

An was von diesem heutigen Abend möchtest du dich morgen erinnern und in die Tat umsetzen?

- Wie wichtig es ist, im richtigen Moment das zu tun, was getan werden muss.
- Ich möchte mich erinnern, mir über die Absicht Gedanken zu machen!
- Weiter rechte Rede üben
- Mehr innezuhalten am Tag, um mir meiner Absicht für das nächste Tun bewusst zu werden
- An die Präsenz und die Absicht - das Tun ergibt sich dann schon
- Replying to "wie wichtig es ist, im richtigen Moment das zu tun...":
Ich danke dir.
- Ich möchte noch mehr meine Absichten ergründen.
- Heilsame Absicht = nicht schaden.....begonnen in den kleinen Alltagsdingen
- Öfter innehalten vor den Handeln u. nach den Handeln, um herauszufinden, was meine Motivation des Handelns ist
- Ist mein Vorhaben wirklich gut
- Die kleinste Handlung kann mich in Bewegung bringen und aus der Starre führen
- leichtfüßiger werden
- Zu hinterfragen aus welcher Motivation heraus handele ich
- Langsamer werden,
- Ich möchte wieder zu den ganz kleinen Momenten
- Wenn mir selbst meine Absicht klar ist und sie heilsam ist, kann ich loslassen, denn das ist mein bestmögliches Tun
- Das Mitgefühl, die Verbundenheit mit allem als Grundlage meines Handelns
- Nochmal häufiger daran denken, was ist meine Absicht meines Tun oder auch Lassens

- Die Absichten bewusst machen und Freundlichkeit in die Welt bringen, Tag für Tag, Schritt für Schritt
- Ich möchte mich erinnern, mir mehr meiner Absichten bewusst zu sein.
- Meine Motivation kennen. Handeln im klaren Sehen. Leid lindern. Handeln in Freiheit.
- Absichten bewusst machen und noch mehr steuern
- Immer wieder: was passiert gerade in meinem Körper, welche Geschichte erzähle ich und stimmt die (gerade, im Moment)
- Einen sehr achtsamen Blick auf meine Absichten halten
- Heilsames handeln ist möglich
- Kleine Schritte, innehalten, merken und präsent sein
- Die eigene Absicht zu erkennen und sich bewusst zu machen zu welcher Haltung sie führt.
- Ich möchte morgen die Aufmerksamkeit auf meine Absichten legen.
- Handeln in Freiheit, Einsicht und Liebe
- Ich will mich immer wieder fragen, ob ich mir bewusst bin, was ich tue & wozu
- Ich möchte mich daran erinnern, dass es ein großes Geschenk ist, mit mir im Einklang zu leben.
- Noch mehr präsent haben das ich täglich mit meinem Handeln eine Spur hinterlasse das mein Tun Auswirkungen hat.
- Beim Handeln immer wieder innehalten und mit Leichtigkeit reflektieren
- Heilsames Handeln
- Ich möchte mich an das grundsätzliche Wohlwollen erinnern und es auch merken, wenn ich es erinnert habe

- Verantwortung übernehmen; jeden kleinen Schritt wertschätzen; liebevoll mit mir, im Ringen mit Altem
- Ich möchte mir häufiger meine Absicht bewusst machen, also bewusster handeln.
- Das ich das Erbe meines Handelns bin und auch andere das Erbe Ihres Handelns sind - sprich Verantwortung für mein Handeln meine Absicht übernehmen
- ich möchte mich daran erinnern, dass auch im rechten Tun Leichtigkeit das Ziel sein darf. nicht Perfektion.
- Ich möchte mich viel bewusster als ich es bisher getan habe, der Konsequenzen meines Handelns bewusst werden, nicht nur vor dem Handeln, sondern auch nachspüren nach dem Handeln: was hat mein Handeln mit mir und mit dem, der anderen gemacht.
- Ich möchte weiter Sati festigen und versuchen, heilsam in die Welt zu wirken. Metta unterstützt mich.
- Morgen einfach mal aktiv den Kontakt zu einem - vielleicht mir gar nicht bekannten - Menschen aufnehmen
- Ich wünsche mir, dass mein Reden und Handeln sich auf innere Weisheit begründet und nicht auf alten ungute Verhaltensmuster
- Vertrauen auf meine innere Haltung und weises Handeln in allen Lebenslagen
- Wie der Kassiererin zulächeln zurückkehren
- Kleine Schritte in die richtige Richtung sind leichter zu gehen.
- Ich möchte gerne möglichst heilsame Gedanken und heilsames Handeln praktizieren. In Wertschätzung aller Lebewesen.
- "Einfach mehr fühlen und wahrnehmen, bevor ich handle".
- Ich möchte im Handeln und Reden mir mehr Zeit nehmen und mehr Achtsamkeit und Weisheit einfließen lassen
- Das Erhellendste ist für mich immer noch und wieder mich nach meiner Absicht zu fragen.
- Politiker*innen ansprechen!

- Hab gerade mit einer Teilnehmerin gesprochen, die von einer Kränkung berichtet hat und wie sie sich schlecht darüber fühlt. Für mich war das ein ganz wichtiger Spiegel, weil ich mich selbst darin gesehen habe. Daran möchte ich mich in ähnlichen zukünftigen Situationen erinnern. Danke an die Teilnehmerin!
- Und in Wertschätzung meiner selbst...
- Und wie gut es tut, in der Rückerinnerung eigene Reiz-Reaktionsmuster zu erkennen, als Lernprozess und das Ganze mit Selbstmitgefühl zu halten.
- An den ersten „kleinen Schritt“ denken und ihn auch TUN !!!!(Und nicht an den „großen Wurf“ denken und ihn NICHT TUN).
- Danke!
- Viel Herzensfreude mit Deiner kleinen Süßen
- Der Leserbrief ist soweit fertig. Er wartet nur auf einen passenden Aufhänger, einen Artikel den er als Anlass nimmt