



© BBT-Gruppe, Koblenz; Foto: photocase.de / JuttaSchmecke



Sei gut zu dir.

Wenn Barmherzigkeit mich an den Rand der Verzweiflung bringt, weil ich nicht mehr ein noch aus weiß vor lauter Ansprüchen, die ich selbst oder andere an mich stellen, dann stimmt was nicht. Denn dann habe ich die wichtigste Grundregel noch nicht umgesetzt: Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.

Sei anderen gegenüber barmherzig, wie du es dir selbst gegenüber bist. Weil du nicht perfekt sein musst und dich nicht antreiben musst zum Barmherzigkeitsmarathon, der die letzten Kräfte kostet.

Barmherzigkeit will gutes Leben möglich machen. Auch mein eigenes.

*Dr. Peter-Felix Ruelius*