

3. SCHRIFTROLLE

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

Für alle meine Gedanken und Handlungen gibt es einen Grund, nämlich die Erwartung eines für mich günstigen Ergebnisses. Wenn ich Tagträume, erwarte ich vielleicht, der Langeweile zu entgehen oder zu erleben, dass meine Vorstellung Wirklichkeit wird. Vielleicht erwarte ich tieferes Wissen, Bewusstsein oder gesteigertes Denkvermögen. Oder ich mache mir Sorgen, um mich davon zu überzeugen, dass ich ein verantwortungsbewusster Mensch bin. Es gibt die verschiedensten Wünsche und Erwartungen, sogar solche, die ich nicht gerne eingestehen möchte.

Manchmal bin ich getrieben vom Wunsche nach Geld und Besitz; dann sind meine Gedanken und Handlungen darauf gerichtet.

Ich mag getrieben sein durch ein Bedürfnis nach Applaus und Zustimmung. Ich möchte den anderen gefallen.

Oft bin ich durch den Drang motiviert, recht zu haben. Ich mag es gar nicht, dass meine Ansichten und Handlungen als falsch eingestuft werden.

Manchmal ist der Wunsch nach Vergnügen die Triebfeder; das Leben soll mir etwas bieten und mich befriedigen. Doch der stärkste Antrieb für meine Gedanken und Handlungen ist meine Sehnsucht nach Liebe.

Wenn ich mich geliebt weiß, habe ich wenig Verwendung für Geld. Manchmal gibt es mir zwar ein Gefühl der Sicherheit, aber nicht entfernt so nachhaltig wie es die Liebe vermag.

Wenn ich mich geliebt weiß, brauche ich Applaus und Zustimmung nicht; Liebe ist an sich schon Beifall und Zustimmung.

Wenn ich mich geliebt weiß, brauche ich nicht recht zu haben. In Gegenwart eines Menschen, der mir seine Liebe schenkt, brauche ich mich meiner Fehler nicht zu schämen; ich schätze es sogar, wenn er mich liebevoll auf sie aufmerksam macht.

Wenn ich mich geliebt weiß, gibt es für mich kein größeres Vergnügen; andere Vergnügen sind fade oder lediglich ein Mittel, meiner Liebe Ausdruck zu verleihen und Liebe zu erleben.

Nichts befriedigt tiefer als Liebe. Wenn ich mich geliebt weiß, so bin ich zufrieden, jedoch nicht selbstgefällig. Ich werde weiterhin zu Gedanken und Handlungen angetrieben, habe Ziele, Ideale, sogar Ehrgeiz. Aber meine Ziele und mein Ehrgeiz sind nicht mehr Ausdruck der Unsicherheit; ich brauche niemandem mehr etwas zu beweisen.

Wenn ich mich geliebt weiß, sehe ich mich zu liebevollem Handeln veranlasst. Ziele und Ehrgeiz sind Ausdruck meines Bedürfnisses, Freude zu geben und zu teilen.

Liebe ist eine Überlebensfrage. Ich brauche Liebe oder einen Liebesersatz, buchstäblich um überleben zu können. Viel zu viele Menschen sind aus Mangel an Liebe gestorben. Für Liebe gibt es mannigfaltigen Ersatz: Macht, Geld, materiellen Besitz, Popularität und

Ruhm. Sogar Abscheu und Hass sind Liebesersatz. Jede Form markanter Beachtung kann als Liebesersatz dienen.

Liebesersatz befriedigt indessen nicht wirklich. Bestenfalls bietet er nur zeitweilige Betäubung und ruft wie ein Rauschgift nach Steigerung. Ist Macht mein Liebesersatz, so brauche ich heute mehr davon als gestern. Das gleiche gilt für Geld, Hass, Mitleid und alle anderen Formen markanter Beachtung, mit Ausnahme der Liebe.

Alle Menschen wollen das Gefühl haben "es macht etwas aus, dass ich lebe." Deshalb halten wir alle Ausschau nach Bestätigungen und Zeichen, aus denen wir schließen können, dass "es etwas ausmacht, dass ich existiere." Jede zugefügte Unbill, jeder Streit und jeder Krieg ist Ausfluss des Hungers nach Anerkennung der Tatsache, "dass ich etwas ausmache." Jedes jemals begangene Verbrechen ist die Folge dieser Lebensnotwendigkeit. Der Verbrecher sagt sich im innersten Herzen, "ich mache etwas aus, und wenn mir diese Gewissheit nicht gütlich zuteil wird, so werde ich euch zeigen, dass man mit mir zu rechnen hat." Selbst Völker hegen diesen gemeinsamen Gedanken: "Mit uns hat man zu rechnen. Und wenn eure Worte und Handlungen dies nicht zum Ausdruck bringen, so töten wir eure jungen Männer, wie wenn es auf sie nicht ankäme, und das wird euch veranlassen zu erkennen, dass man mit uns zu rechnen hat."

