

## Erzengel Gabriel – 27.November 2014 – über die Sanftmut –

Ihr Lieben, lasst uns über die Qualität der Liebe sprechen, die man *Sanftmut* nennt. Diese Qualität wird bei einem Menschen sichtbar, der bescheiden und behutsam ist, jemand, der von Natur aus freundlich, friedfertig und bereit ist, das zu tun, was gut und richtig ist. Solche Menschen drücken wahre Menschlichkeit aus, indem sie sich nicht als 'zu gut oder zu wichtig' fühlen, einfache Aufgaben zu übernehmen. Sie ertragen alles geduldig und ohne Groll, selbst, wenn sie von anderen verletzt werden, und behalten dabei ihre eigenen Gefühle unter Kontrolle. Sie tun die Dinge in Bescheidenheit, die ihrer inneren Weisheit entspringt. Sie haben die noble Eigenschaft, den Wünschen anderer Vorrang vor ihren berechtigten Ansprüchen zu lassen. Wie ein sanftmütiger Riese opfern sie ihr eigenes Recht um des Friedens und der Liebe willen, aus Großmut und Sympathie für den anderen. In allen Situationen zeigen sie ihre Beherrschung zusammen mit Stärke und Mut. Ein sanftmütiger Mensch will niemanden verärgern und niemanden verletzt sehen. Er handelt gewaltlos und weiß, dass es friedliche Wege gibt, sich durchzusetzen und für das einzutreten, was richtig ist, – Wege die niemanden manipulieren und die andere führen und inspirieren.

Der sanftmütige Mensch zeigt wahre Stärke, indem er besonnen bleibt und sein menschliches Ego nicht über das stellt, was richtig ist. Er *denkt* zuerst und handelt *dann* in der Weise, wie er dem anderen die Logik der Gewaltlosigkeit am besten verständlich machen kann. Sanftmut mag einen einige Kämpfe verlieren lassen, doch letztlich zum großen Sieg führen. Eine friedliche Reaktion lässt weniger Feindseligkeit zurück und mehr Freunde gewinnen. Jemand, der freundlich und wohlwollend ist, wird andere immer mit Sanftmut behandeln. Diese Haltung kann das Leben einfacher machen und in die Gemeinschaft Frieden bringen, indem es weniger Reibungspunkte gibt. Sanftmut ist Ausdruck von Selbstkontrolle, die in der Ruhe des Geistes und dem unerschütterlichen Vertrauen in Gott und dem Guten in den anderen wurzelt. Viele Menschen denken, dass Sanftmut einer Schwäche sei, dass sie Furchtsamkeit oder Passivität entspringt, doch ist sie tatsächlich kontrollierte Stärke. Diese Qualität der Liebe lässt den Menschen sich selbst überwinden. Ein sanftmütiges Wesen lässt das feinstoffliche Sein durch seine körperliche Form hindurchfließen, und damit wird sie liebevoll, glücklich, friedlich, geduldig, freundlich, gut, voller Glauben und Selbstkontrolle. Sanftmut ist die Qualität, die einen Menschen nicht auf Selbst-Rechtfertigung bestehen lässt, andere nicht immer korrigieren muss und nicht Gleiches mit Gleichem vergelten will, keinen Schlagabtausch braucht und weder Gewalt noch Einschüchterung benutzt.

Sanftmut basiert auf Freundlichkeit. Die tägliche Übung in den Qualitäten und Tugenden des Mitgefühls, der Großzügigkeit, Barmherzigkeit, Dankbarkeit, Bescheidenheit und Toleranz bereiten den Menschen für die

Qualität der Sanftmut vor. Nur ein starker Mensch kann sanftmütig sein, denn Sanftmut ist durch Liebe beherrschte Stärke. Wenn man nur an sich selbst denkt und niemals an andere, dann passiert es leicht, dass man andere unabsichtlich verletzt. So ist es nur dann möglich, sanftmütig zu sein, wenn man bereits gelernt hat, behutsam, freundlich und mitfühlend mit sich selbst umzugehen. Wenn jemand mit größter Sanftmut seine Worte und Handlungen wählt, egal, wie bedeutungsvoll sie sein mögen, dann wird dieser überlegte Ansatz zu einem Beispiel für andere. Die zur Sanftmut motivierende Kraft ist stets die Liebe – Liebe für die anderen, für die man sich zurücknimmt. Um sich sanftmütig zu verhalten, muss man auf seine eigenen Werte, seine Stärke und Behutsamkeit zentriert sein. Sorgen, Furcht oder plötzliche Wutausbrüche gehören dann der Vergangenheit an. Man schläft in Frieden, denn das Gewissen ist völlig rein. Der Ton der Stimme wird sanft und man lächelt mehr und übt weniger Kritik. Stattdessen spricht man anderen Mut zu. Lernen und Leben wird zu einer freudvollen Erfahrung, da die Sanftmut eines jeden zur Tagesordnung wird. Kommt man einmal auf den Geschmack der Auswirkungen der Sanftmut in sich und anderen, dann wird man nie mehr zu den alten Umgangsformen zurückkehren.

