»Tiere bringen Stille in die Welt, damit der Menschenlärm erträglicher wird.

*Inspirationen zum Innehalten
und viele praktische Lektionen
warten auf dich.*

Höflichkeit ist
Klugheit, folglich
ist Unhöflichkeit
Dummheit.

Arthur Schopenhauer

Wenn jeder dem
anderen helfen
wollte, wäre
allen geholfen.

Marie von Ebner-Eschenbach

Umweltschutz ist in aller Munde. Wir wissen, dass es nicht ausreicht, über Veränderungen zu sprechen. Umweltschutz beginnt aber auch nicht mit einer guten Tat, sondern im Kopf. Richten sich deine Gedanken gegen etwas? Sind sie mit Zorn geladen und boshafter Natur oder im Einklang mit dem, was ist, ohne aggressiv oder verletzend zu sein? Wie ist das Klima deiner Gedankenwelt? Welche Atmosphäre herrscht dort? Die Verunreinigung in unserem Kopf ist wie dunkler Rauch, der träge aus einem dicken Schornstein quillt. *Wir* alle sind für die Welt verantwortlich. Kreiere ein Miteinander, in dem sich niemand gekränkt fühlt, wenn er Gedanken hören könnte. Wenn niemand mehr Gift versprüht, kommt die Welt in Ordnung. Gedanken sind das Saatgut der Welt, in der wir leben.

Wir sehen vieles, nur uns selbst sehen wir nicht. Wir gehen davon aus, dass wir Mittelpunkt des Geschehens sind, sozusagen der Ausgangspunkt unseres Lebens. Dies bedeutet, dass wir die Welt als etwas von uns Getrenntes erachten, und wir empfinden es auch so. Dort Welt, ich da. Dort andere, ich hier. Trennung erschafft unendliches Leid, weil du in der Rolle als Einzelner, verständlicherweise, die beste Position einnehmen willst. Alles dreht sich um dich. Da es eigentlich um alle geht, wirke du dieser unnatürlichen Ausgrenzung entgegen, indem du Teil der Beobachtung wirst. Sei Zeuge deiner Erfahrung statt Beteiligter. Diese bewusste Haltung, in der du alles, einschließlich deiner Physis, im selben Raum erfährst, wird deine Erfahrungswelt bereichern und erneuern.