

Silberne Regel 1

Mein gewissenhaftes Selbst, halte die Pflicht für ebenso heilig wie die Religion.

Vergegenwärtigen Sie sich einen Moment lang eine Pflicht, die Sie heilig halten, eine Verpflichtung gegenüber einer Person oder einer Gemeinschaft. Diese Verpflichtung einzuhalten mag vielleicht nicht immer leicht sein; es kann Opfer erfordern. Aber Sie sind so tief von ihrem Wert überzeugt, dass Sie gerne Vorteile und Nutzen aufgeben und bereitwillig Schwierigkeiten und Anstrengungen auf sich nehmen, um die Verpflichtung zu erfüllen, wissen Sie doch, dass genau das einmal Ihr Vermächtnis sein wird, wenn Sie Ihren letzten Atemzug auf Erden tun und Ihre Seele ihrem Schöpfer entgegeneilt. Im Wissen um die Bedeutung der Pflichterfüllung und im Einhalten Ihrer heiligen Verantwortung liegt eine tiefe Befriedigung, eine Befriedigung, die Ihnen niemand wegnehmen kann.

Das Kennzeichen einer wahren Pflicht besteht darin, dass man sie nicht ausübt, um eine Belohnung dafür zu bekommen. Das Ausüben selbst ist die Belohnung.

"Mein gewissenhaftes Selbst, halte die Pflicht für ebenso heilig wie die Religion."

Silberne Regel 2

Mein gewissenhaftes Selbst, sei taktvoll bei jeder Gelegenheit.

Takt ist keine Täuschung. Takt ist Rücksicht. Murshid sagt: *"Die Wahrheit, die wie ein Hammerschlag trifft, ist nicht die Wahrheit."* Was richtig ist, was natürlich ist, was sich wahr anfühlt, hängt von den Umständen ab. Es geht darum, in Harmonie mit dem Augenblick zu sein. Das heißt aber nicht, dass Takt immer duldsam und sanft sein muss. Takt kann auch kühn und mutig sein. Aber Takt hat immer mit Rücksicht zu tun.

Takt, Feinfühligkeit für die Empfindungen anderer, ist das Gegenteil von nachlässiger, rücksichtsloser Unachtsamkeit, die reine Selbstbezogenheit ist. Takt bedeutet, die Bedürfnisse des andern zu sehen und anzuerkennen. Takt heißt, die uns umgebende Musik des Lebens zu verstehen und mit ihr in Einklang zu kommen. Takt heißt, wie Wasser zu fließen, anstatt unnötigerweise Widerspruch herauszufordern. Allzu leicht lösen wir Gegnerschaft aus, wenn wir achtlos sind, wenn wir die Praxis einfacher Höflichkeit vernachlässigen, einfacher Verhaltensregeln, mit denen wir die Existenz der Menschen um uns herum und ihre Rechte würdigen. Wie viele Auseinandersetzungen, Konflikte, ja sogar Kriege sind das Ergebnis unnötiger Provokationen. Wie viel Verständnis hingegen kann sich entwickeln, wenn wir uns bemühen, taktvoll zu sprechen und zu handeln.

Wenden Sie sich nach innen und schauen Sie: Können Sie sich an das letzte Mal erinnern, als Sie in einer Situation nicht genügend Takt aufbrachten? Wie sahen die äußeren und inneren Umstände aus, die diesen Fehltritt auslösten? Wie hat es auf denjenigen gewirkt, der Ihre Äußerungen gesehen oder gehört hat? Und welche Wirkung hatte es auf Sie selbst?

Kontemplieren Sie über diese Erfahrung, und Sie haben eine Lektion gelernt. Wenn wir klar die Ursache und Wirkung unseres Verhaltens erkennen, festigen wir unser Ideal. Aber denken Sie auch an die letzte Situation, die Sie sorgfältig, rücksichtsvoll und erfolgreich mit Takt bewältigt haben. Welche äußeren und inneren Umstände gestatteten es Ihnen, so zu handeln? Welchen Effekt hatte es auf Sie?

Ziehen wir aus dieser Rückbesinnung Kraft, und verfolgen wir stets das Ziel, unsere Fähigkeiten zu erweitern, taktvoll zu sein bei allen Gelegenheiten, seien sie günstig oder ungünstig.

"Mein gewissenhaftes Selbst, sei taktvoll bei jeder Gelegenheit."