In allen Situationen ist es das Beste, freundlich und liebevoll zu sein und Sanftmut in der Stimme zu haben. Diese Sanftmut ist die Reflektion tiefgreifender Liebe. Diese Liebe ist so subtil, dass die Gegenwart einer solch sanftmütigen Person ein schmerzendes Herz heilen kann. Ihre weisen Worte können einen rastlosen Geist beruhigen. Sie spricht mit sanfter Stimme in einfachen Worten tiefgründige Wahrheiten aus, und die aus ihrem Herzen entspringende Botschaft der Liebe berührt das Herz der anderen. Es ist gut, sich zunächst dem Inneren zuzuwenden und sich dann nach außen zu richten, im Fluss des Lebens zu sein, anstelle ihm zu widerstreben und ihn aufhalten zu wollen. Man darf ganz frei das Hier und Jetzt in seiner Ganzheit leben, jeden Aspekt darin, seine spielerischen, freudvollen Momente und auch die ungemütlichen und herausfordernden. Man erkennt einfach das an, was man erreicht hat und erfreut sich der kleineren Erfolge, feiert sie und belohnt sich ein wenig in diesem Moment und überfliegt sie nicht, um den kleinen Sieg erst nachzufeiern. Damit verlangsamt man sein Leben, indem man die Aufgaben einfacher macht, einzeln angeht und sich weniger vornimmt, und ist damit sanftmütig gegenüber sich selbst. Auch auf den eigenen Körper zu hören, seine Führung, sich gesund und besonnen zu ernähren bedeutet, sanftmütig mit sich selbst umzugehen. Sich dazu zu entscheiden, die im Geist immer wieder hochkommenden Geschichten der Vergangenheit endlich ruhen und los zu lassen, ist ebenfalls ein wichtiger Weg, sich selbst mit Sanftmut zu behandeln.

Indem man auf sanfte Weise nein zu den Versprechungen sagt, die nicht mehr den neuen Werten dienlich sind, erlernt man das Unterscheidungsvermögen und wird frei in seinen Entscheidungen. Man muss das Alte loswerden, um sich auf das Neue einzulassen, indem man

sich jeden Tag die Zeit nimmt, sich zu entspannen und einfach nur zu *sein*. Man kann damit vermeiden, sich in den eigenen Aktivitäten zu entkräften – und damit sein Wohlbefinden fördern. Indem man seiner Intuition und der sanften inneren Stimme folgt, vermeidet man das überzogene erschöpfende Analysieren einer Lebenssituation. Sanftmütig mit sich selbst zu sein, selbst wenn man nicht alle Antworten weiß, ist völlig in Ordnung. Indem man dieser Richtschnur folgt, verändert sich die persönliche Welt in eine freundlichere, bedeutungsvollere Welt der Fülle und des Mitgefühls. Wenn sich jeder die Zeit nimmt, sich wieder mit seinem authentischen Selbst, mit der eigenen, innewohnenden Göttlichkeit zu verbinden, dann wird er sanftmütig mit sich selbst und kann all seine kleinen Fehler annehmen. Und wenn man die Furcht durch Vertrauen ersetzt und lernt, die Dinge, die man nicht kontrollieren kann, einfach loszulassen, dann hat man gelernt, sanftmütig mit sich selbst zu sein.

Möge ein jeder von euch Sanftmut mit sich selbst und mit den Menschen in eurer Nähe praktizieren. Macht es gut, wenn ihr sanftmütig durch eure Welt geht.

ICH BIN Erzengel Gabriel

©2014 Marlene Swetlishoff/Tsu-tana (Soo-tam-ah) Hüterin der Symphonien der Gnade  
*Es ist erlaubt, diese Botschaft zu verbreiten, solange sie vollständig und völlig unverändert wiedergegeben wird, und der Name des Autors, sein Copyright und seine Website mit angeführt werden: [www.therainbowscribe.com](http://www.therainbowscribe.com)  
[www.movingintoluminosity.com](http://www.movingintoluminosity.com)*

**ANMERKUNG FÜR ALLE LESER IN DER REGION EDMONTON, ALBERTA - CANADA. SIE SIND HIERMIT HERZLICH EINGELADEN, AN DER WÖCHENTLICHEN GESPRÄCHSGRUPPE ÜBER DIE BOTSCHAFTEN VON ERZENDEL GABRIEL TEILZUNEHMEN. WEITERE INFORMATIONEN ERHALTEN SIE ÜBER FOLGENDEN LINK:**  
[http://www.meetup.com/Polishing\\_the\\_Diamond/](http://www.meetup.com/Polishing_the_Diamond/)

*Danke dafür, dass Sie die oben angegebenen Website-links mit anführen, wenn Sie diese Botschaft posten*

Übersetzung: Stephan Kaula