

Gemeinsam Meditieren

Monat Juli - „Hoffnung“

2. Juli

Die Hoffnung stärken

So wie es keinen Tag ohne Sonnenaufgang gibt, ist die Hoffnung ohne das Vertrauen und die Liebe undenkbar. Sie ist wie ein Lichtstrahl in einem dunklen Tunnel, der einem den Ausgang zeigt. Auch wenn die Hoffnung anfänglich schwach ist, ist sie eine immerwährende Flamme in jedem Herzen, die dem Geist zu großer Kraft und Ruhe verhelfen kann.

Stärken Sie in sich die Hoffnung und lassen Sie sie wachsen, indem Sie den ängstlichen und argwöhnischen Gedanken weniger Kraft und Bedeutung geben. Nutzen Sie den Tag und bauen Sie im Hier und Jetzt das auf, was Sie sich für sich selbst und Ihre Nächsten wünschen. Sorgen Sie im Heute für Frieden. Geben Sie der Vergebung mehr Raum in der Hoffnung, irgendwann die Früchte Ihrer heutigen Bemühungen ernten zu können.

Nicht umsonst sagt man, die Hoffnung stirbt zuletzt. Deswegen lernen Sie, sich durch das Gesunde Denken zu motivieren und dadurch Ihre Hoffnung zu stärken.

9. Juli

Die Kraft der Hoffnung

Lassen Sie die Kraft der Hoffnung auf eine bessere Zukunft für uns Menschen und unsere Erde in sich erstarken. Bedenken Sie, dass die Kraft der Hoffnung nie vergehen kann, wenn Sie sich dafür einsetzen. Üben Sie sich jeden Tag darin, diese lebenswichtige Kraft in sich zu pflegen und zu bewahren.

So wie eine Kerze ihr Feuer an viele Kerzen weitergeben kann, so kann auch die Hoffnung stets wachsen, indem sie nicht nur in einem selbst, sondern auch bei den Mitmenschen gestärkt wird.

Mag sie auch manchmal sehr klein und kaum wahrnehmbar sein, so wird man die Hoffnung stets wie eine kleine Flamme von neuem entfachen können, wenn man ihr durch die Liebe und das Vertrauen an das Gute Nahrung gibt.

16. Juli

Durch Hoffnung einen Ausweg finden

Leben heißt hoffen. Ohne Hoffnung gibt es kein Leben auf diesem Planeten. Stärken Sie diese Einsicht in sich und anderen durch gute Gedanken. Tun Sie dies selbst dann, wenn es Ihnen schlecht geht und Sie glauben, alle Hoffnung verloren zu haben. Selbst wenn einem alles schwarz erscheint, wenn sich das Gefühl ausbreitet, die Situation sei ausweglos, dann denken Sie daran, dass es immer einen Ausweg gibt. Auch wenn Sie ihn noch nicht gefunden haben – es gibt einen Ausweg, suchen Sie hoffnungsvoll weiter.

23. Juli

Hoffnung gedeihen lassen

Senden Sie positive Gedanken an Ihre Mitmenschen sowie an sich selbst und verstärken Sie durch das Gesunde Denken Ihre Hoffnung und Ihr Vertrauen darauf, dass alles möglich ist. Ihre guten und hoffnungsbringenden Gedanken werden durch Ihren Glauben an die nie versiegende Kraft der Liebe an Intensität gewinnen.

Öffnen Sie ebenso Ihr Herz, um alles Gute empfangen zu können und dafür, in allem Negativen auch das Gute erkennen zu dürfen. Nehmen Sie die schönen Dinge des Lebens wahr und erfreuen Sie sich an der Schönheit der Natur. Lassen Sie Ihr Umfeld an Ihrer Freude teilhaben und versprühen Sie die Funken Ihrer Lebensfreude an Ihre Mitmenschen. Sie werden erfahren, dass die geteilte Freude Ihre Kräfte verdoppelt. Damit lassen Sie Ihre Hoffnung gedeihen.