

## WAS NIMMST DU MIT? WAS MÖCHTEST DU NICHT VERGESSEN?

- ♥ Frieden ist möglich. Wieder mehr davon träumen.
- ♥ Unterschied gesinnungsethischer u. verantwortungsethischer Pazifismus
- ♥ Frieden beginnt in mir. In mir Frieden schaffen ist die Grundvoraussetzung. Dafür sich stark zu machen.
- ♥ Den Frieden im Blick behalten auch wenn ich nicht weiß, wie genau er zu erreichen ist
- ♥ Ich möchte lernen, gewaltfrei zu agieren. Mehr zu reden. Auch die Mut zur Apokalypse ... wenn alles doch noch schief geht, die Mut und Freude haben da in die Apokalypse rein tanzen.
- ♥ Den riss sehen und danach handeln
- ♥ es kommt mir darauf an, den Geist weit und offen zu halten
- ♥ Verantwortungsethischer Pazifismus.
- ♥ den Riss suchen, wo das Licht durch scheint
- ♥ Den Pazifismus wieder ins Gespräch bringen nehme ich mir vor, liebevoll im Gespräch bleiben
- ♥ Wir bilden eine Ethik Kommission, durch die alle Politiker\*innen gehen mit einer Ethik Prüfung alle zwei Jahre, wir lernen von Kindergarten an einander wirklich zuzuhören und innezuhalten.
- ♥ Machtfreier Dialog ist wichtig, danke für das Initiieren dieser Auseinandersetzung! Gemeinschaft und Offenheit!
- ♥ mir ist klarer geworden, wie schädlich Geal
- ♥ Ich werde meine Glitzer-Metta-Daunenjacke tragen und möglichst wenig Schaden anrichten.

- ♥ Verbundenheit, und nach Friedensmöglichkeiten suchen
- ♥ Wir haben einander und das sollten wir nicht unterschätzen sondern eher weiter ausbauen.
- ♥ Weitermachen, mit Mut und Freude
- ♥ Ich möchte mich noch intensiver mit dem Thema Pazifismus beschäftigen, den 2 Hauptarten. Vielen Dank für die tollen Vorträge und Meditationen. alles sehr anregend und inspirierend
- ♥ Frieden als Möglichkeitsraum im Geist und Herzen halten
- ♥ Motiviert selbst aktiv zu werden und mutig in den Dialog gehen.
- ♥ Ausrichten in Richtung Frieden sollte idealerweise ganz früh beginnen: spätestens im Kindergarten
- ♥ Wir sollten unseren Beitrag zur Transformation nicht zu gering schätzen, also uns nicht entmutigen lassen.
- ♥ Mir wurde die Wichtigkeit nochmals klar, wie wichtig es ist über den Pazifismus/den Frieden zu reden- ich wollte fast schreiben über den Frühling, (der trägt immer die Hoffnung in sich
- ♥ M: Ich fühle mich ermutigt, mit meiner friedlichen Haltung noch mehr rauszugehen. R: natürlich bin ich jetzt ein total Anderer :-)) ich fühle mich ermutigt, in den Austausch mit mir fremden Menschen zu gehen!
- ♥ ich bin mutiger geworden meine Geschichte zu erzählen und dass es Geduld braucht
- ♥ Ich bin wieder bereit, neu über die Notwendigkeit von Waffeneinsatz in der Ukraine nachzudenken/ zu reden
- ♥ 'Neuen Mut, Frieden in den Alltag zu tragen! Danke Sylvia!!!! \
- ♥ Für die besonnenen Dialoge bin ich sehr dankbar, sie sind mir Übungsfeld meiner Friedenskompetenz.
- ♥

