

## DE COMMUNICATIE HERSTELLEN

Heer Boeddha, sinds ik in staat ben terug te keren naar mezelf, en de wortels van mijn lijden hebt ontdekt in het rijk van mijn waarnemingen, geef ik niet langer God of mensen de schuld van mijn lijden. Ik kan naar het lijden van andere mensen luisteren en hen helpen in te zien dat de wortels van hun lijden liggen in hun waarnemingen. Ik zal de oefening van diep en meedogend luisteren gebruiken om mijn vermogen te vergroten om mensen te begrijpen en lief te hebben. Ik zal hen niet beschuldigen. Als ik mensen eenmaal heb begrepen, weet ik dat ik hen kan accepteren en liefhebben. Dan ben ik in staat liefdevol te spreken en anderen te leren inzien dat ook hun lijden ontstaan is door de manier waarop ze kijken en begrijpen en afhankelijk zijn van hun denkbeelden en waarnemingen. Wanneer zij dat eenmaal kunnen inzien, zullen ze niet langer anderen de schuld geven en wrok koesteren jegens anderen. Zij zullen daarentegen kunnen zien dat wanneer zij hun verkeerde waarnemingen loslaten, zij gelukkig en vrij kunnen zijn.

Heer Boeddha, ik heb veel mensen gezien die hun innerlijke knopen hebben kunnen losmaken door de oefening van diepgaand luisteren en liefdevol spreken. Zij konden hun misverstanden opruimen, de communicatie herstellen en geluk opnieuw ontdekken.

Heer Boeddha, ik zal de Aarde driemaal aanraken en me hartgrondig voornemen dat ik van nu af aan in plaats van anderen verwijten te maken of te beschuldigen, oprecht zal oefenen liefdevol te spreken en diepgaand te luisteren om de communicatie te herstellen.

### **De Aarde aanraken**

Ere aan de Boeddha Konakamuni.

Ere aan de Bodhisattva van Diep Luisteren, Avalokiteshvara.

Ere aan de gewaardeerde leraar van de Grote Kinderlijke Vroomheid, Mahamaoedgalyayana.



<https://www.aandacht.net/>

[info@aandacht.net](mailto:info@aandacht.net)