



**Nr. 43**

März ∞ Frühlingsbeginn ∞ 2010

**Themen**

Die Sufi-Geschichte von den weißen und den schwarzen Vögeln  
und das Symbol  
VERZEIHEN/VERSTEHEN



*Die Aufgabe, die wir zu erfüllen haben,  
besteht im vollkommenen Vergessen unserer selbst  
und in einem harmonischen Zusammenleben mit unseren Mitmenschen.*

Hazrat Inayat Khan

(Sufimeister in seinem Buch „Das Erwachen des menschlichen Geistes“)

Liebe Freunde!

Heute möchte ich gerne eine Sufi-Geschichte mit Euch teilen, die meine Freundin Monika auf einer Tagung gebracht hat und die für mich sehr viel „Nachdenkstoff“ enthält.

*„ Die Menschen, sagte er, sind die einen im Bezug zu den anderen, vergleichbar mit gegenüber stehenden Mauern. Jede dieser Mauern ist von unzähligen kleinen Löchern durchbrochen, in denen weiße und schwarze Vögel nisten.*



*Die schwarzen Vögel sind die bösen Gedanken und Reden, die weißen Vögel sind die guten Gedanken und Reden.*



*Die weißen Vögel können bedingt durch ihre Gestalt, nur in die für sie geschaffenen Löcher Eingang finden, dasselbe gilt auch für die schwarzen Vögel.*

*Nun stellen wir uns zwei Männer vor, welche glauben Feinde zu sein. Nennen wir sie Youssef und Ali. Eines Tages ist Youssef überzeugt, dass Ali ihm Böses antun will. Der Zorn übermannt ihn und er sendet Ali einen sehr*

bösen Gedanken mit einem schwarzen Vogel. Zugleich macht er dadurch in seiner Mauer ein entsprechendes Loch frei. Sein schwarzer Vogel fliegt zu Ali und sucht um zu nisten, ein schwarzes Loch, welches seiner Gestalt entspricht.

Weil aber Ali seinerseits keinen schwarzen Vogel nach Youssef abgesandt hatte, demnach er keinen bösen Gedanken ausstrahlte, sind alle seine schwarzen Löcher besetzt. Da Youssefs schwarzer Vogel kein Flugloch findet in dem er nisten kann, ist er gezwungen in sein ursprüngliches Nest zurückzukehren und bringt das Böse, dessen er beladen ist, zurück; Böses welches zuletzt Youssef selbst zermürben und vernichten wird.

Aber stellen wir uns vor, dass auch Ali einen bösen Gedanken ausstrahlte, dadurch ein Loch freigab, worin Youssefs schwarzer Vogel Eingang findet, um darin einen Teil des Bösen abzulegen und somit seinen Auftrag der Zerstörung erfüllte. Während dieser Zeit fliegt Alis schwarzer Vogel zu Youssef und wird in dem, von Youssefs schwarzem Vogel frei gewordenen Loch, nisten. So haben beide schwarzen Vögel ihr Ziel erreicht und werden daran arbeiten, den Mann, dem sie bestimmt waren, zu vernichten.

Jedoch, ist ihre Aufgabe einmal beendet, kehrt jeder Vogel in sein ursprüngliches Nest zurück, denn es ist gesagt: „**Dass jedes Ding zum Ursprung zurückkehrt.**“

Da das Böse, dessen sie beladen waren, noch nicht erschöpft ist, wird dieses sich gegen seinen Urheber zurückwenden und an diesem sein Vernichtungswerk beenden. Der Urheber eines bösen Gedankens, eines bösen Wunsches oder eines Fluches wird somit heimgesucht von dem schwarzen Vogel seines Feindes und zugleich von seinem eigenen, wenn er zu ihm zurückkehrt.

**Dasselbe geschieht auch mit den weißen Vögeln!**

Wenn wir nur gute Gedanken gegen unseren Feind ausstrahlen, während dieser uns nur böse Gedanken sendet, werden seine schwarzen Vögel keinen Platz bei uns finden um zu nisten und so zu ihrem Absender zurück kehren.

Hingegen finden die weißen Vögel, Träger der guten Gedanken die wir ihm sandten, keinen freien Platz bei unserem Feind, so werden sie beladen mit der gesamten wohltätigen Energie dessen Träger sie sind, zu uns zurückkommen.

Auf diese Weise, wenn wir nur gute Gedanken aussenden, kann uns weder ein Schaden, ein Unheil oder ein Fluch in unserem Dasein erreichen. Daher sollten wir immer unsere Freunde und Feinde segnen. Nicht nur, weil der Segen seinem Ziel entgegen strebt, um seine Linderungsaufgabe zu vollbringen, sondern auch, weil der voll des Guten beladene Segen über kurz oder lang zu uns zurück kommen wird.

Dies ist, was die Sufis den wünschenswerten Egoismus nennen. Es ist die zulässige Eigenliebe, verbunden mit der Selbstachtung und der Achtung des Nächsten, weil jeder Mensch, ob gut oder schlecht, der Verwahrer eines Teiles des göttlichen Lichtes ist.

