

Klebefläche Bogen 2

Hier ziehen

1.

Die Welt,
wie wir sie
kennen,
stirbt.
Woran
erlebe ich
das konkret?

… kann ich das
an mich heran
lassen, ohne zu
verzweifeln

2.

Welches
Verhältnis habe
ich zum TOD?
Meditation:
12 Atemzüge
jeder einzelne
kostbar und
einmalig,
dass ich
einatmen,
dass ich
ausatmen kann.
Und mich spüren
Danke!

3.

Heute will ich
für Schmerz
(in mir oder
anderen) einfach
präsent da sein.
Absichtslos.

4.

ich bin mit
beteiligt an
dieser
ausbeuterischen
Kultur! Kann
ich anerkennen,
dass ich mich
verstricken
MUSS!
mit Integrität und
ohne
Abwehrhaltung

KEINER
KOMMT AUS!!

5.

Welche meiner
Illusionen
platzen?
Was ist gut
daran?

6.

Ich lausche auch
nichtmenschlichen
Autoritäten
– wie pflege ich
meine
Beziehung zu
ihnen?

7.

Pause machen!
Loslassen!

NICHT WISSEN

dem Prozess
vertrauen, ohne
meine
Verantwortung
aus den Augen
zu verlieren

8.

Wir haben
Gebete für das
Essen, das in
uns
hineinkommt:
heute finde ich
ein Gebet für
das, was ich
ausscheide.

Kompost.

9.

Heute tue ich,
was zu tun ist -
jenseits meiner
Vorlieben.

- was leitet
meine
Entscheidungen
dabei?

10.

Die
Geschichte von
Bösewichten,
Helden und
unschuldigen
Opfern hat mich
geprägt.

Was passiert,
wenn ich sie
loslasse - an
einem konkreten
Beispiel

11.

Kann ich etwas
wahrnehmen,
ohne ihm eine
Bedeutung zu
geben?

Absichtslose
Erfahrungen
machen.

Staunen

12.

Unser
Getrenntsein ist
die Wurzel all
unseres Leids:

Wen oder was
sehe ich als
DAS ANDERE?



Klebefläche Bogrn 4



Klebefläche Bogen 3

13.

—> All-Einheit nicht nur mit dem Schönen, „Natürlichen“ - sondern auch dem „Hässlichen“, „Bösen", „Versauten“ in mir finden. Das stört meinen Drang, gut, rein und perfekt zu sein!

14.

ich
ent-waffne mich

Was sind MEINE Waffen? meine Freunde sagen mir`s schon, oder meine Feinde! - wen kann ich heute fragen?

15.

ich entrümple (mich)

unbewusste Wünsche nach Sicherheit und Kontrolle, Gutsein, Wertschätzung, Vorwärtskommen Bedeutung haben…

16.

Was, wenn ich nicht der Mittelpunkt der Welt bin?

Andere Wesen, die Erde in den Mittelpunkt stellen und sie durch mich träumen lassen…

17.

Meditation: in jedem Zurückkehren zum vorgenommenen Meditationsobjekt (z.B. Atem oder Stille) übe ich dieses: das Ego loslassen, das Zentrum freiräumen

18.

Wo lebe ich eine Tausch-logik in meinen Beziehungen ?

19.

Wie werde ich von ausserhalb meiner Blase gesehen? (Süss und pathetisch?…)

Kann ich Ausdauer entwickeln, um mit „Scheiße“ fertig zu werden?

20.

Ich bin präsent: stimme mich ein in unseren „kollektiven Körper“: mit Allen und ALLEM

So werde ich eine „Älteste“

21.

Mein Wohlstand gründet sich auf ungerechte Verteilung

Was tu ich mit dieser Verantwortung ?

22.

Vertrauen in das Unsichtbare - um das Unmögliche möglich zu machen.

Im Chaos

Und in unseren unsicheren Zeiten

23.

das Herz in ein Verb verwandeln:

Heute

herze

ich…

lerne durch Paradoxien und Widersprüche

24.

etwas Neues wird geboren.

Lade das Göttliche, Erotische, Ästhetische, Urkomische, Spielerische und Nicht-Menschliche ein, gemeinsam mit dir und durch dich neu zu gestalten