- ♥ Das Lebensunsicherheitsgefühl bewusst zu betrachten erleichtert mich. Gibt mir Vertrauen. für Möglichkeitsräume. Und der Unterschied von den zwei Pazifismen kannte ich nicht. Danke für alles!!!
- ♥ Mich hat das Wort "Möglichkeitsraum" inspiriert, mal schauen, was sich entwickeln wird
- ♥ Ich nehme meine Verwirrung war, ich habe keine Lösung, aber ich habe eine Haltung. Und ich kann den Riss in der Leinwand sehen / spüren. Und Frieden fängt bei mir an
- ♥ Ich darf meine Sinnestore beschützen in dieser medienbetonten Welt. Danach kann ich neu, frisch, zentrierter einsteigen.
- ♥ Wie sich mehr mit Frieden befassen, ohne an den Bildern des Krieges verzweifeln? Ich will mich verstärkt mit Pazifismus-Theorie und -praxis befassen und mit den Menschen, die sich da engagieren..
- ♥ Ich habe wieder Mut, Hoffnung für Änderungen zum Besseren.
- ♥ Ich kann und werde für den Frieden arbeiten, so gut wie es mir möglich ist. Ich bin nicht hilflos und kann hoffentlich heilsam wirken.
- ♥ Ich habe mein Wissen über Pazifismus erweitern können, wofür ich dankbar bin. Den Mut, das Thema mehr in die Hand zu nehmen und anzusprechen.
- ♥ Meine Meinung nicht mehr so wichtig nehmen. Den Riss in meiner Mauer sehen. dem Frieden mehr Chancen geben für die Zukunft
- ♥ Ich bin dankbar für Dich, liebe Sylvia, Deine Arbeit, fürs Dharma, die Community. Dankbarkeit ist Freude, Freude ist Energie & Zuversicht, Vertrauen
- ♥ Mehr Möglichkeiten in Betracht ziehen!
- ♥ mich einlassen auf das "Risiko Leben", den Möglichkeitsraum gestalten UND das Lebensunsicherheitsgefühl (er-)tragen
- ♥ Wir sind verbunden.
- ♥ Ich bin eins mit euch, mit der Geschichte, ...

- ♥ Die Kunst der weisen, rechten Rede ist mir wichtig. Hier würde ich gerne mehr von dir hören, liebe Sylvia.
- ♥ Offen und neugierig bleiben, das Leben ist schön. Danke liebe Sylvia, es war wunderbar.
- ♥ Wieviel Frieden habe ich dabei?
- ♥ In jedem Dunkel gibt es einen Riss und den gilt es zu finden
- ♥ Ich muss was tun!
- ♥ Meine Haltung hat sich geändert! Ich bin ein Prozess :-) Ich starte eine Gruppe!
- ♥ Welchen Preis bin ich persönlich bereit für den Frieden zu bezahlen...? Eine Frage, die ich mitnehme....
- ♥ Ich habe wieder mehr Hoffnung für uns und den Frieden
- ♥ Dass ich eine Position für mich finden konnte im Bereich des Pazifismus, wo ich mich zu Hause fühle. Ich komme wieder ins Gespräch über dieses Thema mit Freundinnen, wie befreiend.
- ♥ Einen Möglichkeitsraum schaffen und lebendig halten. Vertrauen heißt ein Risiko eingehen.
- ♥ Mir ist so bewusst geworden wie gut ich darin bin mir Geschichten zu erzählen. Und wie wenig ich auch informiert bin. Danke dir liebe Sylvia für deinen Mut zu dieser Challenge. Sooo kostbar!!!!!!!!!!!!
- ♥ Wie wichtig Geduld und Verbundenheit sind. Informieren. There is a crack in everything ...
- ♥ vertrauen feinfühlig klar danke danke danke schmelzen
- ♥ Durch den Riss in der Wolkendecke ist der blaue Himmel zu sehen. Durch die Kriege, Gewalt... sind alle Friedens- , Liebestaten, Versöhnung, Heilungsmöglichkeit zu sehen...

- ♥ Nicht allein in diesen Zeiten! Und der Frieden beginnt in mir...
- ♥ Meine Vorstellungen über Formen des Widerstandes haben sich erweitert und ich fühle mich total gestärkt, tausend Dank dir Sylvia
- ♥ Mut und Zuversicht! Auch trottelig. Den Frieden in mein Herz nehmen, auch auf der politischen Ebene. Von dort aus gehen und reden. Es braucht Zeit, es braucht Rückschläge, Geduld.
- ♥ Das Wichtigste für mich heute: immer wieder den Möglichkeitsraum für Frieden in mir offen halten, dass dies wichtig ist und nicht nur eine schöne Seifenblase.
- ♥ Über Pazifismus differenziert nachdenken
- ♥ Ein frischer, neuer Blick auf die Möglichkeiten der Friedensarbeit und wie wichtig diese ist. Ermutigende Geschichten erzählen.
- ♥ Ich fühle mich gestärkt und der Begriff Möglichkeitsräume für Menschlichkeit wird mich in diesem Jahr begleiten. Danke - es hat mir so gut getan. Danke😊
- ♥ ich kann wirkmächtig sein ... wenn auch in kleinen Schritten
- ♥ Frieden jetzt möglich!
- ♥ Ich darf Frieden wollen und das vertreten. Und das wird wirken.
- ♥ Frieden beginnt bei und in mir selbst und das Wort "UND" statt "ABER" ist im gegenseitigen Austausch sehr hilfreich.
- ♥ Verhandlungen zum Frieden Ukraine-Russland :verschiedene Visionen fantasievoll sich vorstellen und mit anderen teilen, auch wenn es unrealistisch anmutet bringt es die Möglichkeit eines Friedens in die Welt.
- ♥ Frieden ist tatsächlich möglich - im Kleinen und im Großen.
- ♥ wir können uns mutig einmischen, haben etwas zu sagen!

