

Es gibt immer einen Grund zum Lächeln

Von Paul Lenda auf [Wake Up World](#); übersetzt von Taygeta

Selbst wenn es unter einer Menge Schmerzen verborgen liegt, können wir immer etwas finden, das uns in eine positive Stimmung bringen kann. ***Es gibt immer einen Grund zum Lächeln.***



Ich weiss, es mag so aussehen, als ob die Welt zusammenbricht, aber man kann es auch aus der Perspektive betrachten, dass sie sich in einem tiefen Heilungsprozess befindet. Man kann darüber lächeln, dass es ein massenhaftes Erwachen gibt in Bezug auf die Tatsache, dass das, was derzeit auf der Erde abläuft, nicht dazu dient, dass die Menschen sich entfalten können. Es fördert nicht die kontinuierliche persönliche und kollektive Entwicklung, die zu grossen Sprüngen in der bewussten Evolution führen könnte. Es muss scheitern und sich auflösen, und je schneller, desto besser.

Eine neue, bewusste Grundhaltung, die auf mehr Harmonie, Kohärenz und Ausgewogenheit beruht, kann schliesslich zu dem führen, was Sri Aurobindo die supramentale Transformation nannte. Zu erkennen, wie angesichts der globalen Herausforderungen die künstliche gesellschaftliche Matrix, die in absolutem Widerspruch mit unserer grösseren Realität steht, zu zerfallen beginnt, ist ein Grund zum Lächeln.

Wir können uns auch auf die individuelle Ebene konzentrieren und über unser persönliches Leben nachdenken. In welcher herausfordernden Situation wir uns auch immer befinden, es gibt immer etwas, auf das wir unsere Aufmerksamkeit richten können und das uns erkennen

lässt, dass wir deswegen optimistisch sein können. Keine Situation ist jemals 100%ig gut oder schlecht. Wir leben nicht in einer Welt der Absoluten.

Der Musiker Bert Sommer reflektierte in seinem Hit-Folk-Rock-Song *Smile* von 1969 auf poetische Weise, was passiert, wenn man einen Grund zum Lächeln findet.

***Lächle und die Welt lächelt mit dir.
Lächle, die ganze Liebe liegt in deinen Händen.***

.....

Ich liebe diese Worte, weil sie auf poetische Weise erklären, wie die positive Energie, die man erzeugt und die man mit der Welt teilt, dazu beitragen wird, auch bei anderen positive Energie zu erzeugen, egal, was im eigenen Leben oder in der Welt vor sich geht. Es hebt im grossen Massstab das kollektive Bewusstsein und führt zu einer konstruktiveren und besseren Erfahrung für alle. Lösungen entstehen auf natürliche Weise und Probleme werden gelöst. Die Liebe liegt in deinen Händen und du hast die Möglichkeit, sie mit anderen und der ganzen Welt zu teilen. Sie kann die Welt buchstäblich heilen, auch wenn es nur im Kleinen ist. Finde einfach etwas Positives, auf das du dich konzentrieren kannst, und erzeuge mehr positive Energie, die dann in das kollektive Bewusstsein einfließen kann.

Jeder von uns ist Teil desselben kollektiven Bewusstseinsfeldes. Das bedeutet, dass wir uns alle gegenseitig beeinflussen, mit jedem Gedanken, den wir denken, jedem Wort, das wir aussprechen und jeder Handlung, die wir ausführen. Solange man sich in einem physischen Körper befindet, gibt es kein Herauskommen oder Weggehen aus diesem Feld. Diese Dynamik eines jedes Einzelnen, die sich auf alle anderen auswirkt, ist von noch größerer Bedeutung, wenn wir reflektieren, wie wir als Reaktion auf unsere Erfahrungen denken, sprechen und handeln. Alles, was geschieht, ist ... eine Erfahrung.

Jede wahrgenommene Tragödie, die sich ereignet, ist eine Erfahrung. Jeder aussergewöhnliche Erfolg ist ein Erlebnis. Alles existiert in der Gegenwart, aber das ist es dann auch. Eine Erfahrung muss weder für immer existieren, noch müssen wir ihr noch mehr Macht über uns in der Gegenwart geben. Wenn es etwas ist, das uns Leid zufügt, können wir unseren Fokus des Bewusstseins so verändern, dass wir etwas Positives finden, das uns zum Lächeln bringt. Das ist aus einem wichtigen Grund ein entscheidender Schritt.

Wenn man sich auf eine "niedrigere" Schwingung einstimmt, stellt man sich auf eine Realität ein, in der man viele weitere ähnlich herausfordernde Erfahrungen manifestieren wird. Wenn man sich auf eine "höhere" Schwingung einstimmt, erlebt man plötzlich viel mehr schönere und bessere Erfahrungen. Unser Bewusstseinsfokus bringt uns mehr von dem, worauf wir uns konzentrieren.

Wenn du das nächste Mal sorgenvoll, ängstlich oder wütend wirst, suche nach etwas, das deine Schwingung anhebt und dich aus den selbstzerstörerischen Bewusstseinszuständen herausholt. Auch wenn es manchmal hilfreich sein mag, sie kurzzeitig zu erfahren, wenn du zu lange an ihnen festhältst, fangen sie an, dich und das kollektive Bewusstsein, dessen integraler Teil du bist, zu verletzen.