Silberne Regel 3

Mein gewissenhaftes Selbst, schätze jeden Menschen richtig ein.

Worin besteht das Risiko, jemanden zu überschätzen und zu viel von ihm zu erwarten? Können Sie sich an eine derartige Erfahrung erinnern, und besonders an die Enttäuschung, die darauf folgte? Solche Fehlurteile werden weder der anderen Person noch uns selbst gerecht. Unser Gefühl, vom andern enttäuscht oder im Stich gelassen zu sein, ist das Ergebnis einer von vornherein falschen Voraussetzung.

Wenn wir eine Person unterschätzen, sehen wir nicht, was vor unseren Augen liegt, schmälern ihren Wert, missachten das Potential, das in ihr angelegt ist, und versäumen dadurch eine günstige Gelegenheit. So etwas geschieht recht häufig, nicht wahr? Wir ordnen eine Person in eine bestimmte Kategorie ein, und dann sehen wir die Person nicht mehr, sondern nur noch die Kategorie. Wir hören nur noch das, was diese Person – unserer eigenen Annahme zufolge – sagen würde, wenn wir ihr überhaupt zuhören würden.

Vielleicht ist es nicht immer möglich, einen anderen Menschen vollständig zu sehen. Wir sind nicht allwissend. Trotzdem liegt es in unserer Macht, uns den Schlaf aus den Augen zu wischen und die Menschen mit einem ungetrübten Blick zu betrachten. Es geht darum, offen, achtsam und bewusst in jeder mitmenschlichen Beziehung zu sein.

Richtig gesehen und eingeschätzt zu werden ist ein Segen. Wenn jemand uns nicht mit unehrlichem und gefälligem Lob schmeichelt, sondern die tatsächlich gegebenen Qualitäten

unseres inneren Wesens erkennt – Qualitäten, die vielleicht für die blinden Augen der Welt noch nicht sichtbar sind –, dann werden die Qualitäten angeregt, heller hervorzuleuchten. Und wenn wir selbst angemessen gesehen und dadurch gesegnet wurden, ist es nur natürlich, zu versuchen, auch die anderen Menschen angemessen zu sehen.

"Mein gewissenhaftes Selbst, schätze jeden Menschen richtig ein."

Silberne Regel 4

Mein gewissenhaftes Selbst, sei für niemanden mehr, als von dir erwartet wird.

Diese Aussage mag uns verblüffen, weil es uns engherzig vorkommt, nur das zu sein, was von uns erwartet wird. Vielleicht meinen wir, dass wir die Erwartungen anderer übertreffen sollten. Dennoch ist es wichtig, über unsere Motivation nachzudenken. Was treibt unser Bedürfnis an, mehr zu sein als das, was man von uns erwartet? Wir halten unsere Absichten für gut – aber entsprechen sie dem, was wirklich gewünscht, was wirklich gebraucht wird? Hat unsere großzügige Geste tatsächlich mit der anderen Person zu tun, oder hat sie mehr mit dem Bild zu tun, das wir von uns selbst entwerfen wollen? Es gibt so viele Projekte und Initiativen, die sich mit der Rettung der Welt oder der Rettung von Seelen befassen, und doch achten etliche ihrer Mitarbeiter nur wenig darauf, was die Menschen, die sie angeblich retten wollen, wirklich wünschen und brauchen. Das ist Anmaßung, wenn auch mit guter Absicht. Diese Regel mahnt uns, innezuhalten und uns zu bemühen herauszufinden, was der andere möchte, und ihm nur dann zu helfen, wenn wir ihm die richtige Hilfe anbieten können.

Rufen Sie sich eine Situation ins Gedächtnis, in der Sie sich von jemandem unter Druck gesetzt und gedrängt fühlten, der vielleicht in der Tiefe seines Herzens ganz ehrlich die Absicht hatte, Ihnen zu helfen, aber nicht wusste wie – und am Ende mehr Schaden als Gutes anrichtete.

Dann tauschen Sie die Rollen und versetzen sich in die Lage eines Menschen in Ihrem Leben, der nicht aufnahmebereit ist für das, was Sie ihm anbieten. Erwägen Sie, eine veränderte Haltung ihm gegenüber einzunehmen, eine Haltung, in der Sie Ihr Mitgefühl nicht zurückziehen, sondern sich auf andere Weise um ihn kümmern. Das heißt, dass Sie einen Anstrich von Unabhängigkeit und Geduld in Ihre Haltung und in Ihr Verhalten bringen – eine Bereitschaft zu dienen, wenn die Situation es verlangt, jedoch ohne zwanghaftes Bedürfnis, um jeden Preis etwas zu tun.

