



SIEBENQUELL

Leitstern



Eine Geschichte aus dem Buch »Aus Liebe zum Leben« von Rachel Naomi Remen hat mich auf eine Spur gebracht.

Sie beschreibt darin, dass für sie jeder Mensch einen Leitstern hat, doch die wenigsten Menschen danach ausgerichtet leben.

Sie meint, dass wir unsere spirituelle Natur nicht verleugnen können ohne einen hohen Preis zu zahlen. So könnte es sein, dass Stress viel mehr eine Frage der persönlichen Integrität, als des Zeitdrucks ist und durch die Entfernung entsteht, die zwischen unseren Werten und der Weise liegt, auf die wir leben. Unglücklicherweise, können viele Menschen ihren Leitstern erst sehen und ihm folgen, wenn es bereits sehr dunkel in ihrem Leben geworden ist.

Doch sie weist auch auf Methoden um uns aufzuwecken und unser Gespür zu schärfen und zu vertiefen; dazu gehören Gebet, Meditation, Rezitation, Fasten und Rituale.

Eine Patientin der Autorin beschrieb ihre Erfahrung dazu so:

Mir scheint, dass ich meinen eigenen Leitstern habe – Sie wissen, wie ein alter Seefahrer.

Vielleicht haben wir alle einen. Hört sich komisch an, nicht wahr? Aber ich fühle mich seitdem weniger gestresst und allein.

Gedanken von Rachel Naomi Remen:

Vielleicht hat jeder von uns einen inneren Kompass, der auf unser wahres Selbst hinzeigt.

Ob wir ihm folgen oder nicht, ändert nichts an seiner Kraft.

Er zeigt immer in Richtung auf unsere Integrität, weist uns den Weg nach Haus.

Für mich eine sehr bedeutsame Geschichte in diesem so anderen Advent.

Sternstunde für Entdecker

Folge deinem Stern
du fragst wo er zu finden ist
er ist schon da
im Sternenzelt, in Träumen,
in Alten und in Jungen blinkt er auf
im Kind kommts an
auch jede Frau und jeder Mann
im Hier und Jetzt
in jedem
einem Herz geschenkt
oft zugedeckt, nicht angerührt und angenommen
versteckt in tiefen Kammern
so unbegreiflich fern
zu nah um wahr zu sein, zu schön
dass kaum ein Mensch zu glauben wagt
was in ihm steckt
und ruft
lass mich nicht unentdeckt

Sylvia Ditt

Vallendar, den 17. Dezember 2020