**Ein weiser Rat**

Ein Mann hatte sich viele Sorgen um den Zustand der Welt gemacht, auf der er und seine Familie lebten. Er verzweifelte am Unverstand, der Verbohrtheit, Unbelehrbarkeit, Unvernunft und Gleichgültigkeit vieler seiner Mitmenschen. Und er ärgerte sich über die Verantwortungslosigkeit der Mächtigen, die sehenden Auges nichts gegen die Zerstörung des Klimas, der Umwelt, der Natur des Planeten und nichts gegen die Verrohung und Verblödung der Menschen unternahmen, weil sie – die Mächtigen – nur an Macht, Profit und daran interessiert waren, ihre unersättliche Herrschsucht und ihre krankhafte Selbstsucht zu stillen, was ihnen aber nie gelingen konnte, weil sie zu Sklaven ihrer Begierden geworden waren und sich dem blanken, alles zerstörenden Materialismus verkauft hatten.  
Kurz gesagt, der Mann machte sich selbst verrückt, demolierte seine Psyche und war der Verzweiflung und dem psychischen Zusammenbruch nahe, vielleicht sogar auf dem Weg, seine Persönlichkeit resp. sein Bewusstsein dauerhaft zu schädigen oder zu zerstören. Also besann er sich in seiner Not auf den Rat seiner Freunde und besuchte einen weisen Freund, der ihn zu sich eingeladen hatte und der jederzeit ein offenes Ohr für alle jene Menschen hatte, die in Not waren oder einfach wichtige Fragen und Problem hatten, die sie selbst offenbar nicht aus eigener Kraft und eigenem Vermögen zu lösen in der Lage waren.  
Als der problembeladene Mann dem weisen Freund und Ratgeber gegenübersass und ihm seine Probleme geschildert hatte, gab der Weise ihm folgende Ratschläge:  
  
„Übe und bewahre in allen Dingen stets völlige Neutralität gegenüber allem und jedem.“  
„Konfrontiere dich nicht und niemals mit irgendetwas oder irgendjemandem. Halte und übe stets Abstand und Neutralität sowie gedanklich-gefühlsmässige Freiheit und Lockerheit und bewahre diese Werte in deiner Psyche und in deinem Bewusstsein“.  
„Übe, so oft du kannst, die einfache, aber sehr hilfreiche und wohltuende sogenannte Ruhe-Meditation, wie ich sie in einem meiner Bücher beschrieben habe. Sei ganz still und horche in dich hinein, in dein Inneres und Innerstes und schaffe dadurch Ruhe und Frieden in dir.“  
„Nimm alle auf dich zukommenden Lebensaufgaben, Probleme und Anforderungen – wie und was immer sie auch sein mögen – ganz neutral an, analysiere sie, bespreche sie mit dem Partner/der Partnerin, mit der Familie, mit Freunden usw. und löse sie logisch und neutral.“  
„Lebe im Hier und Jetzt und mache dich nicht mit Dingen gedanklich-gefühlsmässig verrückt, die nur Möglichkeiten oder von dir selbst erdacht sind, denn das ist nicht real“.  
„Übe Lockerheit und halte Abstand und Neutralität gegenüber allen Dingen und auch **gegenüber dir selbst**.“  
  
Der Mann wusste, dass er dem Weisen stets vertrauen konnte, denn er war nicht nur ein Mensch voller Liebe und Weisheit, sondern auch ein wahrer Freund, dessen Türen stets offen standen für Menschen, die seiner Hilfe und seines weisen Rates bedurften.  
Er beherzigte den Rat des Weisen und es gelang ihm, durch die selbsterschaffenen dunklen Täler seiner Psyche langsam nach oben zu wandern und wieder Licht, Freude, Frieden, Harmonie und Glück in sich selbst zu erschaffen. Denn – wie heisst es doch so schön und stets treffend, wenn es um die Macht des Menschen über seine Psyche und sein Bewusstsein geht: **„Des Glückes Schmied ist stets der Mensch selbst!“**.

Achim Wolf, Deutschland