

Gesetze und Gebote des Verhaltens

1. Teil

1)

Wenn du belastet bist in einer zwischenmenschlichen Beziehung oder im Verhältnis einer geschlossenen oder offenen Partnerschaft, Freundschaft, Bekanntschaft oder in bezug auf Kinder und du dabei Probleme, Zweifel oder gedankliche, gefühlsmässige oder psychische Schmerzen hast, dann darfst du ganz sicher sein, dass sich alles löst, wenn du nur offen und wahrhaftig zu dir selbst bist, wie aber auch zu jenen Nächsten oder Mitmenschen, auf die du zugehen musst und die der Anstoss für dein zweifelndes, problemschweres oder schmerzliches Verhalten sind. Zu sich selbst und zu den Nächsten und Mitmenschen offen und wahrhaftig sein ist eine von Liebe getragene Bewegung des Menschseins und hat also nichts damit zu tun, dass die eigene Position aufgegeben wird oder gar die eigenen Werte zerstört werden. Wahrlich zeugt ein solches Vorgehen von wahrheitlich eigener innerer Grösse, denn auf den Nächsten und Mitmenschen in Liebe, Offenheit und Wahrhaftigkeit zuzugehen zeugt von Ehrlichkeit und reisst jede innere Erstarrung und Zweifel nieder und überwindet die dunkle und brüllende Leere, die sich in die zwischenmenschliche Beziehung oder ins Verhältnis einer offenen oder geschlossenen Partnerschaft eingeschlichen hat. Und gehst du auf deinen Nächsten und Mitmenschen zu, dann fallen durch ein gutes, positives und klärendes Gespräch all jene Gedanken und Gefühle der Angst weg, vom andern aus Langeweile oder Hass usw. nicht beachtet zu werden. Das Gespräch miteinander und das Verständnis zueinander zu suchen und sich gegenseitig mit den Meinungen aufeinander einzulassen, schafft stets eine neue Ebene der Verständigung und der Zusammengehörigkeit, und das schafft sowohl Zweifel aus der Welt wie auch gedankliche, gefühlsmässige und psychische Schmerzen und Not.

Also, Mensch der Erde, wenn du ein Problem in bezug auf eine zwischenmenschliche Beziehung oder im Verhältnis einer offenen oder geschlossenen Partnerschaft, Freundschaft, Bekanntschaft oder hinsichtlich Kindern hast, dann nimm dir die notwendige Zeit, um dich in Verstand und Vernunft damit zu beschäftigen. Stell dir dabei nicht irgendwelche Dinge vor, sondern suche den Kern des Problems; und hast du den springenden Punkt

gefunden, dann gehe offen und ehrlich auf deinen Nächsten oder Mitmenschen zu, mit dem du ein Problem hast. Und genau mit dem offenen und ehrlichen Zugehen auf den Nächsten oder Mitmenschen begibst du dich schon jenseits des Problems, weil du durch dein mutvolles Handeln die Angst und Erstarrung sowie die Zweifel in dir löst und eliminiert, wodurch du deinen Nächsten oder Mitmenschen erreichst.

Stehst du in einem auseinandersetzungsmässigen Clinch mit jemandem, ganz gleich ob es in der Partnerschaft oder mit einem Kind, in einer Freundschaft, Bekanntschaft, am Arbeitsplatz oder in der Nachbarschaft ist, dann gehe offen und ehrlich auf den betreffenden Menschen zu und führe mit ihm friedlich ein klärendes Gespräch. Spürst du, dass zwischen dir und dem anderen Menschen ein zu tiefer und breiter Abgrund liegt, dann schlage von dir aus eine stabile Brücke darüber, damit du auf den anderen zugehen kannst, sei es mit einem direkten Gespräch, mit einem Brief, E-Brief, Fax oder Telefonanruf. Lass den Nächsten oder Mitmenschen an der Wahrheit deiner Bemühungen, an deinen Gedanken und Gefühlen teilhaben, die dich in friedlicher Art und Weise bewegen und dich dazu bringen, mit ihm Klärung zu schaffen und den Frieden zu suchen. Versuche dabei nicht, deine guten und friedlichen Gedanken und Gefühle zu ändern, sondern gehe mutig vorwärts und bemühe dich, das aufzulösen, was zwischen euch steht. Tue stets den ersten Schritt und reiche dem andern die Hand zur Versöhnung und zum Frieden. Warte nicht darauf, dass der andere den ersten Schritt tut, denn wenn du darauf wartest, dann wartest du unter Umständen dein Leben lang umsonst darauf. Dein eigener erster Schritt ist also der, der von Bedeutung und Wichtigkeit ist, und er muss dir sehr viel wichtiger sein als das leidige Problem, das zwischen dir und dem anderen Menschen liegt.

Handle besser heute als erst morgen und lass dich dabei von rein gar nichts aufhalten, denn ganz besonders in bezug auf Problemregelungen mit den Nächsten oder Mitmenschen, mit denen du im Clinch liegst, ist es von Bedeutung, nach dem Prinzip zu handeln, das da lehrt: «Verschiebe nichts auf morgen, was du heute kannst besorgen.» Bedenke bei deinem Handeln jedoch, dass du ehrliche Liebe, Gerechtigkeit und Aufrichtigkeit hineinlegst, denn Liebe, Gerechtigkeit und Aufrichtigkeit zählen sehr viel mehr als viele langatmige Worte und wildes Gestikulieren. Betrüge dich daher nicht selbst durch viele Worte und durch Gestikulieren, sondern verhilf dir durch einfache Wortwahl und einfache Gesten selbst zur Wohltat, den anderen zu deinem Verbündeten und zum Freund und Wohlge-

sinneten zu gewinnen, so er letztlich für dich zu einem geliebten Menschen und Freund wird, dem du auch Vertrauen schenken kannst und der in gleicher Weise auch zu dir steht. Wahrlich, zwischenmenschliche Nähe, wahre Liebe, Frieden und Harmonie sowie Freiheit im eigenen Innern vermögen in der eigenen Individualität ebenso heilsam zu wirken wie auch in den anderen Menschen, denen diese hohen Werte entgegengebracht werden.

