



© Bild: Elena Ray

Stille ist der Weg!

Oder: Häng dein Mäntelchen an den Haken und flieg

TEXT ■ ANDREAS SCHWARZ

» Ich weiß nicht was ich noch glauben soll – manchmal frage ich mich: Gibt es Gott, gibt es ein Leben nach dem Tod, haben nicht die Recht, die einfach nur für sich leben? Warum soll ich ehrlich sein, wenn es keinen gibt, der mich zur Rechenschaft zieht? Wie kann ich guten Gewissens meinem Kind etwas von Gott erzählen und dass Oma im Himmel ist, oder dass es richtig ist, ein moralisches und integeres Leben zu leben? Wie kann ich all so etwas meinem Kind erzählen?

„Du musst so etwas deinem Kind nicht erzählen.“ „Ja, aber wenn ich ihm keine Werte vermittele und es in so einem relativistischen Nebel aufwächst, wird es total wirr im Kopf!“ „Mein Freund, was machst du da? Du hast ein

Problem und rechtfertigst die Aufrechterhaltung deines Problems mit einem neuen Problem? Wie willst du denn dieses zweite Problem aufrechterhalten, etwa mit einem dritten?“ „Wie meinst du das? Kommst du jetzt schon wieder mit so einem kryptisch-philosophischen Zeug? Du nimmst meine Probleme nicht ernst.“

„Du sagst, du wüsstest nicht, ob es Gott gibt und ein Leben nach dem Tod. Du wüsstest auch nicht, warum du ehrlich sein solltest. Zum ersten: Du musst nicht an Gott glauben, warum auch. Zum zweiten: Du musst dir keine Sorgen um die Zukunft machen. Hab keine Angst, was immer auch geschieht. Zum dritten: Wenn du nicht ehrlich sein willst, dann lass es.“ „Was soll das jetzt, das hilft mir nicht weiter!“

»Könntest du zuhören, würde es dir weiterhelfen. Versuche zu hören, was ich sage, werde still und lausche: Du hast kein Problem mit Gott oder dem Leben nach dem Tod, auch Gerechtigkeit oder die Frage nach dem Sinn und Zweck von Ehrlichkeit stellt sich dir nicht. Und schon gar nicht hat all das etwas mit deinem Kind zu tun. All das weist einzig und allein auf eines hin, auf die Qualität deines Vertrauens. Vertrauen ist Stille, eine besondere Stille, eine Stille, die dir etwas erzählt, sie erzählt dir alles über Ehrlichkeit, Schönheit und Freiheit, über das Fallenlassen all deiner dich verhüllenden Schutzschichten. Vertrauen ist kein Gefühl, Vertrauen ist ein Zustand der dich in einen Bereich jenseits allen Zweifels trägt, in einen Bereich, in dem du klar und deutlich die Schönheit und die Ewigkeit des Lebens erkennst, einen Bereich, in dem die Sonne heller scheint, die Farben bunter leuchten und das Kinderlachen wie Musik in deinen Ohren klingt.

Ehrlichkeit ist keine Forderung, die du an dich oder jemanden stellen kannst. Ehrlichkeit macht nur Sinn für jemanden, der ihren Wert erkennt. Der erkennt, dass Ehrlichkeit Vertrauen ist. Dass Ehrlichkeit und Vertrauen keine Werte sind, die es zu vermitteln gilt. Ehrlichkeit und Vertrauen sind Zustände, wunderschöne Erfahrungswelten. Nichts, was du sagst, widerspricht dem, was du bist. Kein Gefühl oder Gedanke widersetzt sich dem anderen. Jede Erfahrung ist in Übereinstimmung mit der anderen. Das ist der Zustand von Ehrlichkeit, Vertrauen, Liebe, Lust und Freiheit. Das ist der Zustand von Gott.“

„Wie meinst du das?“

„Gott ist weniger eine Person, Gott ist mehr ein Seinszustand, du kommst nicht zu Gott wie du zu mir in diese Berghütte kommst und klagst ihm dein Leid. Und er spricht dann mit sonorer Stimme: ‚Es sei dir vergeben mein Kind, du bist geheilt‘, oder irgend so etwas. Gott ist ein Zustand der Sanftmut, der Kraft, der Schönheit, der Lust und der Freiheit. Es ist nicht ein Zustand, in dem DU BIST, es ist ein Zustand, ZU DEM DU WIRST. Du wirst zu diesem Zustand, wenn du alle begrenzenden Gedanken und Gefühle hinter dir lässt, wenn du all deine Schutzmäntelchen an den Haken hängst und eintauchst in einen unbekanntem, sehr bekannten Frieden, in eine grenzenlose Stille.“

„Ich habe Angst!“

„Ich weiß, spring und breite deine Arme aus, du bist die Freiheit selbst, du bist die Stille, die Wahrnehmung, die Ehrlichkeit, du bist das Vertrauen. Du bist der Weg!“ ■

Infos



Andreas Schwarz bietet Ausbildungen in ayurvedischer Massage, zum Ayurveda-Therapeuten, zum Yoga-Lehrer und zum Ernährungs- und Gesundheitsberater an.

Kontakt:

Tel.: +49(0)8379-929669

E-mail: info@andreas-schwarz.org

Internet: www.andreas-schwarz.org

München | Zürich

Workshops

Yogalehrer Ausbildung
Yogakurse für alle Levels
Ayurveda & Wellness



AIRYOGA Workshops München 2009/2010

- 26-29 Nov Prana Flow Intensive mit Simon Park
- 6 Dez Charity Yoga mit Barbra Noh
- 11 Dez Infoabend: 200 Stunden Yogalehrer Ausbildung
- 13 Dez Absolute Beginners Workshop
- 10 Jan Absolute Beginners Workshop
- 17 Jan Burn Out, Stress & Yoga Workshop mit Frank Schmid & Adrian Wirth
- 23 Jan Detox Yoga Workshop mit Maya Fiennes
- 6-7 Feb Kundalini Yoga Workshop mit Amrit Kaur Nagel
- 11-15 Feb Prana Flow Intensive mit Twee Merrigan
- 21 Feb Absolute Beginners Workshop
- 6-7 März Yoga Workshop mit Patrick Oancia
- 19 März Buch-Lesung mit Milena Moser
- 20-21 März Anusara Yoga/ Schreib-Workshop mit Katchie Ananda & Milena Moser
- 16 April Absolute Beginners Workshop
- 17-18 April Yoga Workshop mit Aaron Cantor
- 24-25 April Anusara Yoga Workshop mit Christy Nonas
- 14 Mai Absolute Beginners Workshop
- 15-16 Mai Prana Flow Workshop mit Christine May
- 21-23 Mai ISHTA Yoga Workshop mit Rachel Zinman
- 28-30 Mai Anusara Yoga Workshop mit Desiree Rumbaugh

Yogalehrer Ausbildung 2010

- 13 März-12 Sept 2010
- 200-Std Yoga Alliance Standard®
- 19 Sept-11 Okt 2010
- 200-Std Yoga Alliance Standard®

Anusara® Yoga Immersions

- 25 Feb-2 März 2010 (Immersion I)
- 29 Juli-3 Aug 2010 (Immersion II)
- 2-7 Dez 2010 (Immersion III)

AIRYOGA Kontakt:

Blumenstrasse 6
80331 München
muenchen@airyoga.com
+49 (0)89-23 22 59 30
www.airyoga.com