



Aus meiner Quelle

Friedfertigkeit

Bist du bereit zum Frieden?
Oder grollst du und meinst,
man habe dir Unrecht getan?
Kannst du die Dinge ruhen lassen?
Kannst du sie in Frieden ruhen lassen?
Oder rührst du sie immer wieder an?
Kannst du andere in Frieden lassen,
sie in Frieden so sein lassen, wie sie sind,
sie sehen als das, was sie sind,
nicht als das, was sie scheinen?
Kannst du dich selbst in Frieden lassen,
oder erwartest du ständig etwas von dir?
Kannst du dich so sein lassen, wie du bist,
und mit dir selbst in Frieden sein?
Kannst du dich selbst in Ruhe lassen
und dich in Frieden liebevoll betrachten
mit allem, was du bist?
Fange bei dir selbst an,
dich in Frieden zu lassen,
in Frieden zu sein mit dir selbst,
und du wirst bereit sein
für den Frieden mit anderen.
Dann erst
kannst du Friedfertigkeit leben
und beitragen
zum Frieden in der Welt.