

Gemeinsam Meditieren

Monat August - „Mitgefühl und Güte“

2. August Güte und Geduld

Öffnen Sie Ihr Herz, damit Sie gütiger und geduldiger werden und anderen Menschen ebenso mit Geduld, Güte und Liebe begegnen können. Seien Sie geduldig mit sich selbst, denn nur mit der Zeit kann man gute Ziele erreichen. Die Liebe ist in dem Wissen, dass alles zur rechten Zeit geschieht, stets geduldig und langmütig. Wenn Sie im Vertrauen darauf Ihren Weg stetig weitergehen, dann werden Sie der alltägliche Stress und die Unruhe nicht schwächen. Dank Ihrer inneren Einsicht wird Ihre Geduld wachsen und Ihnen jeden Tag helfen, in Frieden mit sich selbst und Ihrem Umfeld zu bleiben.

9. August Friede durch Mitgefühl und Güte

Mitgefühl und Güte sind wichtige Grundlagen für die Verankerung des Friedens auf Erden.

Wie aber soll Frieden auf Erden entstehen, wenn Mitgefühl und Güte in der eigenen Seele erst sehr zaghaft zu spüren sind? Es liegt an einem selbst, die Seele von den Fesseln zu befreien, die man sich selbst durch Kränkungen und Verletzungen auferlegt hat. Durch die Vergebung öffnen sich Seele und Herz, Mitgefühl und Güte.

Mögen Güte und Mitgefühl in Ihnen wachsen und einen festen Platz in Ihrem Herzen haben, damit der innere Frieden gedeihen kann.

16. August

Lieben Sie das Leben

Das Leben ist ein Geschenk und eine Lernaufgabe. Indem Sie sich jeden Tag für Ihr Leben bedanken, wird es Ihnen leichter fallen, es trotz aller Lasten jeden Tag wie ein Geschenk von neuem entgegenzunehmen. Entdecken Sie das Gute an jedem Tag und tragen Sie dazu bei, dass Ihren Mitmenschen durch Ihr Denken, Reden und Handeln Gutes widerfährt.

Versuchen Sie, in jeder Situation etwas Positives zu sehen und begegnen Sie jedem Menschen mit einem liebevollen Herzen. Wenn Sie sich darin üben, werden sich Ihre Tage nicht so schwer anfühlen und die Gedanken reiner und klarer werden. Die Liebe wird Sie jeden Tag begleiten. Wenn Sie die Liebe täglich säen, wie eine gedeihende Pflanze hegen und pflegen, werden Sie Kummer, Verletzungen und Enttäuschungen viel leichter abgeben können.

23. August

Helfen Sie Ihrem Nächsten in der Not

Jedem Menschen kann ein Missgeschick geschehen und er gerät ohne Absicht in Not. Seien Sie behutsam und voller Mitgefühl zu Ihren Mitmenschen und stehen Sie ihnen bei.

Indem Sie helfen, ohne etwas dafür zu erwarten, wächst die Güte in Ihrem Herzen. Tagtäglich bietet sich die Chance, die Liebe zu leben und so das Gute auf der Welt und unter den Menschen zu mehren. Wenn Sie auf diese Weise die Güte stärken, wächst das Vertrauen an das Gute im Menschen.