



Heilende Wünsche

Möge die Kraft der Liebe mich stützen und nähren.
Möge ich von Liebe und Güte erfüllt sein.
Mögen sie meine Schmerzen heilen können.
Möge meine Krankheit ein Segen für mich sein.
Möge ich mich tief entspannen können.
Möge ich mich ganz für meine Schmerzen öffnen.
Möge ich meine Erwartungen und Ängste loslassen.
Möge ich von Frieden und Gelassenheit getragen werden.
Möge ich voller Mitgefühl für meine Schmerzen sein.
Möge ich sie mit der Einatmung in mein Herz nehmen.
Möge ich ihnen mit der Ausatmung all mein Glück senden.
Möge ich mich für die Leiden der anderen öffnen.
Möge ich einatmend auch ihre Leiden in mein Herzen nehmen.
Möge ich ihnen ausatmend all mein Glück senden.
Möge ich erwachen und unvergängliches Glück erlangen.
Möge ich voller Mitgefühl und Weisheit allen Leidenden helfen.