

Impuls für eine meditative Wahrnehmung der Zeitqualität im Dezember / Schütze



Diese Zeit ist gut geeignet dafür, dich in die Weite zu bewegen mit deinem Bewusstsein, deiner Aufmerksamkeit – diesem Instrument, dem es möglich ist, überall hin zu reisen, dich überall hin zu bewegen und auch dich in unbekannte Welten hinein auszudehnen. Wenn du dich durch deine Alltagswelt bewegst, schau darin auf das, was dich zur Weitung anregt in allem, was dir begegnet. Schau nach dem, was dich dazu anregt, dich erweitern zu wollen und dich an diesen Erweiterungswunsch und an diese Fähigkeit zu erinnern. Nach dem, das dich dann ergreift, entzündet und beflügelt, aufzubrechen zu neuen Ufern, sei es gedanklich, sei es tatsächlich. Und beobachte die inneren Wirkungen dieser Bewegungen.