"Mein gewissenhaftes Selbst, sei für niemanden mehr, als von dir erwartet wird."

Silberne Regel 5

Mein gewissenhaftes Selbst, achte die Gefühle einer jeden Seele.

Das klingt wie eine große Herausforderung! Würde es uns nicht völlig lahmlegen? Es ist schon schwer genug, die Last unserer eigenen Hoffnungen und Ängste zu tragen. Da könnte es sein, dass unsere Fähigkeiten nicht ausreichen für die Anstrengung, auch noch den Gefühlen anderer in uns einen Platz einzuräumen. Und weil wir diese Sorge hegen, weil wir fürchten, überfrachtet zu werden, halten wir uns zurück und unterlassen es, unser Mitgefühl vorbehaltlos auf andere auszuweiten.

Liest man diese Regel jedoch genau, dann erkennt man, dass es nicht heißt: Unterwirf dich den Gefühlen einer jeden Seele. Die Regel verlangt nicht von uns, unsere Ansichten zu ändern oder uns den Wünschen irgendeines Menschen zu fügen. Sie fordert uns nur auf, zuzuhören, mitzufühlen und zu versuchen, den anderen zu verstehen – für einen Augenblick in die Schuhe einer anderen Person zu schlüpfen und durch ihre Augen zu schauen. Die Geschichte dieser Person ist auf ihre Weise ebenso überzeugend wie unsere eigene.

Unsere eigene Geschichte, die wir so hoch einschätzen, ist nur eines unter vielen Myriaden von Blickfeldern, die sich alle überlappen, die alle in der göttlichen Sicht enthalten sind. Und doch haben wir eine besondere Verantwortung, uns selbst darzustellen und einzubringen. Wir haben die Pflicht, unsere Aufgabe im Leben zu erfüllen. Wir müssen nicht der Aufgabe eines anderen dienen. Wenn wir die anderen einfach nur anerkennen, dann schlägt unsere Einsatzbereitschaft einen harmonischen Ton an.

Wir können folgende Kontemplation durchführen: Nehmen Sie sich für eine Woche oder einen Monat vor, jeden Tag eine Person, ein Tier, eine Pflanze oder ein anderes Wesen auszuwählen und sich immer wieder mit ihm oder ihr zu identifizieren. Das erweitert unsere Fähigkeit, mit anderen mitzufühlen und sie zu verstehen.

"Mein gewissenhaftes Selbst, achte die Gefühle einer jeden Seele."

Silberne Regel 6

Mein gewissenhaftes Selbst, fordere niemanden heraus, der dir nicht ebenbürtig ist.

Wenn sich in unserem Ego innere Erregung und Unruhe aufbaut, dann suchen wir nach einem Ventil, um die Energie abzulassen, und es ist nur allzu üblich, dass diese überschüssige Energie in aggressive und erniedrigende Worte und Handlungen einfließt, die zwangsläufig gegen diejenigen gerichtet sind, die weniger Macht haben.

Es mag eine mutige Tat sein, einer Person die Stirn zu bieten, die mächtiger ist als man selbst und die diese Macht missbraucht, aber es kann niemals mutig sein, eine Tirade auf jemanden loszulassen, der weniger stark ist.

Wenn sich in uns eine innere Unruhe ausbreitet, so wirkt diese Regel als Kontrolle gegen die Versuchung, gedankenlos um sich zu schlagen. Sie fordert uns heraus, innezuhalten, zu atmen, über die Ursache unseres inneren Aufruhrs zu reflektieren und dann bedachtsam und zielorientiert zu handeln.

"Mein gewissenhaftes Selbst, fordere niemanden heraus, der dir nicht ebenbürtig ist."

Silberne Regel 7

Mein gewissenhaftes Selbst, trage deine Großmut nicht zur Schau.

