

Ein König versprach einst demjenigen Künstler einen großen Preis, dem es gelänge, den Gedanken des Friedens am besten auszudrücken.

Viele Maler schickten ihre Arbeiten in den Palast.

Ihre Bilder zeigten Wälder im Abendlicht, ruhige Flüsse, Kinder, die sich am Strand vergnügten, einen Regenbogen am Himmel und Tautropfen auf einem Rosenblatt.

Der König betrachtete eingehend alle diese Werke und zog am Ende zwei Arbeiten in die engere Wahl.

Die erste zeigte einen ruhigen See, in dem sich die mächtigen Berge spiegelten, die ihn umgaben. Einzelne weiße Wölkchen schwebten am blauen Himmel, und bei genauerem Hinsehen entdeckte man in der linken unteren Ecke ein kleines Haus mit offenen Fenstern und einem rauchenden Schornstein – das Zeichen, dass drinnen jemand eine Mahlzeit zubereitete.

Das zweite Bild zeigte ebenfalls Berge, doch diese waren rau, mit spitzen Gipfeln und steilen Hängen, und darüber wölbte sich ein düsterer Himmel mit dunklen Wolken, aus denen Blitze, Hagel und Regenfluten herunterkamen. Dieses Bild war so ganz anders als die anderen für den Wettbewerb eingesandten Arbeiten. Wenn man es genauer betrachtete, konnte man in einer Felsspalte ein Vogelnest erkennen. Dort, mitten im Heulen des Sturmes, saß ruhig eine Schwalbe.

Der König wählte dieses Bild als dasjenige aus, das den Gedanken des Friedens am besten ausdrückte.

Und er erklärte:

„Frieden ist nicht an einen Ort ohne Lärm, ohne Probleme, ohne harte Arbeit gebunden, sondern an unsere Fähigkeit, selbst in den widrigsten Situationen die Ruhe in unserem Herzen zu bewahren. Dies ist seine wahre und einzige Bedeutung.“

Ein reicher Mann nahm seinen Sohn auf einen kleinen Ausflug aufs Land mit. Es war ihm ein tiefes Anliegen, seinem Sohn zu zeigen, wie arme Leute leben. Und so verbrachten die beiden einen ganzen Tag und eine ganze Nacht bei der sehr armen Familie, die auf einer einfachen und bescheidenen Farm lebte.

Nachdem sich Vater und Sohn von der Familie verabschiedet hatten und sich auf den Heimweg machten, erkundigte sich der Vater bei seinem Sohn:
„Und, wie war dieser Ausflug?“

Der Sohn antwortete: „Oh, sehr eindrücklich!“

Darauf der Vater: „Dann hast Du also gesehen, wie arm manche Menschen sein können?“

„Ja, Vater, das habe ich erkannt.“ erwiderte der Sohn.

„Und was hast du daraus gelernt?“ wollte der Vater nun wissen.

Der Sohn gab zur Antwort: „Ich habe gesehen, dass wir zuhause einen kleinen Hund haben, und die Farmersleute haben drei. Wir haben einen Swimmingpool, und sie haben einen großen See. Wir haben eine schöne Beleuchtung im Garten, und sie haben alle Sterne am Himmel. Unser Grundstück reicht bis zum Vorgarten, sie haben den ganzen Horizont!“

Der Vater war sprachlos, und der Sohn ergänzte: „Ich bin dir sehr dankbar, Vater, dass du mir gezeigt hast, wie arm wir sind.“

aus „Erleuchtung zum Frühstück“ von Sandy Taikyu Kuhn Shimu, Schirner-Verlag

DER WAHRE WERT DES RINGS

„Meister, ich bin gekommen, weil ich mich so wertlos fühle, dass ich überhaupt nichts mit mir anzufangen weiß. Man sagt, ich sei ein Nichtsnutz, was ich anstelle, mache ich falsch, ich sei ungeschickt und dumm dazu. Meister, wie kann ich ein besserer Mensch werden? Was kann ich tun, damit die Leute eine höhere Meinung von mir haben?“

Ohne ihn anzuschauen, sagte der Meister: „Es tut mir sehr leid, mein Junge, aber ich kann dir nicht helfen, weil ich zuerst mein eigenes Problem lösen muss. Vielleicht danach...“

Er machte eine Pause und fügte dann hinzu: „Wenn du zuerst mir helfen würdest, könnte ich meine Sachen schneller zu Ende bringen und mich im Anschluss eventuell deines Problems annehmen.“

„S...sehr gerne Meister“, stotterte der junge Mann und spürte, wie er wieder einmal zurückgesetzt und seine Bedürfnisse hintangestellt wurden.

