Der Schwarze und der Weiße Wolf

Eine Gruppe Cherokee-Kinder hat sich um den Großvater versammelt. Sie sind ganz aufgeregt, denn an diesem Tag hatte es einen ziemlich tumultartigen Streit zwischen zwei Erwachsenen gegeben und der Großvater war als Streitschlichter dazu gerufen worden.

Die Kinder sind neugierig, was der Großvater darüber zu erzählen hat. Eins von ihnen fragt: „Großvater, warum streiten Menschen?“

Der Großvater antwortet „Nun, wir haben alle zwei Wölfe in unserer Brust. Und diese zwei Wölfe streiten fortwährend miteinander.“ Die Augen der Kinder werden ganz groß. „Auch in unserer Brust, Großvater?“, „Ja, auch in eurer Brust.“ „Und auch in deiner Brust?“ Er nickt, „ja, auch in meiner Brust.“ Jetzt hat er ihre volle Aufmerksamkeit.

Der Großvater erzählt weiter. “Es gibt einen weißen und einen schwarzen Wolf. Der schwarze Wolf ist voller Angst, Ärger, Neid, Eifersucht, Selbstmitleid, Lüge, Groll, falscher Stolz, Gier, Arroganz und Hass. Er steht für all das Dunkle in uns. Der weiße Wolf ist voller Frieden, Liebe, Hoffnung, Demut, Mitgefühl, Gerechtigkeit, Güte, Großzügigkeit und Wahrheit. Er steht für all das Lichte in uns. Und die beiden Wölfe kämpfen ständig miteinander.“

“Aber Großvater, welcher Wolf gewinnt?“ fragt eins der Kinder.

Der Alte erwidert: „Der, den du fütterst.“

Vielleicht hast du dieses Ende der Geschichte schon gehört. Aber in der Welt der Cherokee endet die Geschichte so:

“Wenn du sie weise fütterst, dann gewinnen beide. Wisst ihr, wenn ich mich dazu entscheide, nur den weißen Wolf zu füttern, dann wird der schwarze sich hinter jeder Ecke verstecken und darauf warten, bis ich abgelenkt oder schwach bin, und wird dich bei jeder Gelegenheit anspringen, um die Aufmerksamkeit zu bekommen, die er braucht. Je weniger Aufmerksamkeit er bekommt, umso stärker wird er den weißen Wolf bekämpfen. Aber wenn ich ihn anerkenne, dann ist er glücklich, und der weiße Wolf ist glücklich und wir alle gewinnen.

Denn der schwarze Wolf hat auch viele wertvolle Qualitäten. Dazu gehören Beharrlichkeit, Mut, Furchtlosigkeit, Willensstärke und großes strategisches Denken. Aspekte, die du brauchst in Zeiten wo der weiße Wolf nicht weiter weiß, denn er hat auch Schwächen. Aber der weiße Wolf hat Mitgefühl, Sorgfalt und die Fähigkeit zu erkennen, was das beste im Interesse aller ist.

Ihr seht, der weiße Wolf braucht den schwarzen Wolf an seiner Seite. Beide gehören zusammen. Fütterst du nur den einen, verhungert der andere und wird unkontrollierbar. Wenn du beide fütterst und pflegst, werden sie dir gute Dienste leisten und nicht das, das nicht Teil eines Großen Ganzen ist, etwas Gutem, etwas das dem Leben dient. Und wenn es keinen inneren Kampf um deine Aufmerksamkeit gibt, dann kannst du die innere Stimme hören, deren tiefere Weisheit dich in jeder Situation auf einen Weg führt, der dem Leben dient.

Friede ist die Mission im Leben der Cherokee. Ein Mensch, der den weißen und schwarzen Wolf in Frieden in sich hat, der hat alles. Ein Mensch, der in seinen inneren Krieg gezogen wird, der hat nichts. Dein Leben wird davon bestimmt, wie du mit den entgegengesetzten Kräften in dir umgehst. Lass einen von ihnen verhungern – oder führe sie beide und gewinne.“

Über mich

Ich bin Judith Pfeiffer, AufblühCoach und introvertierte Bloggerin aus München.

Die Geschichte von den beiden Wölfen habe ich im Rahmen einer meiner Ausbildungen zur Gewaltfreien Kommunikation kennen und lieben gelernt.

In meinen Coachings ist mir wichtig, alle Teile eines Menschen anzuerkennen und einzubeziehen, um so einen Schritt näher zu innerem Frieden zu kommen. Bei Alltags-Probleme genauso wie bei schwierigen Lebenssituationen.