

Seit Jahrzehnten begleitet mich ein Segenstext.
Gerade in schwierigen Zeiten erinnere ich mich daran
und kann Kraft schöpfen.

Deshalb gebe ich Ihnen gerne in diesen Tagen,
die noch viel Geduld und Kraft von uns fordern,
diese – gekürzten – Wünsche mit:

Gehe ruhig und gelassen durch Lärm und Hast
und sei des Friedens eingedenk,
den die Stille bergen kann.

Stehe, soweit ohne Selbstaufgabe möglich,
in freundlicher Beziehung zu allen Menschen.

Äußere deine Wahrheit ruhig und klar und höre anderen zu,
auch den Geistlosen und Unwissenden;
auch sie haben ihre Geschichte.

Meide laute und aggressive Menschen,
sie sind eine Qual für den Geist...

In deinen geschäftlichen Angelegenheiten lass Vorsicht walten;
denn die Welt ist voller Betrug...

Ertrage freundlich gelassen den Ratschluss der Jahre,
gib die Dinge der Jugend mit Würde auf...

Stärke die Kraft des Geistes,
damit sie dich in plötzlich hereinbrechendem Unglück schützen...

Du bist ein Kind des Universums,
nicht geringer als die Bäume und die Sterne;
du hast ein Recht, hier zu sein...

Darum lebe in Frieden mit Gott,
welche Vorstellung du auch von ihm hast.
Was auch immer dein Mühen und Sehnen ist,
in der lärmenden Wirrnis des Lebens,
erhalte dir den Frieden mit deiner Seele.
Mit all ihrem Schein, der Plackerei
und den zerbrochenen Träumen
ist diese Welt doch wunderschön.

Strebe behutsam danach, glücklich zu sein.