Einer der wesentlichen Grundsätze des Sufismus ist die Erkenntnis, dass nichts wirklich zufällig, willkürlich und bedeutungslos ist. Im Gegenteil, alles – all unsere Handlungen, Worte und Gedanken – entspringen der göttlichen Quelle. Und doch werden im Prozess der Manifestation die göttlichen Ströme, die durch unsere Persönlichkeit fließen, verzerrt und verengt, so dass in einigen Fällen der ursprüngliche Impuls scheinbar verlorengegangen ist. Aber es ist tröstlich und ermutigend zu wissen, dass sogar in den schlimmsten Gewohnheiten und Begehrlichkeiten unseres Gemüts ganz in der Tiefe eine reine und gute Absicht vergraben ist.

Betrachten wir die Großmut. Wir sind von Natur aus großzügig, weil wir dem Göttlichen angehören und das göttliche Licht wesensmäßig freigebig und wohlwollend ist. Es ist die Quelle, aus der alles entsprungen ist. Aber in uns hat es sich oft mit anderen Bestrebungen vermischt, die mit unserer Sorge zu tun haben, wie wir in der Welt gesehen werden. Wir möchten in den Augen von jedermann ein gutes Bild abgeben und es stets verbessern. Das heißt, dass wir beträchtlich viel Energie darauf verwenden, über die Meinungen, die andere Leute von uns haben, zu spekulieren und zu versuchen, ihre Wahrnehmungen zu optimieren. Und dieser Gedankengang vermischt sich mit unserer einfachen, reinen, im Göttlichen verwurzelten Großherzigkeit – mit dem Ergebnis, dass die Ehrlichkeit unserer ursprünglichen Großmut beeinträchtigt wird.

Um die ursprüngliche Reinheit unserer großzügigen Natur zurückzugewinnen, ist es erforderlich, dass wir uns weniger Sorgen darüber machen, was andere Menschen von uns denken. Das kann man schaffen, wenn man immer mehr "allein für Gott lebt". Gott betrachtet uns in den inneren Tiefen unseres eigenen Wesens. Erkennen Sie, dass es in der Welt viele Blickwinkel gibt – dass wir und jede andere Person von verschiedenen Perspektiven aus gesehen werden –, und lassen Sie es damit gut sein. Niemand auf der Welt sieht Sie als Ganzes. Aber es gibt einen Blick, der aus der Ewigkeit strahlt und alles wahrnimmt.

Wir haben ein wunderbares Beispiel für diese Art von Großzügigkeit in unserem Leben, nämlich das Beispiel unserer Erde und ihrer göttlichen Quelle. Wie reichlich nährt, erhält und versorgt sie uns ständig in unermüdlicher Freigebigkeit. Sie gibt, ohne dabei ihr Geltungsbedürfnis zu befriedigen oder uns Auflagen zu machen. Die göttliche Geberin bleibt so sehr im Verborgenen, dass es in unserer Welt normal geworden ist, ihre Existenz anzuzweifeln. So gründlich hat sich die Gebende im Geschenk verborgen! Das ist eine Stufe von Großmut, die wir anstreben müssen.

Murshid verwendet den Ausdruck "stilles Arbeiten". Leiste einen einfachen, stillen Dienst, ohne großes Aufsehen davon zu machen. Wenn Murshid darüber spricht, was es bedeutet, die göttliche Botschaft zu verbreiten, benutzt er ein ungewöhnliches Bild: Man muss sich wie eine Person verhalten, die Vögel füttern will, die scheu sind und es nicht wagen, nahe zu kommen. Man muss sich verstecken und aus dem Versteck die Brotkrumen werfen. Das ist das Gegenteil davon, seine Großmut zur Schau zu stellen.

"Mein gewissenhaftes Selbst, trage deine Großmut nicht zur Schau."

Silberne Regel 8

Mein gewissenhaftes Selbst, bitte nicht diejenigen um eine Gunst, die sie dir nicht gewähren werden.

Halten wir einen Augenblick inne und erinnern uns an eine Situation, in der wir jemanden inständig um etwas gebeten haben und abgewiesen wurden. Und dann rufen Sie eine Erinnerung wach, als etwas inständig von Ihnen erbeten wurde und Sie diesem Ersuchen aus bestimmten Gründen nicht nachkommen konnten, und erinnern Sie sich an die Wirkung ihrer negativen Antwort auf die andere Person.

