

## **7. SCHRIFTROLLE**

Inhalt der siebten Schriftrolle, die von den Essenern in vorchristlicher Zeit aufgezeichnet und in einer Felsspalte am Toten Meer aufgefunden wurde.

Ich bin der Meister meiner Beziehungen, jede bedeutsame Beziehung, die ich mit einem anderen Menschen geknüpft habe, kennzeichnet mein Wirken und dient meinem Bedürfnis zu lernen, zu wachsen und mein eigenes Wesen auszudrücken.

Ich habe hilfreiche Beziehungen geschaffen, in denen ich mich anerkannt und geschätzt fühle, aber auch solche, durch die ich keine Wertschätzung und Hilfe erfuhr.

Ich lerne erkennen, dass jeder mäkelnde, unfreundliche Mensch verzweifelt ist und versucht, es mir kund zu tun. Niemand ist böseartig, der sich wohl fühlt, glücklich, fröhlich und selbstbewusst ist.

Nur solche Leute sind unfreundlich, denen etwas fehlt. Ruppiges Benehmen verrät verzweifertes Bedürfnis nach Liebe, Beachtung, Hilfe und Unterstützung. Die angemessene Antwort ist Mitgefühl und Verständnis.

Wenn ich mich stark und vertrauensvoll fühle, kann ich meine Anteilnahme und Fürsorge gegenüber einem unfreundlichen Menschen ausdrücken. Wenn ich mich aber nicht stark, vertrauensvoll und geliebt fühle, so ziehe ich mich am besten zurück und bleibe so lange allein, bis ich mir die Freundlichkeit, Anerkennung und Liebe gewähren kann, die ich selber nötig habe.

Der Entschluss und die Kraft dazu stehen bei mir.

Liebe ist Lebensenergie und Heilkraft. Wenn ich mich geliebt weiß, fühle ich mich wohl und getragen. Meine Mitmenschen sind manchmal außerstande, mir die Liebe zu geben, die ich brauche. Dies ist dann die Gelegenheit, mich auf meine eigene Verantwortung zu besinnen.

Meine Mitmenschen fühlen die Liebe, die ich Ihnen gebe, wenn ich ihnen helfe, sie akzeptiere und schätze. An mir liegt es, Liebe zu geben oder zu verweigern. Wenn ich mich zu der unfreundlichen Alternative entschließe, werden sich einige verschmährt und daher verletzt fühlen. Andere werden hingegen einfach feststellen, dass ich sie nicht mag, werden sich aber trotzdem vertrauensvoll, fröhlich und erfüllt finden. Sie haben sich eben dafür entschieden, fröhlich, geliebt und erfüllt zu sein, ohne sich von meinem Verhalten beeinflussen zu lassen.

**Es steht in meiner Macht, mich selbst zu lieben, zu akzeptieren und zu ermutigen, so wie ich bin.**

Die Beziehung zu mir selbst ist das Allerwichtigste. Alle meine anderen Beziehungen widerspiegeln lediglich die Art und Weise, wie ich zu mir selber stehe. Sogar meine Beziehung zur Quelle meines Lebens hängt davon ab, ob ich mich selber akzeptiere.

Ich brauche Liebe und Selbstwertgefühl für das Überleben. Wenn ich mich selber schätze und von Liebe erfüllt bin, wird sie überfließen und allen Menschen entgegenströmen, denen ich begegne.

Ich bin der Meister meiner Beziehungen. Ich übernehme die Verantwortung für meine schöpferische Kraft der Liebe und des harmonischen, ersprießlichen Umgangs mit allen Menschen.

Copyright 1984, The Paul Solomon Foundation  
aus: [www.omkara.de](http://www.omkara.de)