

Achtsamkeit im Denken

Achte auf deine Gedanken!
Sie formen deine Worte.
Achte auf deine Worte!
Sie formen deine Handlungen.
Achte auf deine Handlungen!
Sie formen deine Gewohnheiten.
Achte auf deine Gewohnheiten!
Sie formen deinen Charakter.
Achte auf deinen Charakter!
Er wird zu deinem Schicksal.

Aus dem jüdischen Talmud