

Von Thich Nhat Hanh

#### IV. Deine Beständigkeit, Deine Geduld, und Dein alles umarmendes Wesen

Liebe Mutter Erde

Du bist dieser unendlich schöne blaue Planet, duftend, kühl und gütig. Deine unermessliche Langmut und Duldsamkeit machen Dich zu einer großen Bodhisattva. Obwohl wir viele Fehler begangen haben, vergibst Du uns stets. Jedes Mal, wenn wir zu Dir zurückkehren, bist Du bereit, Deine Arme zu öffnen und uns zu umarmen.

Wann immer ich unsicher bin, die Verbindung zu mir selbst verliere oder mich in Unachtsamkeit, Traurigkeit, Hass oder Verzweiflung verloren habe, weiß ich, dass ich zu Dir zurückkehren kann. Indem ich Dich berühre, kann ich Zuflucht finden; ich kann meinen Frieden wiederherstellen und meine Freude und mein Selbstvertrauen zurückgewinnen. Du liebst, schützt und nährst uns alle ohne Unterschied.

Du verfügst über eine gewaltige Fähigkeit, alles, womit Du beworfen wirst, zu umarmen, zu handhaben und zu transformieren, egal ob es sich um Asteroiden, Dreck und Müll, giftigen Rauch oder radioaktive Abfälle handelt. Die Zeit hilft Dir dabei, und Deine Geschichte zeigt, dass es Dir stets gelungen ist, selbst wenn es Millionen von Jahren dauerte. Du warst in der Lage, nach dem verheerenden Zusammenstoß, der den Mond hervorgebracht hat, Dein Gleichgewicht wiederzufinden, und hast mindestens fünfmal ein massenhaftes Artensterben überstanden und Dich danach jedes Mal wieder erholt. Du hast eine außerordentliche Fähigkeit, Dich zu erneuern, zu transformieren und selbst zu heilen - und auch uns, Deine Kinder.

Ich glaube an Deine große Heilkraft. Mein Glaube rührt aus meinen eigenen Beobachtungen und Erfahrungen, nicht aus dem, was andere mir zu glauben einreden wollen. Daher weiß ich, dass ich Zuflucht zu Dir nehmen kann. Während ich gehe, sitze oder atme, kann ich mich Dir übergeben, Dir völlig vertrauen und zulassen, dass Du mich heilst. Ich weiß, dass ich überhaupt nichts tun muss. Ich kann mich einfach entspannen, all die Anspannung in meinem Körper und all die Ängste und Sorgen in meinem Geist loslassen. Egal ob ich sitze, liege oder stehe, ich erlaube mir, Zuflucht bei Dir zu nehmen, mich von Dir halten und heilen zu lassen. Ich vertraue mich Dir an, Mutter Erde. Jeder und jede von uns braucht einen Zufluchtsort, doch möglicherweise wissen wir nicht, wo wir ihn finden oder wie wir zu ihm gelangen können. Tief schauend kann ich heute

erkennen, dass Du, mein geliebter Planet, mein wahres Zuhause, mein wahrer Zufluchtsort bist. Ich nehme Zuflucht zu Dir, Mutter Erde. Und ich muss nirgendwohin gehen, um Dich zu finden; Du bist schon in mir und ich bin schon in Dir. Liebe Mutter, jedes Mal, wenn ich in Stille auf Deiner Erde sitze, werde ich mir bewusst machen, dass ich, da Du in mir bist, Deine wunderbaren Eigenschaften verkörpern kann: Festigkeit, Beharrlichkeit, Geduld und Langmütigkeit; Tiefe, Ausdauer und Stabilität; großen Mut, Nichtangst und unerschöpfliche Kreativität. Ich gelobe, mit ganzem Herzen zu praktizieren, um diese Eigenschaften zu verwirklichen, wohl wissend, dass Du diese Potenziale bereits als Samen in den Boden meines Herzens und Geistes gesät hast.

Aus „Liebesbrief an die Erde“, Thich Nhat Hanh