

Gemeinsam Meditieren

Monat Oktober - „Die unerschöpfliche Kraft der Liebe“

2. Oktober *Die Liebe stärken*

Stärken Sie die Liebe in sich, in Ihrem Herzen. Ohne sie können weder Geduld noch Verständnis entstehen. Liebe ist die Basis für Herzengüte.

Wenn Sie versuchen, Ihre Mitmenschen und die Motive, die sie zum Handeln veranlassen, zu verstehen, wird es Ihnen leichter fallen zu vergeben und sie um Vergebung zu bitten. Nehmen Sie die Menschen an, wie sie sind, mit all ihren Stärken und Schwächen. Dann können auch Sie irgendwann sagen: „Ich spüre die Liebe zu meinen Mitmenschen“, weil Ärger und Groll keinen Platz in Ihrem Herzen haben. In jedem Menschen lebt das Gute, die Grundlage des Lebens. Wenn eine Seele eingeengt ist von Sorgen und Leid oder von Ängsten getrieben wird, ist der Mensch, in dem sie wohnt, oft ungehalten. Bemühen Sie sich, dies zu erkennen und bewusster wahrzunehmen. Dann wird es Ihnen leichter fallen, die Seele im Menschen zu sehen. Diese strebt unermüdlich nach Frieden und Harmonie für sich, den Geist und den Körper und benötigt vielleicht gerade Ihre Hilfe und Ihre guten Gedanken.

9. Oktober *Die Kraft der Liebe*

Die unerschöpfliche Kraft der Liebe und des Guten sind die Voraussetzung für die Gesundheit an Seele, Geist und Körper. Die Kraft der Liebe verwandelt stets zum Guten. Sie durchdringt alles mit ihrer Wärme und spendet Leben. Dabei ist sie sanftmütig, geduldig und dennoch immer da. Der Mensch strahlt, wenn er die Liebe empfangen und geben darf, sein Herz ist erfüllt von Freude. Auf solch einem fruchtbaren Boden können Friede und Harmonie zu sich selbst und allem Leben wachsen. Möge die Kraft der Liebe in allen Menschen gedeihen, sie erfüllen und im Herzen verbinden.

16. Oktober

Liebe zu den Mitmenschen

Wahre Liebe stellt keine Bedingungen, hat keine Erwartungen und kennt keine Rechte und Pflichten im Umgang mit den Mitmenschen. Sie ist frei, freiwillig und frei zugänglich. Sie engt nicht ein und stiehlt keine Zeit. Sie ist auch nicht opfernd, sondern beschenkt und bereichert das eigene Leben genauso wie das der Mitmenschen. Werden Sie sich dabei Ihrer eigenen Pflicht bewusst, dem Nächsten die Liebe zu geben, weil er das Recht hat, die Liebe von Ihnen zu bekommen.

Diese Art der Liebe ist es, die wir – wenn wir unsere Herzen öffnen – jederzeit empfangen und an unsere Mitmenschen weitergeben können. Dann kann der Frieden zu allen und allem wachsen und das Leben wird glücklicher und harmonischer für alle werden.

23. Oktober

Liebe ohne Erwartungen

Man kann viel Liebe geben, indem man dem anderen ein liebes Wort, eine tröstende Umarmung, Aufmerksamkeit, ein Lächeln, Vertrauen und Hoffnung schenkt. Etwas von Herzen zu geben, erfüllt uns mit Freude. Enttäuschung folgt erst, wenn sich die insgeheim schlummernden Erwartungen an Dank und Anerkennung nicht erfüllen. Lassen Sie nicht zu, dass Sie mangelnde Dankbarkeit verletzt. Lernen Sie, um des Gebens willen zu geben, weil es Ihnen Freude macht und Sie die Freude des anderen wärmt. Genießen Sie den Moment der aufrichtigen Liebe, der sich hinter der Freude verbirgt.

Wenn Sie dies beherzigen, wird die Liebe in Ihnen weiter wachsen.