

Desiderata

Geh freundlich und gelassen inmitten von Lärm und Hast und denke daran, welcher Friede in der Stille zu finden ist.

Soweit wie immer möglich, und ohne dich selbst aufzugeben, versuche mit allen Menschen auszukommen.

Rede von deiner Wahrheit ruhig und deutlich und höre anderen zu, selbst, wenn sie dir langweilig und unwissend erscheinen, auch sie haben ihre Geschichte.

Geh lauten und angriffslustigen Menschen aus dem Weg, denn sie sind eine Plage für den Geist. Wenn du dich mit anderen vergleichst, werde nie eitel oder verbittert, denn es wird immer Menschen geben, die mehr oder weniger können als du.

Freue dich über das, was du erreicht hast, wie auch über deine Pläne. Behalte das Interesse an deiner Arbeit, doch ohne Überheblichkeit, denn dein Tun und Handeln ist ein wahrer Besitz unter all den Dingen, deren Wert mal zu-, mal abnimmt.

Sei vorsichtig bei deinen Geschäften, denn die Welt ist voller List. Werde aber dadurch nicht blind gegenüber der Tatsache, dass es viele Menschen gibt, die noch Ideale haben und sie zu verwirklichen suchen.

Siehe auch, dass es überall im Leben noch echte Tapferkeit gibt, sei du selbst; vor allem täusche nicht deine Zuneigung vor noch werde zynisch, was die Liebe angeht, denn trotz aller Erstarrung und Entzauerung, die du um dich siehst, lebt sie ewig fort wie das Gras.

Beuge dich freundlich dem Rat der Jahre und gib mit Anmut jene Dinge aus der Hand, die der Jugend vorbehalten sind. Erhalte dir die Schärfe deines Verstandes, denn sie vermag dich vor plötzlichem Unglück zu bewahren. Aber lass dich nicht fallen in ständiges Grübeln.

Viele Ängste sind nur eine Ausgeburt von Müdigkeit und Einsamkeit. Nichts gegen eine gewisse Disziplin, im Übrigen sei freundlich mit dir selbst.

Du bist ein Kind des Universums, nicht anders als der Baum vor der Türe oder der Stern am Himmel. Du hast ein Recht darauf, hier zu sein. Und ob es dir nun klar ist oder nicht: Das Universum entfaltet sich seiner Bestimmung gemäß. Deshalb lebe in Frieden mit Gott, für was immer du ihn halten und was immer deine Arbeit und dein Streben sein mögen in der lärmgefüllten Verwirrung des Lebens.

Halte Frieden in deiner Seele. Trotz aller Täuschungen, Plackereien und aller zerbrochenen Träume ist es noch immer eine wunderbare Welt.

Sei bedacht. Strebe danach, glücklich zu sein.

(Max Ehrman, 1927)