

Der Indianer und der Wolf

Ein Indianer saß mit seinem Enkel am Lagerfeuer. Es war schon dunkel geworden und das Feuer knackte, während die Flammen in den Himmel züngelten. Der Alte sagte nach einer Weile des Schweigens: „Weißt du, wie ich mich manchmal fühle? Es ist, als ob da zwei Wölfe in meinem Herzen miteinander kämpfen würden. Einer der beiden ist rachsüchtig, aggressiv, grausam. Der andere hingegen ist liebevoll, sanft und mitfühlend“. „Welcher der beiden wird den Kampf um dein Herz gewinnen?“, fragte der Junge. Da antwortete der Alte: „Der, den ich füttere.“

Den guten Wolf füttern, dafür sorgen, dass er gewinnt, heißt:
Ab heute lasse ich mein Glück zu! Ich sehe das halb volle Glas!
Meine Aufmerksamkeit wende ich voll Vertrauen nur auf das Gute,
mich Nährende! Ich pflege bewusst eine lebensbejahende Einstellung!
Ich bedenke: Wer nicht genießt, ist ungenießbar!

Anthony de Mello

Quelle: Verlag am Eschbach-Mein Kochbuch für die Seele