2)

Willst du wahrlich die Wirklichkeit und Wahrheit um dich her wahrnehmen, dann schau dich in konzentrierter Aufmerksamkeit und Achtsamkeit um und sieh das Verhalten der Nächsten, der Kinder und Mitmenschen, denn dieses zeigt dir das auf, was sie zum Ausdruck bringen. Ihr Verhalten zeigt dir, ob sie in Liebe leben oder in Hass, ob sie es verstehen, in sich Liebe zu schaffen, sie zum Ausdruck zu bringen und sie zu leben, oder ob ihr Ausdruck und Benehmen ein Schrei nach Liebe und nach Hilfe ist. Schau dich also bewusst und aufmerksam um und nimm auch bewusst alles um dich wahr, wobei es insbesondere von Bedeutung ist, die Verhaltensweisen der Menschen um dich genau wahrzunehmen, denn davon musst du bestimmen, wie du dich ihnen gegenüber verhältst. Nimm aufmerksam und achtsam bei jedem Menschen wahr, mit dem du in Berührung resp. in Kontakt kommst, ob Liebe von ihm ausgeht oder nicht. Bedenke, dass bei sehr vielen deren Verhalten nicht von Liebe geprägt ist, sondern von Antipathie, Angst, Gleichgültigkeit und gar von Hass, doch gesamthaft sind all diese Verhaltensformen lautlose Schreie nach Liebe, die sie suchen und die du ihnen mit deinem richtigen Verhalten der Liebe und Würde geben kannst, wenn du nur in Aufrichtigkeit, Aufmerksamkeit und Achtsamkeit auf sie zugehst und eine gesunde zwischenmenschliche Verbindung schaffst.

Jeder Mensch hat in sich das Verlangen nach Liebe, doch viele vermögen sie nicht in sich zu erschaffen, sondern hoffen nur unbewusst, dass sie ihnen entgegengebracht wird. Tatsächlich sind sie sich dieses Wunsches nicht bewusst und realisieren ihn erst dann, wenn er durch irgendwelche auch noch so schwache zwischenmenschliche Beziehungen in Erscheinung tritt. Bis dahin aber ist ihr Verhalten auf Angriff ausgelegt, ohne dass sie das aber zu realisieren vermögen, weshalb sie harsch und angriffig zu

dir sind, was jedoch in Wahrheit nichts anderes als ein stummer Schrei nach Liebe, Verständnis und Verbundenheit ist. Und gerade diesbezüglich solltest du lernen, das Ganze zu verstehen und in Bereitschaft mit Liebe und mit einem entgegenkommenden Verhalten zu reagieren, niemals jedoch mit einer Abwehrhaltung. Öffnest du dich in Liebe, Würde und Zuneigung sowie Verständnis gegenüber dem Nächsten oder Mitmenschen, der dich aus seiner inneren Not heraus verbal angreift, dann kannst du ihm seine innere Not lindern, indem du ihm den Rat zum Verstehen weist und er dadurch den Weg der Wahrheit in sich selbst findet, der der Weg und das Ziel selbst ist und den er beschreiten und sich so von all dem befreien kann, was ihn bedrückt und belastet und ihn angriffig macht. Und findet er in sich den Weg der Wahrheit und beschreitet er ihn, dann befreit er sich von seinem unbewussten tiefgründenden Schmerz und von seiner Angriffigkeit, und das führt dazu, wenn du ihm in wahrer Liebe beistehst und du ihn richtig behandelst sowie die richtigen Worte wählst, dass du ihm zum Freund wirst und er dir zu einem Verbündeten und Freund in treuer Verbundenheit. Und in der Regel entsteht aus einer solchen Verbundenheit eine wahre und tiefe Freundschaft in Liebe, die auch in sehr schweren Zeiten hält. Das aber will erarbeitet sein durch Liebe, Verständnis, Aufrichtigkeit, Ehrfurcht und Würde und durch sonst alle Werte, die damit verbunden sind.

Wie dein Nächster oder Mitmensch, ganz gleich ob er dir bekannt oder unbekannt ist, weisst auch du sehr genau, wie wirr und schmerzhaft die Gedanken und Gefühle sind, wenn ein Bedarf nach dringender Hilfe besteht. Auch du hast ganz bestimmt in deinem Leben schon der Hilfe deines Nächsten oder eines Mitmenschen bedurft und hast im geheimen nach Hilfe gerufen, ohne deine Not nach aussen zu erkennen zu geben und ohne offen über deine dich marternde Notlage zu sprechen. Und wahrscheinlich hat das auch niemand bemerkt, weil deine Nächsten oder die fremden Mitmenschen dich nicht aufmerksam und nicht achtsam wahrgenommen und so deine Not nicht gesehen haben. Und so wie bei dir geschehen, leiden sehr viele Menschen Not und teilen es dir durch ihr Verhalten ständig mit, ohne dass du es jedoch bemerkst, weil du nur mit dir allein beschäftigt bist und keinen wahrnehmenden Blick auf die andern wirfst. Doch lerne und beachte ihr Verhalten, und dann bemerkst du plötzlich, dass es nicht Liebe zum Ausdruck bringt, sondern Sorgen, Angst, Hass, Antipathie und Gleichgültigkeit, was aber gesamthaft nichts anderes als ein Schrei nach Liebe ist. Es ist ein Schrei nach Liebe, weil diese Menschen