- ♥ Weg vom dualen Denken.
- ♥ Auch wenn wir glauben, mit unseren Werten nur im Kleinen zu wirken: Wir sollten uns nicht unterschätzen!
- ♥ Möglichkeitsräume wunderbar
- ♥ Es ist für mich eine wertvolle Erkenntnis, dass Pazifismus nicht naiv ist und wieviel Überschneidung es mit Anatta gibt.
- ♥ Ich hatte das Thema Krieg ausgegrenzt. Jetzt habe ich es wieder etwas in mein Leben gelassen. Mal sehen, wie es weiter geht, ob der Riss etwas größer wird, das Thema zu lassen
- ♥ Wir leben in einem Land in dem wir fast alles sagen dürfen. Dafür bin ich dankbar. Ich möchte mich zu erkennen geben und in den Austausch gehen - auch wenns ungemütlich ist.
- ♥ Pazifismus ist eine Haltung dem Leben gegenüber! ☞ Auch eine grundlegend pazifistische Perspektive kann Gewalt unter guter Abwägung in bestimmten Situationen für zweckmäßig halten.
- ♥ Wir können etwas tun. Alles zählt. Frieden beginnt jetzt in mir
- ♥ Metta to the world instead of arms ♥◻♥◻♥◻
- ♥ Gefährt\_innenschaft auf dem Weg zum Frieden
- ♥ Mut machend, nicht in der Hoffnungslosigkeit versinken. Für Konflikte, auch im privaten Bereich braucht es wirklich viel Zeit. Danke, Sylvia. Großartig, auch für das, was du an Silvester gemacht hast.
- ♥ Wir sind viel mehr als wir so oft fühlen. Frieden in mir und mit mir ist wohl die einzige „Entgiftung“.....dann kann es von innen nach außen gehen. In die Welt
- ♥ Ich möchte gern Möglichkeits-Räume für Austausch und Verbundenheit schaffen und selbst wahrnehmen, Veränderungen, Entwicklungen benennen, wertschätzen...

- ♥ Ich fühle mich inspiriert, meinen Weg zur Friedensarbeit zu finden.
- ♥ Die Auseinandersetzung mit dem Thema Krieg und Frieden kann sehr inspirierend sein und sogar neue Wege schaffen - und nicht nur deprimierend und lähmend sein.
- ♥ Mir hat die Challenge das Thema leichter gemacht, vielen vielen Dank dafür 😊  
Für mich ist nochmal die Frage wichtig geworden " wie kann ich wertschätzend streiten?
- ♥ friedliche Gegenrede gegen Verdrehungen mit Hoffnung auf Selbstwirksamkeit
- ♥ Möglichkeitsräume schaffen , Dialog Gegenwärtigkeit, Einlassen auf das Leben
- ♥ Danke für das Thema und alle inspirierenden Vorträge und Gespräche. Ich möchte mutiger werden und diskutieren.
- ♥ Große Dankbarkeit für deine, unsere Bewusstseins Arbeit ..fühle mich gut unterstützt im Alltag mehr auf zuversichtliche Beispiele zu achten, für Weite zu sorgen in mir und mit anderen.
- ♥ Mich nach Podcasts umschauen, die die Welt reflektieren.
- ♥ Möglichkeitsräume
- ♥ Mir ist noch mal klarer geworden, wie schädlich Gewalt und Krieg für die Menschen und bis in die weitere Zukunft ist.
- ♥ Ich fühle mich gerade ganz friedlich und zufrieden! Danke1111
- ♥ Ich nehme Ermutigung, Neugier, Zuversicht und Inspiration mit - voller Dankbarkeit. Innerer und äußerer Frieden ....
- ♥ Frieden beginnt bei mir selbst ... und dann (...): Wie könnte ich mich, wie könnte ich meine Fähigkeit in einer konkreten Friedensaktivität
- ♥ I will face my fears today and tomorrow and hope tomorrow will be better than today.....

- ♥ Möglichkeitsräume entdecken
- ♥ Hoffnung..
- ♥ Danke für die ausgewogene, mutige Zusammenführung von Meditation und hartem Menschheitstobak
- ♥ Mehr mein spirituelles Innenleben in Bezug auf Gewalt nach außen tragen und hoffen, dass es eine kleine Wirkung hat. Nicht ängstlich verstecken
- ♥ Frieden, Liebe und Verbundenheit sind unsere Lebensgrundlage
- ♥ Friedensarbeit im Inneren und äußeres
- ♥ Sinnestore beschützen in dieser medienzentrierten Welt.
- ♥ Die Wirklichkeit ist Hier und Jetzt!