

Meditation



Foto: Ulrike Gruß

Kindern beim Spiel zuschauen wie vertieft sie sind wie konzentriert sie sind wie aufmerksam sie sind wie achtsam sie sind wie behutsam sie sind

Kindern beim Spiel zuschauen und von ihnen lernen ganz bei der Sache zu sein ganz im Hier und jetzt zu sein ganz vertieft zu sein ganz konzentriert zu sein ganz aufmerksam zu sein ganz achtsam zu sein ganz behutsam zu sein ganz bei sich zu sein ganz im Augenblick zu sein

Das Wort Jesu klingt wie eine Einladung in meinem Herzen: "Wenn ihr nicht werdet, wie die Kinder…"

... und mir wird bewusst:

wenn ich mich auf diese Einladung einlasse, kann ich ganz werden

Ulrike Groß