

# Ich fühle mich oft verwirrt und zerrissen. Wie kann ich mehr Harmonie in mein Leben bringen?

**I**n der griechischen Mythologie ist Harmonia die Tochter von Aphrodite und Ares, der Göttin der Liebe und dem Gott des Krieges. Sie ist also die Eintracht des Unterschiedlichen. Harmonie entsteht aus der Transzendenz des Polaren, der Gegensätze, nicht etwa aus der Abspaltung dessen, was wir böse nennen. Es ist mir sehr wichtig, daß du das tief in dich aufnimmst. Denn nun mußt du das, was du Verwirrung und Zerrissenheit in deinem Leben nennst, nicht länger bekämpfen, du kannst es zum „Vater“ deines Harmoniestrebens machen. Akzeptiere diese Verwirrung, denn sie hat dich dazu angespornt, nach etwas Besserem zu suchen.

Die Mutter der Harmonie ist die Liebe. Wie steht es mit ihr in deinem Leben? Damit Harmonie hineingeboren werden kann, muß der richtige Boden für sie bereitet werden. Laß deine Verwirrung, deine Zerrissenheit los, denke nicht länger über sie nach. Du hast sie als befruchtendes Element akzeptiert, aber nun wende dich der Liebe zu. Entwickle Liebe in deinem Leben, und Harmonie wird die notwendige Folge sein.

**A**lles in der Natur strebt nach Harmonie. Alles im Kosmos ist Rhythmus, Bewegung, Schwingung, Tanz von Energie. Und alles sucht ohne Unterlaß den besten Energiezustand. Er liegt in der Harmonie, das heißt, im Gleichklang der Schwingungen, denn Harmonie verbraucht weniger Energie als Disharmonie, sie ist also der perfekte Zustand allen Seins schlechthin.

Wenn du nach Harmonie strebst, muß du nicht etwas Besonderes, etwas Außergewöhnliches erschaffen, sondern du läßt nur zu, in einer natürlichen Strömung mitgetragen zu werden. Du mußt also Harmonie

nicht erkämpfen, alles, was du zu tun hast, ist, ihr keinen Widerstand entgegenzusetzen. Je vertrauensvoller du dich dem Sein hingeben kannst, desto glücklicher wirst du sein. Und umgekehrt: Alle Schwierigkeiten in deinem Leben, in welchem Bereich sie auch immer liegen mögen, kannst du auf den Mangel an Harmonie zurückführen.

**A**ber das hast du ja schon erkannt, und deshalb strebst du nach Harmonie. Ich habe schon von der Liebe gesprochen, die die Mutter der Harmonie ist. Eine Mutter liebt natürlich vor allem ihr Kind, und so kannst du doch gleich hier mit dem Lieben beginnen: Liebe die Harmonie, liebe sie aus vollem Herzen, denn was du liebst, das wird zu dir kommen. Dr. Joseph Murphy hat hierfür ein schönes Beispiel gegeben. Er sagte einmal, daß er jahrelang gebetet hat. „O mein Gott, wie ich dich liebe!“ Und da konnte Gott gar nicht anders, als zu ihm kommen. Liebe die Harmonie, denke an sie, meditiere über sie, mach sie zum Zentrum deines Lebens, dann kann sie gar nicht anders, als in dein Leben einziehen. Mach eine „Harmonielehre“ durch.

Vielleicht ist dir der Begriff Harmonie zu abstrakt. Du weißt nicht recht, was das eigentlich auf dich persönlich bezogen sein soll. Dann geh bitte ganz praktisch vor. Nimm ein Blatt Papier und unterteile es in verschiedene Lebensbereiche wie Gesundheit, Liebe, Beruf, Wohnung usw. Laß dir in einem ganz entspannten Zustand einfallen, was du in dem jeweiligen Bereich unter Harmonie verstehst. Schreib es auf, möglichst konkret. Male dir aus im Geiste, wie diese Situationen und Dinge aussehen, immer und immer wieder.