

Tagesbotschaft:

„Sei Gut und Gütig zu dir – sei glücklich“

**Güte in den Worten erzeugt Vertrauen.
Güte beim Denken erzeugt Tiefe.
Güte beim Verschenken erzeugt Liebe.
(Laotse)**

**Wer wirklich gütig ist, kann nie unglücklich sein.
Wer wirklich weise ist, kann nie verwirrt werden.
Wer wirklich tapfer ist, fürchtet sich nie.
(Konfuzius)**

**Bist du GUT zu dir?
Ja?- Was bedeutet es für dich?**

Sei gut und gütig zu dir selbst, den nur so kannst du es auch zu deinem Umfeld sein.

Güte – gütig zu sich selbst sein -gehört zur Selbstliebe und Selbstakzeptanz.



Nimm dir Zeit für dich, zünde eine Kerze an und schau in die Flamme, lass die Ruhe mit dem Atem in dich hineinströmen.

Reise mit dieser Tagesbotschaft nach Innen und schaue,
bist du wirklich gut und gütig zu dir?
Was zeigt sich dir?
Wo bist du zu streng, oder zu hart, oder zu unnachgiebig?

Was kannst du dir gutes TUN?

Nimm nun die Freude deiner Seele wahr.
Reise zu einem Ort, einem Ereignis oder einer Person – welche dir ein Vorbild in Güte ist.

Lass deine Gedanken und deine Gefühle gütig zu dir sein
und somit zu allem was ist!

Sei im Hier und Jetzt- sei in der Freude, sei Güte und sei in der Liebe.

LEBE in HIER und JETZT! - Lächle – sei Dankbar!



HERZ-lichst Sylan