

DIE VIER VERSPRECHEN

Von Don Miguel Ruiz

1) Sei untadelig in deinen Worten

Sprich mit Ehrlichkeit. Sage nur, was du auch meinst. Verwende das Wort nicht, um gegen dich selbst zu sprechen, oder mit anderen oder über anderen zu klatschen. Verwende die Macht deines Wortes in die Richtung von Wahrheit und Liebe.

2) Nimm nichts persönlich

Nichts, was andere tun, ist wegen dir. Was andere sagen oder tun ist eine Projektion ihrer eigenen Wirklichkeit, ihres eigenen Traums. Wenn du gegenüber den Meinungen und Handlungen anderer immun bist, wirst du nicht unnötigem Leiden anheim fallen.

3) Ziehe keine voreiligen Schlüsse

Fass den Mut, Fragen zu stellen und auszudrücken, was du wirklich willst. Kommuniziere mit anderen so klar, wie du kannst, und vermeide so Missverständnisse, Trauer und Drama. Mit dieser Übereinkunft alleine kannst du dein Leben völlig verwandeln.

4) Tue stets dein Bestes

Dein Bestes wird sich von Augenblick zu Augenblick wandeln; es ist anders, wenn du gesund statt zum Beispiel krank bist. Unter allen Umständen, tue schlicht dein Bestes, und du wirst Selbst-Verurteilung, Selbst-Bestrafung und Bedauern vermeiden.

Don Miguel Ruiz ist ein Schamane der Toltekischen Tradition. Seine Homepage bietet eine Fülle lesenswerter Artikel:

<http://www.miguelruiz.com>