Dieses Bedürfnis nach Anerkennung der Tatsache, dass ich wichtig bin, ist nichts anderes als der Wunsch, geliebt zu werden. Wenn ich geliebt werde, so weiß ich, dass ich von Bedeutung bin, dass meine Existenz für den oder die Menschen, die mich lieben, wichtig ist. Ich brauche keinen anderen Beweis. Ich werde geliebt, das genügt.

Ich habe einen Körper, eine Persönlichkeit, Verstand und Geist. Ein kleines Kind wohnt in mir; es ist der kindliche verwundbare Teil meiner selbst. Alle diese "Teile" bedürfen der Liebe, um gesund zu bleiben und zu überleben. Ich bin für sie verantwortlich. Vielleicht empfangen sie Liebe von anderen, vielleicht auch nicht. Die anderen werden mein Wesen nicht immer billigen oder mir zustimmen. Oft werden sie mir sogar zu verstehen geben, dass sie mich für völlig bedeutungslos halten. Jedoch dieses eine weiß ich:

ICH WERDE GELIEBT.

Ob ich mich geliebt weiß, ist meine Entscheidung und meine Verantwortung. Ich akzeptiere die Verantwortung, all das zu lieben, was ICH BIN. Jeden Tag will ich mehrmals daran denken, dass ich geliebt bin. Ich selber liebe mich. Ich bin mir selber wichtig, ganz gleichgültig, ob es anderen von Bedeutung scheint oder nicht, dass ich lebe, und das genügt.

Ich möchte gewiss von anderen geliebt werden; wenn mich aber auf der ganzen Welt niemand liebt, bin ich doch goldrichtig. So habe ich beschlossen: ICH WERDE GELIEBT. Ich will die anderen lieben und selber geliebt werden. Ich liebe die anderen, ob sie mich lieben oder nicht. Es gibt keinen Grund, irgend jemanden meiner Liebe zu berauben. Ich anerkenne aus freien Stücken, wie wichtig es ist. "dass Du lebst." Ich möchte das den anderen so deutlich zu verstehen geben, dass sich niemand veranlasst fühlt, seine Wichtigkeit durch bössartige Handlungen unter Beweis zu stellen.

Der empfindlichste Mangel in der Welt ist der Mangel an Liebe. Der Hunger nach Liebe ist die Wurzel aller Verbrechen, auch der Grund aller Schmerzen und Leiden. Mangel an Liebe und Anerkennung ist auch der tiefere Grund aller Kriege. Hunger, Armut und Misstrauen sind die Folgen von Liebesersatz und schreien nach wahrer Liebe.

Liebe vermag Jedes Übel in der Welt zu ändern, den Krieg zu verhindern und Frieden zu bringen. Liebe ist der geheime Weg, eine Gesellschaft ohne Verbrechen herbeizuführen. Liebe kann eine ausgeglichene Verteilung der Güter dieser Erde bewirken und allen zu einem menschenwürdigen Dasein verhelfen. Da wo die Wohlhabenden die Habenichtse lieben, gibt es keine Armut.

Heute mache ich die Liebe zu meiner Pflicht. Ich will mithelfen, die Erde zu verändern. Ich kann schon heute im Himmelreich leben. Es ist dies ein Bewusstseinszustand, in welchem ich mich geliebt weiß und andere vorbehaltlos liebe. Von heute an liebe ich mich selbst.

Ich liebe, was ICH BIN. Ich liebe nicht all das, was ich getan habe. Ich Liebe meine Fehler nicht, aber ich würdige das, was ich aus ihnen gelernt habe, und Liebe mich, auch wenn ich Fehler mache.

Ich vergebe all denen, die mich nicht lieben und vielleicht nicht lieben können. Ich liebe sie trotzdem.

Heute entlasse ich meine Familie, meine Freunde und meinen Ehepartner aus der Tyrannei meines Hungers nach Liebe. Nicht länger werde ich ihnen durch Worte oder mein Verhalten zu verstehen geben:

"Ich brauche Deine Liebe; ich bin verletzt und werde böse, wenn Du mich nicht liebst."

Von heute an liebe ich mich selbst.

ICH LIEBE MICH.

ICH BIN GELIEBT

ICH BIN GELIEBT UND ES IST WUNDERBAR.

WEIL ICH MICH LIEBE, BIN ICH FREI, DICH ZU LIEBEN.

ICH BIN GELIEBT UND ICH BIN DANKBAR.