

Selbstliebe ist DEIN Beitrag zum friedlichen Miteinander, zur Wolke des Friedens rund um die Welt



https://youtu.be/B8dsgF_Ji6c

Kannst du und kann ich den Weltfrieden vermehren? Sind wir dafür zuständig?

Ich sage: Ja! Du kannst! Ja du sollst mithelfen den Frieden zu vermehren!

Auch **beim kurzen Plausch** vor dem Supermarkt, beim alltäglichen Reden mit Nachbarn und Freunden, ist heute die Sprache sehr oft hart und aggressiv. Schnell wird abgewertet, verurteilt, beschimpft. Oft ist man sich mit dem Gesprächspartner einig: „**Die ANDEREN**“ sind blöd, verrückt, gewissenlos, engstirnig, unmoralisch, herzlos, ... „Die Anderen“, das können **DIE** Asylbefürworter sein oder **DIE** Asylgegner. Das können **DIE** Impf-Befürworter sein oder **DIE** Impfgegner. Das können **DIE** von der Regierung sein oder **DIE** von der Opposition.

DIE, die anders denken, anders ticken, anders reden, anders leben... die sind blöd, verrückt, gewissenlos, engstirnig, unmoralisch, herzlos, ...

Auch unter Freunden ist es oft schwieriger geworden, bei unterschiedlichen Positionen wirklich miteinander „zu reden“, zu vergleichen, zuzuhören, zu hinterfragen, gemeinsam zu überlegen.

Warum ist das so???

Die Spaltung im Großen hat sich im Kleinen erschreckend ausgebreitet.

Die **Populisten** haben die Gesellschaften gespalten. Und sie spalten sehr bewusst. Um **Macht** zu erlangen setzen sie **Gewalt** ein. Beginnend mit der Gewalt, der Aggressivität der Sprache. Die anderen werden zu Feinden, die anderen sind die Bösen, die anderen **müssen bekämpft werden**. Die Lösungen der Populisten sind immer einfach: Wir brauchen nur die „**Sündenböcke**“ entmachten oder beseitigen!

Mit allem **Mitteln** der **Psychologie**, mit allen Mitteln der **Manipulation**, mit riesigen **Geldsummen** arbeiten „**Verführer**“ für eben diese Spaltung, für diesen Unfrieden!

Ein **Gesetz gegen Hass im Netz** soll entstehen. Aber ein Gesetz gegen Hass im Parlament, gegen Hass der Populisten, gegen Hass der Diktatoren gegen „die Anderen“ gibt es nicht!

Beobachte, in wie vielen Gesprächen des Alltags - wie in der Politik - kein Gespräch, sondern Bewertung, Beschuldigung im Vordergrund stehen. **Die Spaltung im Großen hat sich im Kleinen erschreckend ausgebreitet.**

Genau da möchte ich ansetzen.

Genau da können du und ich, können wir alle – so bin ich überzeugt – einen Beitrag zum Frieden leisten. Ein Kampf GEGEN DIE oder DIE... ist immer ein Kampf! Wesentlich sind **Verständnis** und **Toleranz**, wesentlich sind: **friedliches** Denken, **friedliche** Worte, **friedliche** Aktivitäten! Wir brauchen im Alltag mehr Frieden! Wenn DU friedlich, wenn DU friedvoll bist, **wirkt das** hinein in die Wolke, in das Feld des Friedens! Und wenn es **Tausende**/Millionen Menschen tun, wirkt es umso kraftvoller!

Dieses Video gehört zur Serie „Selbstliebe“. Wie passt das zusammen?

Für Verständnis und Toleranz braucht es Liebe. Und **Liebe ist immer auch Selbstliebe**. Beides gehört untrennbar zusammen.

Ich bin überzeugt: Wer **wenig** Verständnis und **wenig** Toleranz anderen gegenüber hat, der hat auch **wenig** Verständnis und **wenig** Toleranz sich selbst gegenüber. Dem fehlt es an Selbstliebe, der ist noch zu stark im **Egoismus** gefangen. Zum **Egoismus gehören**: Ängstlichkeit, Misstrauen, **Undankbarkeit**, Unzufriedenheit... Der Egoismus wertet andere und sich selbst ab, der Egoismus verurteilt andere und sich selbst. Beim Egoismus spricht nicht **das Herz**, spricht nicht die Liebe, sondern es spricht die **Angst**. **Angst ist das Gegenteil von Liebe!**

Ja, wir leben in der Welt der **Dualität**; **es** gibt in der Welt und in mir das **Helle** und das **Dunkle**, das **Große** und die **Kleinlichkeit**, den **Mut** und die **Ängstlichkeit**, das **Vollkommene** und das **Unvollkommene**, das **Vertrauen** und den **Zweifel**, die **Geduld** und die **Ungeduld**...

UND:

Die Selbstliebe erkennt und anerkennt **beides in mir und versöhnt es**

Die Liebe erkennt und anerkennt **beides in den anderen und versöhnt es**

Die Liebe erkennt und anerkennt **beides und in der Welt und versöhnt es**.

Die Liebe ist die Synthese! Aus der Philosophie der **Dialektik** kennst du vielleicht: These - Antithese und Synthese. Synthese ist die notwendige und wünschenswerte **Überbrückung** und **Zusammenführung** der **Gegensätze**.

In unserem Leben schaffen die **Liebe** und die **Selbstliebe** eben diese Verbindung und **Versöhnung der Gegensätze**.

Wenn es dir sehr schwer fällt, tolerant und verständnisvoll zu sein, wenn du schnell über andere schimpfst und sie verurteilst, dann „**arbeite**“ an der **Selbstliebe**.

Je mehr du die **Liebe in dir wachsen** lässt, je mehr Selbstliebe in dir vorhanden ist, umso mehr wird deine Liebe die **Widersprüche in dir überbrücken und die**

Widersprüche in der Welt **überbrücken**, umso leichter fällt es dir, tolerant und nachsichtig zu sein.

Wer sich selbst mit Liebe begegnet, mit Liebe behandelt, wer liebevoll zu sich selber ist, der **begegnet auch** den **anderen** mit Liebe, behandelt die anderen mit Liebe, ist den anderen gegenüber liebevoll und friedvoll = voll Frieden!

Und damit zurück zur Ausgangsfrage: **Kannst du und kann ich den Weltfrieden vermehren? Sind wir dafür zuständig?**

Die Selbstliebe macht dich liebevoll und friedvoll, dir selbst gegenüber UND den anderen gegenüber. Mit deinem friedvollen Reden und Tun stärkst du die Wolke des Friedens, das Feld des Friedens um unseren Planeten Erde!

Selbsteinschätzung:

- **Wie liebevoll und friedvoll bist du dir selbst gegenüber, den anderen und der Welt gegenüber?**
- **Die Selbstliebe und die Liebe wachsen ein Leben lang. Tust du derzeit genug für dieses Wachstum?**
- **Tust du genug für den Frieden in der Welt?**

Schlusssatz = Zentrierender Gedanke:

„Je LIEBE-voller ICH zu mir selbst bin, umso FRIED-voller bin ich mir selbst und den Anderen gegenüber und umso größer ist mein Beitrag zum Feld des Friedens um unseren Planeten Erde!

Ich will ein Beispiel sein für friedvolles Miteinander !“