

Desiderata

"Die Lebensregeln der St. Pauls Kirche in Baltimore, 1692"

Gehe behutsam Deinen Weg
inmitten des Lärms und der Hast dieser Welt
und vergiss nie, welcher Friede im Schweigen liegt.
Lebe, soweit als möglich und ohne Dich selbst aufzugeben,
in guten Beziehungen zu anderen Menschen.
Verkünde Deine Wahrheit ruhig und klar.
Höre auch anderen zu, sogar den Törichten und Unwissenden:
auch sie haben ihre Geschichte.
Vermeide laute und aggressive Menschen,
sie bringen nur geistigen Verdross.
Es ist möglich, dass Du entweder stolz oder verbittert wirst,
wenn Du Dich mit anderen vergleichst;
denn immer wird es bedeutendere und
unbedeutendere Menschen geben als Dich selbst.

Freue Dich des Erreichten genauso wie Deiner Pläne,
doch sei auf jeden Fall demütig.
Übe Vorsicht in Deinen Geschäften,
denn die Welt ist voller Betrügereien.
Verschließe Dich jedoch nicht dem Wert der Tugenden;
viele Menschen streben nach hohen Idealen,
und das Leben ist voll von stillem Heldentum.
Sei Du selbst. Heuchle vor allem keine Zuneigung
und spote nicht über die Liebe.

Trage freundlich die Bürde der Jahre
und gib mit Unmut alles auf, was der Jugend zusteht.
Nähre die Kraft Deines Geistes,
um plötzlichem Unglück gegenüber gewachsen zu sein.
Viele Ängste entstehen aus Müdigkeit und Einsamkeit.
Neben einer heilsamen Disziplin
sei freundlich zu Dir selbst.
Du bist ein Kind des Universums,
nicht weniger als die Bäume und Sterne.
Du hast ein Recht darauf, hier zu sein.
Und die Kraft des Universums wird sich so entfalten,
wie es sein muss, ob Dir das bewusst ist oder nicht.
Deshalb lebe in Frieden mit Gott,
was immer Du Dir unter ihm vorstellst.

Und was immer Deine eigenen Bemühungen
und Absichten auch sein mögen:
Halte Frieden mit Deiner Seele in diesem
lärmigen Durcheinander des Lebens.
Mit all ihrem Schein, ihren Kummernissen
und zerbrochenen Träumen
ist diese Welt dennoch wunderbar.
Sei vorsichtig. Strebe danach, glücklich zu sein.

[von Max Ehrmann, 1927]