Daher, entsprechend der Lehre des Propheten, wollen die Sufis nie ihre Zunge und ihr Dasein durch böse Reden oder Gedanken beschmutzen, selbst nicht nur anscheinend gut gemeinte Kritiken.“

(aus: Gedanken und Reden / nacherzählt von einem Sufi)

\*\*\*



## VERZEIHEN – VERSTEHEN

Der Text zum Symbol sagt, wir sollen nicht werten, nicht urteilen, denn jeder geht seinen eigenen Weg und dieser Weg ist absolut richtig.

Wie ich aus eigenem Erleben weiß, ist das nicht so einfach. Wir Menschen sind doch immer versucht, Dinge und Ereignisse zu bewerten, auf Grund unserer eigenen Prägung zu beurteilen und unsere Sichtweise heranzuziehen, sprich durch unsere persönliche Brille zu schauen. Oft hilft schon der Blick aus „dem anderen Fenster gegenüber“, d.h. eine innere Kehrtwendung um einmal das „Terrain“ zu sehen auf dem sich ein anderer Mensch bewegt.

Wenn wir verstehen, dass jeder Mensch so handelt, wie er es eben in dem Moment und in dieser Situation vermag, dann sind wir einen großen Schritt weitergekommen. Jeder Mensch geht seinen eigenen Weg, dieser ist immer unvergleichlich und vielleicht auch genau so vorbestimmt. Der nächste Schritt der von uns getan werden muss, ist, von unserer Erwartungshaltung wie etwas zu sein hätte, zurückzutreten.

### **Verstehen ist der erste Schritt, dann folgt das Verzeihen wie von selbst.**

Wir verstehen und wir verzeihen – vordergründig - einem anderen Menschen. In Wahrheit aber verzeihen wir uns selbst. Denn ich bin immer selbst diejenige Person, die Groll hegt, zornig ist, Wut empfindet, verärgert ist, traurig ist. Ich bin diejenige Person, die in dieser Energie lebt, sie mit sich herumträgt und davon beeinflusst wird. In der chinesischen Medizin sind den Emotionen Meridiane und Organe zugeordnet und es wird gesagt, dass eine lange andauernde Einwirkung entsprechender Emotion das zugehörige Organ schädigen und krank machen kann. Das ist ein Aspekt. Erinnern möchte ich auch noch an Masuro Emoto und seine schönen Wasserkristallbilder bei Gedanken wie Liebe, Freude, Dankbarkeit und an die chaotischen Strukturen die sich bei negativen Empfindungen ergeben. Unser menschlicher Körper besteht zu 70 % oder auch mehr aus Wasser, man kann sich also gut vorstellen was anhaltende negative Emotionen mit uns tun. Zu all dem kommt noch wie wir in der obigen Sufi Geschichte lesen konnten, dass Energien die ich empfinde und aussende, auch wieder zu mir zurück kehren.

Zu verzeihen entspricht also dem wünschenswerten Egoismus der Sufis. Ich tue in erster Linie mir selbst damit etwas Gutes. Wenn wir Ereignisse in unserem Leben unter diesem Aspekt betrachten, sollte uns Verzeihen können sehr viel leichter fallen.

Mit wirklich Verzeihen ist natürlich nicht ein lapidar gemurmertes „Entschuldige bitte“ gemeint, das nicht einmal so gemeint ist wie es gesagt wurde. Auch eine Entschuldigung, die so auch gemeint ist, ist zu wenig. Dieses wirkliche Verzeihen von dem hier die Rede ist, ist ein Verzeihen, dass tief im Herzen geschieht. Wenn man wirklich verzeiht, dann fühlt man wie sehr das eigene Herz dadurch berührt und geöffnet wird. In der Tiefe dieses Gefühls finden wir dann die bedingungslose Liebe für diesen einen Menschen, der uns in der Realität in seinen Handlungen und Äußerungen fremd sein mag.

Wir fühlen gleichzeitig aber auch eine Befreiung die das Verzeihen uns selbst gibt. Wir können wieder durchatmen, lachen, froh sein und unsere Seele erhält wieder ihre gottgegebene **Leichtigkeit** zurück.



Es gibt nichts Schöneres als zu verzeihen, denn es gibt uns nicht nur mehr Leichtigkeit im Leben, sondern – was ganz besonders wichtig ist - ein Stück **Freiheit** zurück.



Freiheit ist das, was unsere Seele sucht.

*Wenn die Seele frei ist, dann gibt es keinerlei Bindung in dieser Welt,  
überall wird der Mensch Freiheit atmen, im Himmel und auf Erden..*

Hazrat Inayat Khan

\*\*\*



Ich wünsche uns allen einen guten Start in die schönste Jahreszeit, den Frühling mit all seinen Sinnesfreuden, Blütendüften und wärmenden Sonnenstrahlen und ich wünsche uns allen die Fähigkeit wirklich und aus tiefstem Herzen zu verzeihen...

*Wenn die Augen des Herzens einmal geöffnet sind,  
beginnt der Mensch jedes Blatt des Baumes wie eine Seite der Heiligen Schrift zu lesen.*

Hazrat Inayat Khan



Alles Liebe  
*Ursula*