

Meistern wir unsere Gefühle und Gedanken – meistern wir die Welt und entdecken, dass wir unser Glück selbst in die Hand nehmen können – unabhängig von den Unwägbarkeiten des Lebens – immer Jetzt

In Zeiten von Unerfülltsein und Zorn, Sinnlosigkeit und Hoffnungslosigkeit, Getriebensein und Verwirrung, Angst und Verzweiflung, erscheint uns die Welt im Zerr-Spiegel leidenschaftlicher, unreiner Gedanken und Gefühle.

Ist unser Herz von Vertrauen, Liebe, Freude, stiller Weite und Klarheit erfüllt, erscheint uns die Welt als eine reine, liebenswerte Welt. -

Stilles, weises, gleichmütiges, unmittelbares Gewahrsein im Gefühl, ob angenehm oder unangenehm, ist das Tor, das dich aus jeglichem inneren Leiden bis in deine innerste Reinheit führen kann – immer Jetzt.

Erlebe an diesem Wochenende selbst, dass du es kannst