Diese Regel hat mit Beziehungen zu tun. Sie fordert uns auf, unsere volle Achtsamkeit auf unsere Beziehungen zu richten, anstatt uns so sehr in Selbstbezogenheit zu verlieren, dass wir kein Verständnis für die Gedanken, Gefühle und Neigungen der Menschen um uns herum aufbringen. Wenn wir in dieser Haltung sind, werden wir uns immer wieder von den Reaktionen anderer überrascht und überrumpelt fühlen. Die anderen erfüllen nicht unsere Erwartungen; wir sind stets von neuem enttäuscht, so dass die Anhäufung unserer Enttäuschungen zu Depression und Hoffnungslosigkeit führt – und das alles, weil wir ganz zu Anfang unrealistisch in unserer Einschätzung waren.

Wir müssen lernen, unsere Erwartungen zu mäßigen und sie in Einklang zu bringen mit einer vernünftigen Wahrnehmung und Erkenntnis der Menschen in unserer Umgebung, ihrer Art zu denken und sich zu verhalten, ihrer Motivation, anstatt so vollständig gefangen zu sein in unseren eigenen Bedürfnissen, Wünschen und Ambitionen, dass wir nichts anderes mehr sehen. Je besser

wir die Perspektiven anderer Menschen verstehen können, desto mehr sind wir gefeit gegen Enttäuschungen und desto eher können wir Toleranz üben. Dann stürzen wir uns nicht mehr kopfüber in Beziehungen, sondern nehmen Kontakt mit anderen auf im Geist wechselseitiger Abhängigkeit, Verbundenheit und Gegenseitigkeit. Wir mögen es ja selber nicht, in Verlegenheit gebracht und Ansprüchen ausgesetzt zu werden; deshalb sollten wir, wenn wir eine Bitte aussprechen, die Situation des anderen genau einschätzen. Wir müssen uns fragen: Welche Faktoren könnten unter Umständen die Bereitschaft dieser Person einschränken, unserem Ersuchen stattzugeben? Das bedeutet nicht, dass wir total pessimistisch werden müssen; es mag gute Gründe geben, Hoffnung zu haben, aber lassen Sie uns realistisch sein. Immer wenn wir enttäuscht sind, liegt es an einem Mangel an Realismus.

"Mein gewissenhaftes Selbst, bitte nicht diejenigen um eine Gunst, die sie dir nicht gewähren werden."

Silberne Regel 9

Mein gewissenhaftes Selbst, tritt deinen Schwächen mit dem Schwert der Selbstachtung entgegen.

Schwächen: Wir alle haben sie. Wir sind menschlich. Wir sind vergänglich und unvollkommen. Und Unvollkommenheit kann unangenehm sein. Deshalb strengen wir uns sehr an, das Bewusstsein unserer Schwächen zu unterdrücken. Wir versuchen, ein Bild der Vollkommenheit und Unfehlbarkeit abzugeben und die Realität unserer Zerbrechlichkeit und Gebrochenheit ganz weit wegzuschieben. Aber wir können der Unvollkommenheit natürlich nicht entfliehen, und die Täuschung erweist sich als weitaus gefährlicher als die ursprüngliche Begrenztheit.

Eine andere Reaktion besteht darin, unseren Schwächen nachzugeben, sich in ihnen zu suhlen, einzugestehen, dass das eigene Selbst hoffnungslos minderwertig und unwürdig ist. Das ist ebenso gefährlich und kräftezehrend wie die zuerst beschriebene Reaktion.

Es gibt aber noch einen dritten Weg, und auf diesen weist Murshid uns hin. Der dritte Weg sieht so aus, dass wir unseren Unzulänglichkeiten mit Klarheit, Verständnis, Mitgefühl, Hoffnung und Vertrauen begegnen. Ihn zu gehen heißt, zu sehen, dass wir als unvollkommene Wesen geschaffen wurden, dass aber genau diese Unvollkommenheit bedeutet, dass es in uns Raum für Wachstum, Veränderung und Bewegung gibt – Raum für Transformation. Vollkommenheit ist kein weit entferntes, eisiges Ideal. Vollkommenheit ist der Prozess, der uns zu größerer Tiefe und Fülle führt, ein Prozess, der sich schrittweise vollzieht. Und jeder Schritt nach vorne ist ein leuchtender Akt.

