

## Achtsamkeit

Achtsame Kommunikation  
kann ich von anderen nicht erzwingen.

Sie muss F R E I W I L L I G erfolgen,  
erfordert eine Bereitschaft hierfür:

Offenheit

dem Gegenüber zuhören

Beweglichkeit im Denken

Achtsame Wortwahl

Verschiedene Ansichten aushalten

Kritisches Denken muss erlaubt sein

und DARF auf achtsame Weise ausgesprochen werden,

ohne ein Gegenüber persönlich zu demütigen,

verzichtet auf uneinsichtige Rechthaberei.

ACHTSAMES MITEINANDER empfinde ich als wohltuend.

Möge es uns, der Gemeinschaft aller Menschen, immer besser gelingen,

auf achtsame Weise Bestehendes zu hinterfragen,

achtsam miteinander neue Möglichkeiten zu denken

und zu leben,

die dem Wohle aller Lebewesen dienen.