

Aufruf zur Achtsamkeit

Wieder nur ein Baum, der gefällt wird? Nein, mein Baum. Ich habe ihn gesetzt, gegossen und gepflegt. Er wird nicht gefällt. Zur Schule des Lebens gehört es, achtsam und maßvoll vorzugehen. Das gilt in allem.

Ein alter Baum ist Gegenstand der Ehrfurcht. Dieses riesige Lebewesen, das seine Wurzeln tief in die Erde senkt und die Äste himmelhoch nach oben schickt, erfreut mich bis ins Innerste. Vor 62 Jahren pflanzte ich einen Ahornschössling. Er war spannlang und vor dem Verdursteten. In heißen Sommern rückte ich mit einem Wasserkübel aus, um ihn vor dem Austrocknen zu bewahren. So wuchs er zu einem Riesen heran, der mich um ein Vielfaches überragt. An seinem Stamm hängt der Nistkasten für die Blaumeisen. Das Flugloch ist mit einem Blechring vor dem Kleiber geschützt, der es sonst für seine dicke Gemahlin vergrößern würde.

Jemand, der ein derartiges Wunder von Anfang an begleitet, entwickelt ein intensives Gefühl für Bäume und die Natur. Man behandelt sie wie einen Schatz. Verletzt der Spätfrost den Baum, verarztet man die Wunde. Die Narbe könnte früher oder später den Todeskeim in den alten Riesen senden – dann aber weilt man selbst längst in den ewigen Jagdgründen. Höre ich von den alltäglich erfolgenden Baummorden, endet meine Behutsamkeit jählings. Nicht nur gegenüber Bäumen herrscht Rohheit.

Viele Möglichkeiten gibt es auch, gefühllos mit Mitmenschen umzugehen. Beispiele? Barsche Wortwahl gegenüber Kollegen. Zeigen des Stinkefingers im Morgenverkehr. Wegwerfen von Müll. Dahinrasen mit brüllenden Speziallautsprechern. Feingefühl, Einfühlungsvermögen und Rücksichtnahme sind Eigenschaften, welche das Leben in der Gemeinschaft erst erfreulich gestalten. Jüngst entwickelte sich eine ganz neue Art der Herzensverhärtung: Im Internet mobben einander Jugendliche bis zum Selbstmord. Die niveaulosen Ausritte von Politikern aller Couleurs mögen

wegen ihrer Unerträglichkeit hier gänzlich unerwähnt bleiben.

Mein Vater lehrte mich als Kind, mit allen Lebewesen behutsam umzugehen. „Eine Biene“, so sprach er, „musst du wärmen, wenn es kalt ist und sie unbeweglich wird. Sie kann dann nicht mehr fliegen und verhungert.“ Ich nahm es mir zu Herzen. Als wieder einmal an einem kühlen Tag eine Honigsammlerin erstarrt dalag, setzte ich sie auf den Zeigefinger und hauchte sie nach Leibeskräften an. Sie erwachte und wurde immer munterer. Endgültig zu Kräften gekommen, flog sie nicht etwa fröhlich davon: Sie stach mich undankbar und höchst schmerzhaft in die Zunge. Ich werde dieses schmerzliche Erlebnis zeitlebens nicht vergessen. Trotz dieses Rückschlags – viele andere im Zusammenhang mit Menschen kamen hinzu – bin ich davon überzeugt, dass Behutsamkeit eine segensreiche Eigenschaft ist.

Zur Schule des Lebens gehört es, achtsam und maßvoll vorzugehen, Augen und Ohren nach allen Seiten hin offenzuhalten. Auch die Wahrheit bleibt ohne

Die Ohren für das Leise empfänglich zu machen hilft, Zeichen zu erkennen

Achtsamkeit lange im Verborgenen. „Laut, mit Pomp, schreitet die Lüge einher. Leise, spät und unbemerkt trippelt die Wahrheit herein“ (A. Schopenhauer). Der beste Führer hierbei ist die „Große Obhut seiner selbst“ (Nachzulesen bei Balthasar Gracian, 1691–1658; „Handorakel und Kunst der Weltklugheit“).

