

7 DINGE, DIE DU VON DER NATUR LERNEN KANNST

Text: Bernd M. Schmid
Fotos: Archiv

Du suchst nach der Wahrheit? Du bist auf der Suche nach dem Sinn des Lebens und nach Antworten auf deine Fragen?

Oder steckst du vielleicht in einer Lebenskrise und weißt nicht, was du tun sollst?

In solchen Situationen neigen wir dazu, uns selbst die Schuld zu geben und in Büchern nach Wahrheiten zu suchen. OK, das hilft uns vielleicht ein wenig weiter und wir werden viele Weisheiten berühmter Persönlichkeiten finden ...

Kennst du auch schon die Weisheit deines Herzens?

Kennst du deine eigene Weisheit oder hast du jemals auf deine innere Stimme gehört?

Möchtest du manchmal ein Buch besitzen, das du jederzeit aufschlagen kannst und das alle Antworten enthält?

Oder hättest du lieber einen besten Freund, der dir in allen Lebensfragen zur Seite steht und immer die richtigen Lösungen parat hat?

Was wäre, wenn ich dir jetzt sage, dass du dieses Buch bereits in deinem Bücherregal hast und

dein allwissender bester Freund bereits auf dich wartet?

Ja, das ist tatsächlich so. Die Natur ist dein bester Freund!

Hast du schon einmal darüber nachgedacht sehr viel von der Natur zu lernen? Dass es bewährte Dinge gibt, die du auf dein Leben übertragen kannst, die dich weiterbringen und dein Leben wirklich bereichern?

Die Natur und du – ein unschlagbares Team. Die Natur ist dein bester Freund. In ihrer Stille kannst du ihre innere Stimme hören, die alle Antworten auf deine Fragen enthält. Wenn du auf der Suche nach der Wahrheit bist, dich in einer Lebenskrise befindest oder Fragen zum Leben hast, dann ist die Natur das Buch, das du jederzeit aufschlagen und aus dem du jederzeit lernen kannst.

Es gibt keinen anderen Führer, Guru oder Experten, der dir so viel geben und lehren kann wie die Natur! Sie ist immer für dich da, um dich zu entlasten. Du kannst ihr vertrauen, sie nimmt dir sogar deine Sorgen.

Deshalb möchte ich heute ein paar Dinge mit dir teilen, die du von der Natur lernen kannst:

1. Warte nicht, sondern mach weiter!

Im Leben stehen wir oft vor einem Neuanfang und „starren“ auf ein Ziel. Aber es ist nicht das Ziel, das uns erstarren lässt, es sollte uns viel mehr inspirieren. Was uns hier Angst macht, ist die Ungewissheit und das Unbekannte. Das, was vor uns liegt.

Wenn wir allerdings an diesem Ausgangspunkt stehen bleiben, wird unsere Angst wachsen und uns lähmen. Die Lösung ist einfach weiterzumachen. Geh in die Dunkelheit. Geh ins Unbekannte. Mache neue Erfahrungen und gehe neue Wege.

Und du solltest wissen, das Leben liebt es, wenn wir uns bewegen. Denn so wird das Unbekannte erfahrbar. Du bist das Licht, das die Dunkelheit erhellt. Also mach weiter und warte nicht.

2. Die Natur zeigt dir dein Tempo!

In der Natur müssen wir uns an unsere eigenen Kräfte erinnern. Wenn wir darüber hinausgehen, werden wir schmerzhaft Erfahrungen machen. So können wir von der Natur lernen, unsere Ressourcen kennenzulernen und sorgsam mit diesen umzugehen. Je besser wir das lernen, desto mehr Selbstvertrauen gewinnen wir.

Es ist wie im Leben: Manchmal

geht es langsam und ein anderes Mal schnell. Es ist jedoch wichtig, dass wir nichts überstürzen.

3. Die Natur spricht zu dir!

Die Natur hat ihre eigene Sprache. Wenn du von Natur aus bewusst und vorsichtig bist, dann wird die Natur zu dir sprechen. Ihre Stimme ist das Zwitschern der Vögel, das Plätschern des Wassers, das Rauschen der Bäume oder das Flüstern des Windes. Ihre wichtigste Sprache ist jedoch die Stille!

In dieser Stille hörst du deine innere Stimme. Sie wird dir deine eigene Weisheit sagen und dir den Weg durch dein Leben flüstern. Sie wird zum Beispiel sagen: „Hey, mach dir keine Sorgen, alles wird gut!“

Vertraue dieser Stimme immer mehr und gehe deinen Weg weiter.

4. Die Natur lehrt dich Respekt!

In der Natur erleben wir, wie alles zusammenhängt und wie sehr wir darauf angewiesen sind. Sie versorgt uns mit Nahrung, Wasser und frischer Luft. Wenn du im Einklang mit der Natur lebst, wird sie dich niemals im Stich lassen. Respektiere die Natur und betrachte sie als Partnerin und Mitspielerin, nicht als Gegnerin.

5. Die Natur lehrt dich Achtsamkeit!

Wie du sicherlich weißt, machen uns die kleinen Dinge glücklich und versüßen unser Leben. Die Schönheit der Natur liegt im Detail. Was du siehst und anfassen kannst, ist die Summe vieler kleiner Dinge.

Lerne, in die Natur einzutauchen und sie in vollen Zügen zu genießen. Kümmere dich um die Kleinigkeiten: Beobachte die Blume am Wegrand, betrachte die Steine und ihre Beschaffen-

heit und berühre die Bäume. So wird sich deine Einstellung zur Natur positiv verändern.

6. Die Natur erdet dich!

Achte beim Gehen in der Natur auf deine Schritte. Spüre, wie deine Füße die Erde berühren. Spüre, wie deine Fesseln wie eine tiefe Wurzel in die Erde hineinwachsen. So wirst du im stärksten Sturm des Lebens beschützt und gehalten.

7. Die Natur hilft dir anzukommen!

Egal, wo wir in der Natur sind, es ist immer schön, dort anzukommen. Egal, ob du nach einer Wanderung in einer Hütte ankommst, dein Zelt aufschlägst oder nach einer langen Reise wieder nach Hause kommst. Es ist immer schön!

Sei achtsam und respektvoll gegenüber der Natur!

Bernd M. Schmid

BSC

BewusstSeinsCafé

Magazin für das Wesentliche

Oktober 2024 - Ausgabe 27
Wertschätzungsbeitrag 9,90 €

