

Meditation



Foto: Martina Hack

Meistens unzufrieden mit mir selbst
stehe ich am Straßenrand und schaue dem bunten Treiben
beim Faschingsumzug zu:
Masken, Masken, immer nur Masken!

Warum wollen wir alles sein, nur nicht wir selbst?

Wir haben:
eine Maske für den Beruf
eine Maske für die Familie
eine Maske für unsere Freunde
Masken, Masken, Masken...

Wo hört eigentlich unsere Maske auf und fängt unser
„wahres Ich“ an?

Ein guter Vorsatz für die Fastenzeit:
nicht Schokoladenfasten, nicht Fernsehfasten, sondern...
...Maskenfasten!

- Was will Ich eigentlich?
- Was fühle Ich gerade in diesem Moment?
- Wer bin Ich in Wirklichkeit?

Mich wieder ernst nehmen, respektieren!
Leben, nicht leben lassen!

...und zwar ohne meine Maske!!!

Martina Hack