Achtsam ist man, wenn man denkt, bevor man redet. Es ist immer nützlich, fünf Minuten verstreichen zu lassen, ehe man seinem Gefühl Luft macht. Die Ohren für das Leise empfänglich zu machen



hilft, die kaum vernehmbaren Zeichen der Zukunft rechtzeitig zu erkennen. Bevor die Kettensäge angeworfen wird, ist es angebracht, sich mehrmals zu besinnen. Mit seinen Mitmenschen achtungsvoll umzugehen, ist heutzutage, da viele Kulturen auf engem Raum aufeinandertreffen, schwieriger geworden. Worte, Begriffe und geteilte Standpunkte bilden die Atmosphäre, den Zeitgeist. Den heutigen kennzeichnet die schnell hingeworfene, aggressive, aus der Hüfte abgefeuerte Bedienung von Klischees. Beispiele: „Die kriminellen Immigranten“; „Die kapitalistischen Juden“; „Die rechten



INNIGE BINDUNG.
Vor 62 Jahren pflanzte ich einen Ahornschössling. Daraus wuchs dieser Riese heran. An seinem Stamm hängt der Nistkasten für die Blaumeisen. Das Flugloch ist mit einem Blechring vor dem Kleiber geschützt, der es sonst für seine dicke Gemahlin vergrößern würde.

Nazis“; „Der alte weiße Mann“ etc. Wenn Fakten nicht ausreichen, die jeweilige Haltung zu begründen, erfindet man neue Begriffe, Wortschöpfungen und blumige „Narrative“: Erzählungen, welche die Menschen in der Wahrnehmung des Geschehens beeinflussen sollen. Listige Meinungsmache verdreht die Wahrheit unter Einsatz erfundener Legenden und Vorurteile. Reichen die Tatsachen nicht, erfindet man eben künstliche, durch Verzerrung der Bedeutung von Worten. Unbewiesenes, gesunde Herstellung vortäuschendes „Bio“ soll hohe Preise rechtfertigen. „Krieg gegen den Terror“ legitimiert auch ungerechte Angriffe. Ein „Euro-Rettungsschirm“ rettet nicht den Euro, sondern Banken oder Staaten, die sich verspekuliert haben. Ist man nicht achtsam, wird man von derartigen Wortverdrehereien irreführt. „Gib mir die Macht über die Begriffe, und ich beherrsche die Welt.“

Gib mir die Macht über die Begriffe, und ich beherrsche die Welt . . .

Viele Zeitgenossen begegnen jedem, der fremdländisch gekleidet ist oder eine dunklere Hautfarbe aufweist, mit Abwehr. Andererseits wird von fragwürdiger Seite jedem, der offenkundigen Missständen in Sachen Integration und Zuwanderung mit Kritik begegnet, alsbald ein Hakenkreuz umgehängt.

Das Augenmaß, die Behutsamkeit bei der Erstellung von Werturteilen geht verloren. Zu Zeiten, als man Briefe mit der Hand schrieb, überlegte man sorgfältig, was man einem Stück Papier anvertraute. Heutzutage sendet der Mensch das Resultat seiner ersten Emotion sofort zornentbrannt ins Internet. Wir alle haben die Pflicht, einander mit Achtsamkeit zu behandeln. Junge mögen mit Älteren behutsam umgehen, Eltern ihre Kinder mit Zartgefühl und klaren Regeln großziehen. Eines aber soll man sich besonders zu Herzen nehmen: Wer nicht mit sich selbst achtsam umgeht, schafft es bei seinen Mitmenschen erst recht nicht.



DI DR. KLAUS WOLTRON

Ehemaliger Industrie-Lenker, Wirtschaftsphilosoph und Buchautor



Josef Lindner, Gärtner aus Siezenheim

„
Ich
schau drauf,
dass Sie bei
mir immer gut
beraten sind.

“

Unsere Gärtner. Unsere Vielfalt.



Heuer neu und exklusiv in vielen heimischen Gärtnereien: Das Gemüse des Jahres 2019 mit dem Namen „Jeanny Zucchini“. Diese besondere Gemüsepflanze ist „jungferfruchtig“. Sie braucht keine männlichen Blüten zur Befruchtung. Damit ist hoher Ertrag über den ganzen Sommer garantiert.

Mehr auf zumgaertner.at