Ein großer Sufi sagte einmal, der Moment der Zeit sei ein scharfes Schwert, das die Schuld und Reue der Vergangenheit und die Gier der Zukunft wegschneidet. Das heißt, voll gegenwärtig im

Augenblick zu leben. Ein Schwert durchsticht die Oberfläche und macht einen Schnitt in die Tiefe. Ein Schwert ist gerade, wie die Geradheit des Rückgrats, und das fördert die Klarheit. Ein Schwert besteht aus poliertem Stahl, glänzend und hell. So müssen wir uns fragen: Können wir unseren Begrenzungen mit absolut scharfem Blick sowie mit Mitgefühl und Hoffnung begegnen?

Nehmen Sie sich einen Augenblick Zeit und denken Sie, wenn Sie mögen, an eine Schwäche, die Sie in Ihrem Leben wahrnehmen, einen Aspekt in Ihrem Leben, der nicht mit dem perfekten Bild von der Person übereinstimmt, die Sie Ihrem Empfinden nach sein sollten. Das Wort "sollte" wirft eine Frage auf: Worauf beruht der innere Zwang, der Sie dazu veranlasst, anders sein zu wollen, als Sie sind? Ist es ein ungesundes Motiv? Kommt es von außerhalb Ihres Selbst? Ist es ein Gefühl von Schuld oder Scham? Oder vernehmen Sie ganz im Gegenteil darin den Ruf des Schicksals: einen Antrieb, der aus der Fülle Ihres ganzen Wesens entspringt, eine Inspiration, die aus der Vision von Fähigkeiten hervorgeht, die bislang noch latent sind, sich aber schon in Ihrem Innern regen und nach vollrem Ausdruck suchen? In diesem Fall betrachten Sie Ihre Schwächen, Ihre Unvollkommenheiten im Licht dieser latenten Kraft, Schönheit und Anmut. Betrachten Sie den Zustand eines Kleinkindes oder eines Eis oder eines Setzlings im Vergleich zum voll ausgewachsenen, voll verwirklichten Erwachsenen dieser Spezies; möglicherweise ist unsere Unvollkommenheit ganz ähnlich, und in all der Unbeholfenheit und vielleicht sogar Verzerrung liegt schon die Verheißung dessen, was in Erscheinung treten will. Man sieht sich selbst mit dem göttlichen Blick, dem Blick des Wohlwollens.

"Mein gewissenhaftes Selbst, tritt deinen Schwächen mit dem Schwert der Selbstachtung entgegen."

Silberne Regel 10

Mein gewissenhaftes Selbst, lass nicht zu, dass deine Seele sich im Missgeschick gedemütigt fühlt.

Das Rad des Glücks dreht sich beständig, und die Glücksfälle kommen und gehen. Man erwirbt Reichtum und verliert ihn. Man erlangt Ruhm und verliert ihn. Man gewinnt Macht und verliert sie wieder. Wenn wir unsere Seele mit dem Schein äußerer Umstände schmücken, dann erleben wir, wie mit jeder Veränderung der Umstände unsere Seele aufsteigt oder fällt: Haben wir Erfolg, sind wir begeistert, verlässt uns das Glück, dann sind wir niedergeschlagen und verzweifelt. Wir sind abhängig von den Umständen; wir sind Opfer des Schicksals. Wenn aber der Sinn, das Ziel und die Erfüllung der Seele in unserem Innern liegen, werden die äußeren Umstände nebensächlich. Ob wir uns gerade an Reichtum und Macht erfreuen oder verarmt und machtlos sind, die Seele bleibt mit der göttlichen Quelle verbunden und es geht ihr gut. Sie ist nicht von irgendwelchen äußeren Dingen oder Zuständen abhängig. Was immer über uns gedacht und gesagt wird, ist letztlich unwichtig, denn die Seele badet im Glanz des Ewigen Lichts. Dann müssen wir

keine Furcht mehr vor der Welt und ihren Wechselfällen haben, weil wir in der Welt, aber nicht von der Welt sind. Aus genau diesem Grund begrüßen die Derwische – die staubige, zerrissene Kleider tragen und nichts besitzen – einander mit "o König aller Könige, o Herrscher aller Herrscher", wenn sie sich treffen. In den Augen der Welt erscheint das lächerlich, aber sie kennen das Geheimnis wahrer Majestät von Königen und Königinnen: die Freiheit der Seele.

"Mein gewissenhaftes Selbst, lass nicht zu, dass deine Seele sich im Missgeschick gedemütigt fühlt."