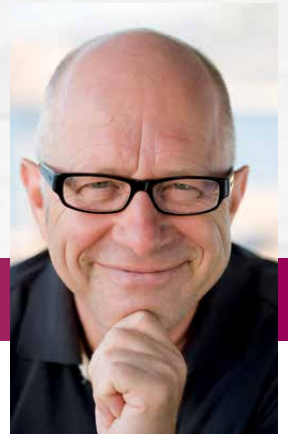


# Aktueller Brief

November 2016



*Liebe Freunde, sehr geehrte Damen und Herren,*

ist Ihnen auch schon mal der Gedanke gekommen: „Was soll das alles hier? Wozu mache ich das alles, die viele Arbeit, was soll das Gerenne und Gernerve mit den vielen kleinen und größeren Dingen des Alltags und den Menschen um mich herum?“

Ganz gleich, was und wie viel ich tue, entscheidend für das Ergebnis meines Tuns und für meinen körperlichen und seelischen Zustand sind die Antworten auf die Fragen: **„Warum tue ich es? Und wie, mit welcher Einstellung tue ich es?“** Mache ich die Dinge bewusst und tue ich sie mit einem freudigen „Ja, genau das will ich auch tun!“ oder hat sich mein Tun und Handeln verselbstständigt? Und glaube ich, es tun zu müssen und keine Wahlfreiheit zu haben? Diese Haltung führt jetzt immer mehr Menschen in den Zustand von Erschöpfung, innerer Leere und in den Burnout.

**„Macht die Dinge nicht unbewusst, sonst kehren sie sich gegen euch!“**, ist ein Satz der Geistigen Welt, der mich vor Jahren wie ein Blitz traf und ich sofort spürte: hier steckt eine tiefe Wahrheit drin. Die Zellen unseres Körpers bekommen genau mit (über die Schwingungsfrequenz unserer Gedanken und Gefühle), mit welcher Einstellung zu uns, zum Leben und zu dem, mit dem wir es füllen, wir durch unsere Tage gehen. Und wenn er ‚hört‘, dass die Frau bzw. der Mann, die/der zu ihm gehört, nicht wirklich weiß und sich bewusst ist, warum er lebt, arbeitet, morgens aufsteht, dann bekommt er keine Energie und bricht auf Dauer zusammen. Und unser Gemüt führt uns in eine Gefühl der Antriebslosigkeit und Schwerfälligkeit. Denn er lebt vor allem von der Freude, Liebe und Dankbarkeit, die sein Träger im Alltag empfindet und ihm schenkt.

Wenn wir unserem Leben wieder einen klaren Sinn geben wollen, dürfen wir wieder zu Sinnen kommen und uns Besinnung gönnen, wenn es nicht im ‚Wahnsinn‘ enden soll. Und das geht nur, wenn wir aufhören zu rasen, zu rennen und durchs Leben zu hasten mit Gedanken wie „Ich habe keine Zeit!“ oder „Ich muss schnell... dies und jenes machen“. Der Herbst ist eine wunderbare Jahreszeit, um nach innen zu gehen und es der Natur nachzumachen: **So wie die Bäume ihre alten Blätter fallen lassen, damit im kommenden Frühjahr neues Leben erblüht, so dürfen auch wir das Sinnlose loslassen. Wenn etwas ‚lose‘ ist, dann hat es keinen Halt, keine Angebundenheit.** Nutzen Sie diesen Herbst für Stunden der Stille, der Einkehr, des Nach-Innen-Gehens, sei es in der Natur oder in der Meditation, bei Musik oder einem nährenden Buch bei Kerzenlicht oder Kaminfeuer und einem guten Rotwein oder Tee. Der Herbst kann zutiefst nährend und klärend sein, wenn wir uns dazu entschließen.

Wir dürfen und können uns erinnern daran, dass wir von Natur aus verbunden sind mit diesem herrlichen Wesen ‚Mutter Erde‘, das uns stetig beschenkt und nährt und mit dem unfassbaren Schöpfergeist und Schöpfergott, der unzählige ‚Erden‘ und Galaxien und auch uns den Menschen aus seiner Liebe erschuf und uns – als sein Erbe – mit

grenzenloser Schöpferkraft und Liebesfähigkeit ausstattete. Und auch, wenn Sie sich noch nicht an diesen Gott-Geist in sich erinnern, dann machen Sie sich klar, was sie stattdessen glauben. Und fühlen Sie mal, wie sich Ihr Körper bei diesen Gedanken anfühlt. Unser hier in diesem Körper begrenztes Leben macht nur dann Sinn, wenn wir über seine Begrenzung hinausschauen und vor allem –fühlen und darauf lauschen, was unser Herz uns dazu flüstert.

So wünsche ich Ihnen allen einen Herbst der Einkehr, der Muße und des stillen Genießens mit sich selbst und mit guten Freunden im wahrhaftigen, ehrlichen Austausch über Gedanken wie diese und des sich wieder Erinnerns an den Sinn Ihres Seins

Mit herzlichen Friedensgrüßen

Ihr Robert Betz

A handwritten signature in red ink that reads "Robert D. Betz". The signature is written in a cursive style with a prominent flourish at the end of the last name.