„Also gut“, fuhr der Meister fort. Er zog einen Ring vom kleinen Finger seiner linken Hand, gab ihn dem Jungen und sagte: „Nimm das Pferd, das draußen bereitsteht, und reite zum Markt. Ich muss diesen Ring verkaufen, weil ich eine Schuld zu begleichen habe. Du musst unbedingt den bestmöglichen Preis dafür erzielen, und verkaufe ihn auf keinen Fall für weniger als ein Goldstück. Geh und kehre so rasch wie möglich mit dem Goldstück zurück.“

Der Junge nahm den Ring und machte sich auf den Weg. Kaum auf dem Markt angekommen, pries er ihn den Händlern an, die ihn mit einigem Interesse begutachteten, bis der Junge den verlangten Preis nannte. Als er das Goldstück ins Spiel brachte, lachten einige, die anderen wandten sich gleich ab, und nur ein einziger alter Mann war höflich genug, ihm zu erklären, dass ein Goldstück viel zu wertvoll sei, um es gegen einen Ring einzutauschen. Entgegenkommend bot ihm jemand ein Silberstück dazu an, dazu einen Kupferbecher, aber der Junge hatte die Anweisung, nicht weniger als ein Goldstück zu akzeptieren, und lehnte das Angebot ab.

Nachdem er das Schmuckstück jedem einzelnen Marktbesucher gezeigt hatte, der seinen Weg kreuzte – und das waren nicht weniger als hundert -, stieg er, von seinem Misserfolg niedergeschlagen, auf sein Pferd und kehrte zurück.

Wie sehr wünschte sich der Junge, ein Goldstück zu besitzen, um es dem Meister zu überreichen und ihn von seinen Sorgen zu befreien, damit der ihn mit Rat und Tat zur Seite stehen konnte.

Er betrat das Zimmer.

„Meister“, sagte er, „es tut mir leid. Das, worum du mich gebeten hast, kann ich unmöglich leisten. Vielleicht hätte ich zwei oder drei Silberstücke dafür bekommen können, aber es ist mir nicht gelungen, jemanden über den wahren Wert des Ringes hinwegzutäuschen.“

„Was du sagst, ist sehr wichtig, mein junger Freund“, antwortete der Meister mit einem Lächeln. „Wir müssen zuerst den wahren Wert des Rings in Erfahrung bringen. Steig wieder auf dein Pferd und reite zum Schmuckhändler. Wer könnte den Wert des Rings besser einschätzen als er? Sag ihm, dass du den Ring verkaufen möchtest, und frag ihn, wie viel er dir dafür gibt. Aber was immer er dir dafür bietet: Du verkaufst ihn nicht. Kehre mit dem Ring hierher zurück.“

Und erneut machte sich der Junge auf den Weg. Der Schmuckhändler untersuchte den Ring im Licht einer Öllampe, er besah ihn durch seine Lupe, wog ihn und sagte: „Mein Junge, richte dem Meister aus, wenn er jetzt gleich verkaufen will, kann ich ihm nicht mehr als achtundfünfzig Goldstücke für seinen Ring geben.“

„Achtundfünfzig Goldstücke?“ rief der Junge aus.

„Ja“, antwortete der Schmuckhändler. „Ich weiß, dass man mit etwas Geduld sicherlich bis zu siebzig Goldstücke dafür bekommen kann, aber wenn es ein Notverkauf ist...“

Aufgewühlt eilte der Junge in das Haus des Meisters zurück und erzählte ihm, was geschehen war.

„Setz dich“, sagte der Meister, nachdem er ihn angehört hatte.

„Du bist wie dieser Ring: ein Schmuckstück, kostbar und einzigartig. Und genau wie bei diesem Ring kann deinen wahren Wert nur ein Fachmann erkennen. Warum irrst du also durch dein Leben und erwartest, dass jeder x-Beliebige um deinen Wert weiß?“

Und noch während er dies sagte, streifte er sich den Ring wieder über den kleinen Finger der linken Hand.

