

# Verbundenheit | Jetzt

To be in touch -- The present time

## Aufmerksamkeit und Offenheit

### **Leben ist das Wertvollste und Wahrhaftigste**

Sei offen für alle Theorien, Ideologien, Religionen, Gesinnungen...

Sie sind alles nur Mittel zur Lebensführung, aber nicht die absolute Wahrheit-die ist nur das Leben selbst!

### **Wahrheit findet man im Leben -nicht im Wissen**

Sei bereit ein Leben lang zu lernen und die Wirklichkeit in Dir Selbst und der Welt zu erkennen.

### **Aufmerksamkeit und Mitgefühl im Leben**

Verschließe nicht die Augen vor Leid

## Bewusstsein und positive Konzentration

### **Lebe einfach und frei**

Teile Deine Zeit, Energie und materielle Ressourcen mit denen die sie benötigen.

Beschränke Konsum und lade Dir nicht zu viel auf.

### **Schaue andere mit Augen der Geduld und Liebe an**

Löse Dich von Ärger und negativer Energie. Übe Geduld und Verständnis.

### **Lebe im Bewusstsein**

Verliere Dich nicht in Zerstreuung. Lerne zu atmen um Deinen Körper und Geist in Balance zu bringen.

Bleibe konzentriert und verständnisvoll Dir und allen gegenüber.



I  
n  
n  
e  
n  
—

**Gedanken werden Worte- Worte werden Taten-**

**Taten werden Gewohnheiten**

Achte auf den Einfluss negativer Energien durch Worte und Taten.

Löse Konflikte gleich im Ursprung auf.

A  
u  
ß  
e  
n

**Sei wahrhaftig**

Sprich überlegt, verständnisvoll und aufbauend. Worte sind nicht

dazu da sein Ego aufzubauen oder durch Unwissenheit zu

kritisieren.

G  
e  
i  
s  
t

**Löse Dich von Überheblichkeit- Weg als Ziel**

Bleibe auf dem Weg und nimm Verbundenheit und Verknüpfung

wahr.

-

U  
m  
w  
e  
l  
t

**Lebe friedvoll und unterstütze Frieden**

Finde Möglichkeiten und Mittel das Leben zu schützen und Krieg

Zu verhindern.

t

-

**Wertschätzung und Respekt vor der Natur,**

**Material und Ideen**

K  
ö  
r  
p  
e  
r

**Wertschätze das Leben, Dinge und Lebewesen**

Bleibe Standhaft gegenüber Ungerechtigkeit und Unterdrückung.

Bemühe Dich um Bindung mit anderen.

**Erhalte Lebensenergie für Deinen Weg- gehe ihn mit Weitsicht**

Achte auf Deinen Körper: Handle ihn gut- nicht nur als

Instrument.

Verausgabe Dich nicht in sinnlosem Tun.

Beachte alle Folgen Deines Tuns.