützung. Dies war für mich zuerst nur eine Übung – ein Alltagsritual zur Stärkung meiner Aufmerksamkeit. Erst langsam wurde mir bewusst, dass ich „Antworten“ bekam, dass ich trotz aller meiner Unzulänglichkeiten Unterstützung bekam – aus nicht sichtbaren Dimensionen.*

*Als wir vor 19 Jahren mit unseren Jahreszeiten-Ritualen begannen, war unser Planet noch deutlich ruhiger unter uns. Nun beginnt die Erde auch für mich spürbar zu pulsieren und zu „atmen“ – ihr Herz klopft kräftiger und es scheint so, als klopfe mein Herz im Takt dazu. Die Erde wird wahrnehmbarer und es ist mir, als würde tief in mir etwas beginnen, fein und kraftvoll ihr Lied zu singen.*

*Wenn Wasser über meinen Körper fließt, beginne ich zu träumen. Und so erreichte mich, angeregt durch Wahrnehmungen anderer Menschen, ein wunderschönes Bild:*

Die Erde pulsiert in Ihrem Innern. Sie ist durchscheinend für mich und weich. Sie strahlt von innen heraus, trägt in sich einen Keim, eine Frucht, die sich zart auszudehnen beginnt. Sie befreit sich von harten, ehemals schützenden Schalen. Zarte Lichtgewebe durchdringen harte Materie. Sie bringen das Licht aus dem Kern der Erde an die Oberfläche. Dieses Licht ist fein und nicht übermäßig warm. Ich kann



mich davon tragen, einhüllen und durchdringen lassen. Es ist mir vertraut und ein Teil meiner selbst spiegelt sich darin. Es ist, als ginge etwas in mir in Erfüllung, würde sich etwas harmonisch zusammenfügen, was schon lange Zeit in mir seine kleine Musik spielte. NICHTS ist mehr unwesentlich! Ich weiß das schon lange! Begreife ich es wirklich?

Ich spüre die Wirkung meiner Gedanken immer unmittelbarer. Ich spüre – dass sich meine Kraft nur dann voll entfalten kann, wenn sie auf diesen feinen Lichtbahnen mitschwingen kann. Grobe Energie fällt durch die Maschen dieses Lichtgewebes hindurch.

Unsere Erde kehrt ihr Inneres langsam nach außen. Sie beginnt zu leuchten, blüht auf, schenkt uns ihre Liebe. Vielleicht werden wir den Frühling einer anderen Zeit erleben und sind selbst ein Teil dieses Lichts, das sich da entfaltet? Mein Herz klopft und ich suche noch mehr als sonst nach meinem Platz in dieser großen Oper – nach dem Wesentlichen meines Seins in diesem großen Geborgen-Sein. Die Erde blüht, will Früchte tragen. Sie vervollkommnet sich.

Wir werden uns von vielem Altgewohnten trennen müssen.

Wir werden – ein Stück Leere zulassend – Neues und Wunderbares entdecken.

Wir können jeden Tag von uns aus diese Impulse liebevoll unterstützen.

Der Wandel in den ständigen Zyklen des Lebens ist einzigartig und wunderbar – wie wir selbst.

Dieser Wandel ist aber auch normal und alltäglich – wie wir selbst uns empfinden.

Die Kunst des Lebens scheint es mir zu sein, die wundervolle Einzigartigkeit des eigenen Daseins zu begreifen, zu ergreifen und im Sinne des Ganzen zu nutzen, ohne in Gefahr zu laufen sich über andere Menschen zu stellen, selbstsüchtig oder gar herrschsüchtig zu werden.

Nun hat ein großer Wandlungszyklus für uns und unsere Erde begonnen.

Wir werden mit all unseren Fähigkeiten gebraucht, ihn zu begleiten und ihn mit zu gestalten.

*Nachwort:*

*Was bedeutet das für meinen Alltag? Vielleicht wünsche ich morgens nicht nur meinem Partner und meinen Kindern einen guten Tag, sondern auch dem Boden unter meinen Füßen und dem Himmel über mir? Achte darauf, wie ein solcher Tag verläuft, gegenüber solchen, wo Du dies nicht tust! Vielleicht achte ich auch mehr und öfter auf meine Tagträume und meine allgemeine Befindlichkeit, um sie besser mit dem vergleichen zu können, was um mich herum und unter meinen Füßen vorgeht. Vielleicht achte ich mehr auf die Wirksamkeit meiner guten und schlechten Gedanken und Absichten?*

*Wir sind mehr als das kleine Rädchen im Getriebe oder ein kleiner Wurm im Komposthaufen. Wir sind selbst Schöpfer und müssen lernen mit dieser Fähigkeit und Verantwortung umzugehen. Wir werden verwandelt und wir lösen auch Verwandlung aus.*

*Das Paradies ist nicht für brave Würmer vorbereitet – nein, es wurde **uns** in **unsere** Hände gelegt. Wir erschaffen es selbst mit der Kraft der bedingungslosen Liebe, die aus der Quelle allen Lebens in unsere Hände sprudelt.*

*Maat et juut!*

*Euer*

*Herbert Antweiler*