

Gelassen ist,
wer etwas lassen kann.
Zum Beispiel eine Sorge,
den Aufruhr des Herzens
nach einer Kränkung,
einer Demütigung,
einer Verleumdung.
Gelassen ist auch,
wer alte Träume,
alte Ansprüche,
alte Vorwürfe zurücklassen
und damit sein Herz
von ihnen frei machen kann,
sodass es ruhig,
gefasst
und für das jetzt Mögliche
und Geschenke
bereit ist.
Gelassen ist daher auch,
wer verzeiht
im Sinne von
etwas vorbei sein lassen,
ohne etwas nachzutragen.
Diese Gelassenheit ist Kraft
ohne Emotionen,
gesammelte Bereitschaft
für das Kommende
und für das Jetzt.

Bert Hellinger