

Freude

Auch heute bekommst du bei Yogeleicht wieder wertvolle Momente des Herzenshörens geschenkt. Lass weiter dein Herz klingen und erfahre das dritte Element der wahren Liebe, es ist die Freude.

Sei dir deiner Herzensfähigkeit bewusst, denn die wahre Liebe ist die grösste aller Kräfte, welche wir in unserem Leben zur Verfügung haben. Pflege sie und liebe jederzeit ganz achtsam.

Nun gebe ich dir den nächsten Herz-Impuls von Thich Nhat Hanh mit auf deinen Weg:

Freude

Das dritte Element wahrer Liebe ist die Fähigkeit, Freude zu schenken.

Wenn Sie wissen, wie Sie Freude erwecken können, stärkt das nicht nur Sie, sondern auch die andere Person.

Ihre Präsenz ist eine Gabe, wie frische Luft oder Frühlingsblumen oder ein strahlend blauer Himmel.

Quellenangabe: Der Text «Freude» ist von Thich Nhat Hanh aus dem Buch «Einfach Lieben».

Und so viel für den Moment, wir lassen jetzt diese weisen Worte von Thich Nhat Hanh zur Freude in unseren Herzen noch etwas wirken.

Namasté Corinne