

## Kontemplationen zum achtsamen Umgang mit Geld und Eigentum

Möge ich erkennen, welche Gefühle im Umgang mit Geld in mir aufsteigen.

Möge ich erkennen, welche Glaubenssätze meinen Umgang mit Geld und Eigentum prägen.

Möge ich nicht hungrig und unzufrieden, sondern satt und zufrieden zum Einkaufen gehen.

Möge ich meine wahren Bedürfnisse erkennen.

Möge ich lernen freudig zu geben, ohne etwas zurück zu verlangen oder zu erwarten.

Möge ich den Wert meiner Arbeit und den Wert der Arbeit anderer nicht am finanziellen Verdienst oder Vergleich festmachen.

Möge ich mich früh darin üben, innere und äußere Besitztümer loszulassen und die Vergänglichkeit aller Dinge zu akzeptieren.

Möge ich mich auf die Erlangung inneren Reichtums konzentrieren.

Möge ich erkennen, wann es genug ist.

Möge ich mich nicht verkaufen.

Möge ich meine Ansprüche reduzieren ohne anspruchslos zu werden.

Möge ich kaltes Geld in warmes Geld umwandeln.

Möge ich erkennen, dass mir Reichtum keine wahre Sicherheit schenken kann.

Möge ich erkennen, dass Geld mir nur begrenzte Sicherheit schenken kann.

Möge ich mehr Dinge mit anderen teilen

Möge ich Geld nicht als Selbstzweck sehen, sondern als kraftvolles und soziales Gestaltungsmittel.

Möge ich mich und andere nicht finanziell ausbeuten.