© Jorge Bucay
(gefunden in der „happinez“ Nr. 7/2016 – Der Geschichten-Erzähler: Der Psychologe Jorge Bucay und die Heilkraft der Märchen im Text von Christiane S. Schönemann)

Gibt es ein Leben nach der Geburt? - kluge Geschichte

Ein ungeborenes Zwillingspärchen unterhält sich im Bauch seiner Mutter.

"Sag mal, glaubst du eigentlich an ein Leben nach der Geburt?" fragt der eine Zwilling.

"Ja auf jeden Fall! Hier drinnen wachsen wir und werden stark für das was draußen kommen wird." antwortet der andere Zwilling.

"Ich glaube, das ist Blödsinn!" sagt der erste. "Es kann kein Leben nach der Geburt geben – wie sollte das denn bitteschön aussehen?"

"So ganz genau weiß ich das auch nicht. Aber es wird sicher viel heller als hier sein. Und vielleicht werden wir herumlaufen und mit dem Mund essen?"

"So einen Unsinn habe ich ja noch nie gehört! Mit dem Mund essen, was für eine verrückte Idee. Es gibt doch die Nabelschnur, die uns ernährt. Und wie willst du herumlaufen? Dafür ist die Nabelschnur viel zu kurz."

"Doch, es geht ganz bestimmt. Es wird eben alles nur ein bisschen anders."

"Du spinnst! Es ist noch nie einer zurückgekommen von 'nach der Geburt'. Mit der Geburt ist das Leben zu Ende. Punktum."

"Ich gebe ja zu, dass keiner weiß, wie das Leben nach der Geburt aussehen wird. Aber ich weiß, dass wir dann unsere Mutter sehen werden und sie wird für uns sorgen."

"Mutter??? Du glaubst doch wohl nicht an eine Mutter? Wo ist sie denn bitte?"

"Na hier – überall um uns herum. Wir sind und leben in ihr und durch sie. Ohne sie könnten wir gar nicht sein!"

"Quatsch! Von einer Mutter habe ich noch nie etwas bemerkt, also gibt es sie auch nicht."

"Doch, manchmal, wenn wir ganz still sind, kannst du sie singen hören. Oder spüren, wenn sie unsere Welt streichelt...."

Das Märchen von der traurigen Traurigkeit

Es war einmal eine kleine Frau, die einen staubigen Feldweg entlanglief. Sie war offenbar schon sehr alt, doch ihr Gang war leicht und ihr Lächeln hatte den frischen Glanz eines unbekümmerten Mädchens.

Bei einer zusammengekauerten Gestalt, die am Wegesrand saß, blieb sie stehen und sah hinunter.

Das Wesen, das da im Staub des Weges saß, schien fast körperlos. Es erinnerte an eine graue Decke mit menschlichen Konturen.

Die kleine Frau beugte sich zu der Gestalt hinunter und fragte: "Wer bist du?"

Zwei fast leblose Augen blickten müde auf. "Ich? Ich bin die Traurigkeit", flüsterte die Stimme stockend und so leise, dass sie kaum zu hören war.

"Ach die Traurigkeit!" rief die kleine Frau erfreut aus, als würde sie eine alte Bekannte begrüßen.

"Du kennst mich?" fragte die Traurigkeit misstrauisch.

"Natürlich kenne ich dich! Immer wieder einmal, hast du mich ein Stück des Weges begleitet."

"Ja aber...", argwöhnte die Traurigkeit, "warum flüchtest du dann nicht vor mir? Hast du denn keine Angst?"

"Warum sollte ich vor dir davonlaufen, meine Liebe? Du weißt doch selbst nur zu gut, dass du jeden Flüchtigen einholst. Aber, was ich dich fragen will: Warum siehst du so mutlos aus?"

"Ich..., ich bin traurig", sagte die graue Gestalt.

Die kleine, alte Frau setzte sich zu ihr. "Traurig bist du also", sagte sie und nickte verständnisvoll mit dem Kopf. "Erzähl mir doch, was dich so bedrückt."

Die Traurigkeit seufzte tief.

"Ach, weißt du", begann sie zögernd und auch verwundert darüber, dass ihr tatsächlich jemand zuhören wollte, "es ist so, dass mich einfach niemand mag. Es

ist nun mal meine Bestimmung, unter die Menschen zu gehen und für eine gewisse Zeit bei ihnen zu verweilen. Aber wenn ich zu ihnen komme, schrecken sie zurück. Sie fürchten sich vor mir und meiden mich wie die Pest."

