

VERTRAUEN

Ich stelle mir vor zu Füßen des Buddha zu sitzen,
beschützt und begleitet auf meinem Weg.
Ich habe Vertrauen, dass sich der Erwachte
vollkommen von allem Leiden befreit hat.

Ich öffne mein Herz und meinen Geist für die Lehre des Buddha.
Ich habe Vertrauen, dass diese verständliche Landkarte
verlässlich die Wege zeigt,
die in das Land der Freiheit führen.

Ich suche Gemeinschaft mit Gleichgesinnten
und gegenseitige Unterstützung in der Übung.
Freunde, Lehrer und Lehrerinnen machen mir Mut,
meinen Weg unbeirrt zu folgen
und halten mir einen Spiegel vor,
in dem ich mich erkenne und dadurch verändern kann.

Ich bin entschlossen, meine Hindernisse zu verwandeln,
meine Fehler zu erkennen und zu überwinden,
meine tägliche Übung aufrecht zu erhalten
und den positiven Kräften in mir zu vertrauen.

Mein Vertrauen wird mich darin stärken,
bewusst und achtsam zu denken, sprechen und handeln,
weise nachzudenken sowie Mitgefühl zu entfalten.
Mögen alle Wesen wohlauf und glücklich sein.
Ich habe die Kraft, für mein Glück zu sorgen
und zum Frieden in mir und in der Welt beizutragen.

Bonn 2015