

weg·zeichen | Mitgefühl



Mitgefühl – bei dir ankommen

Im Alltag verlieren wir uns leicht.
Gedanken werden schnell hart.

Mitgefühl kann dich zurückführen.
Zu dir.
Und zu anderen.

Es ist eine leise, tragende Haltung.

Mitgefühl als Pilger

Beginne zu gehen.

Spüre den Boden unter deinen Füßen.
Jeder Schritt trägt dich.

Nimm die Welt um dich wahr.

Werde dir bewusst: Jeder Mensch geht seinen eigenen Weg.

Atme ein.
Und atme aus in stillem Verstehen.

Wenn dir jemand begegnet,
wünsche ihm innerlich einen guten Weg.

Gehe weiter.
Und erkenne dich selbst als unterwegs.

weg·zeichen | kurz notiert

Wann fällt es dir leicht, andere als „unterwegs“ zu sehen – und wann nicht?

Was verändert sich in dir, wenn du dich selbst bewusst als „auf dem Weg“ wahrnimmst?