Die Traurigkeit schluckte schwer.

"Sie haben Sätze erfunden, mit denen sie mich bannen wollen. Sie sagen: 'Papperlapapp, das Leben ist heiter.' und ihr falsches Lachen führt zu Magenkrämpfen und Atemnot. Sie sagen: 'Gelobt sei, was hart macht.' und dann bekommen sie Herzschmerzen. Sie sagen: 'Man muss sich nur zusammenreißen.' und sie spüren das Reißen in den Schultern und im Rücken. Sie sagen: 'Nur Schwächlinge weinen.' und die aufgestauten Tränen sprengen fast ihre Köpfe. Oder aber sie betäuben sich mit Alkohol und Drogen, damit sie mich nicht fühlen müssen."

"Oh ja", bestätigte die alte Frau, "solche Menschen sind mir auch schon oft begegnet..."

Die Traurigkeit sank noch ein wenig mehr in sich zusammen.

"Und dabei will ich den Menschen doch nur helfen. Wenn ich ganz nah bei ihnen bin, können sie sich selbst begegnen. Ich helfe ihnen, ein Nest zu bauen, um ihre Wunden zu pflegen. Wer traurig ist, hat eine besonders dünne Haut. Manches Leid bricht wieder auf, wie eine schlecht verheilte Wunde und das tut sehr weh. Aber nur, wer die Trauer zulässt und all die ungeweinten Tränen weint, kann seine Wunden wirklich heilen. Doch die Menschen wollen gar nicht, dass ich ihnen dabei helfe. Stattdessen schminken sie sich ein grelles Lachen über ihre Narben. Oder sie legen sich einen dicken Panzer aus Bitterkeit zu."

Die Traurigkeit schwieg. Ihr Weinen war erst schwach, dann stärker und schließlich ganz verzweifelt. Die kleine, alte Frau nahm die zusammengesunkene Gestalt tröstend in ihre Arme. Wie weich und sanft sie sich anfühlt, dachte sie und streichelte zärtlich das zitternde Bündel.

"Weine nur, Traurigkeit", flüsterte sie liebevoll, "ruh dich aus, damit du wieder Kraft sammeln kannst. Du sollst von nun an nicht mehr alleine wandern. Ich werde dich begleiten, damit die Mutlosigkeit nicht noch mehr Macht gewinnt."

Die Traurigkeit hörte auf zu weinen. Sie richtete sich auf und betrachtete erstaunt ihre neue Gefährtin: "Aber..., aber – wer bist du eigentlich?"

"Ich?" sagte die kleine, alte Frau schmunzelnd. **"Ich bin die Hoffnung."**

Die Fabel von den Fröschen- eine weise Geschichte

Anregende Worte zum Nachdenken und zum Weiterschenken

Eines Tages entschieden die Frösche, einen Wettlauf zu veranstalten. Um es besonders schwierig zu machen, legten sie als Ziel fest, auf den höchsten Punkt eines großen Turms zu gelangen.

Am Tag des Wettlaufs versammelten sich viele andere Frösche, um zuzusehen. Dann endlich – der Wettlauf begann.

Nun war es so, dass keiner der zuschauenden Frösche wirklich glaubte, dass auch nur ein einziger der teilnehmenden Frösche tatsächlich das Ziel erreichen könne. Anstatt die Läufer anzufeuern, riefen sie also "Oje, die Armen! Sie werden es nie schaffen!" oder "Das ist einfach unmöglich!" oder "Das schafft Ihr nie!"

Und wirklich schien es, als sollte das Publikum Recht behalten, denn nach und nach gaben immer mehr Frösche auf.

Das Publikum schrie weiter: "Oje, die Armen! Sie werden es nie schaffen!"

Und wirklich gaben bald alle Frösche auf – alle, bis auf einen einzigen, der unverdrossen an dem steilen Turm hinaufkletterte – und als einziger das Ziel erreichte.

Die Zuschauerfrösche waren vollkommen verdattert und alle wollten von ihm wissen, wie das möglich war.

Einer der anderen Teilnehmerfrösche näherte sich ihm, um zu fragen, wie er es geschafft hatte, den Wettlauf zu gewinnen.

Und da merkten sie erst, dass dieser Frosch taub war