

## **Sie lässt los, (Rev. Safire Rose) (frei übersetzt von Margrietha Aellig)**

Sie lässt los. Ohne einen Gedanken oder ein Wort, sie lässt los.

Sie lässt die Angst. Sie lässt das Urteilen. Sie lässt die unzähligen Meinungen in und um ihren Kopf. Sie lässt die Unentschlossenheit in sich. Sie lässt all die „richtigen und wichtigen“ Gründe. Sie lässt los, voll und ganz, ohne Zögern und Sorge, sie lässt einfach los.

Sie fragt niemanden um Rat. Sie liest nicht in den heiligen Schriften, nimmt kein Buch zur Hand, das ihr erklärt, wie man loslässt. Sie studiert keine Schriften. Sie lässt einfach los.

Sie lässt die Erinnerungen, die sie immer wieder zurückhalten. Sie lässt die Angst, die sie im Vorwärtsgen zurückhält. Sie lässt das Planen und alle Berechnungen darüber, was wann zu tun richtig wäre. Sie verspricht nicht, loszulassen. Sie führt nicht Buch darüber. Sie schreibt nichts auf dazu. Sie macht kein Projekt daraus. Sie macht keine öffentliche Ankündigung. Sie befragt keinen Wetterbericht, wählt nicht bewusst Zeit und Stunde, liest kein Horoskop. Sie lässt einfach los.

Sie analysiert nicht, ob sie loslassen will oder soll. Sie bespricht das Loslassen nicht mit ihren Freunden. Sie macht kein großartiges spirituelles Ritual, sie spricht kein Gebet. Sie sagt kein Wort. Sie lässt einfach los. Niemand ist da in dem Moment, in dem sie loslässt. Es gibt keinen Beifall, keine Glückwünsche. Niemand dankt ihr, niemand lobt sie. Niemand bemerkt etwas. Wie ein Blatt, das von einem Baum fällt, still und leise, lässt sie los.

Da ist keine Anstrengung. Da ist kein Kampf. Es ist weder gut noch schlecht. Es ist, was es ist und das ist es.

Im Raum vom Loslassen lässt sie alles zu. Ein kleines Lächeln geht über ihr Gesicht. Eine leichte Brise weht über sie hinweg. Und die Sonne und der Mond scheinen ewiglich.