

Den Tag beenden.

Der Tag geht zu Ende,
unser Leben ist um 24 Stunden kürzer.
Lass uns sorgsam auf das, was wir getan haben, schauen.
Lass uns unablässig praktizieren,
unser ganzes Herz auf dem Weg der Meditation einbringen.
Lass uns jeden Moment tief in Frieden leben,
dass die Zeit nicht bedeutungslos vergeht.

(Thich Nhat Hanh)

Das Ende der grossen Suche.

Teil 1

Wenn wir wirklich wach verweilen,
in der einfachen und klaren,
immer gegenwärtigen Bewusstheit,
verweilen wir im grossen Ungeborenen,
verweilen im innersten Geist,
ruhen in der uranfänglichen Leere,
in der unbegrenzten Freiheit.

Wenn wir wirklich wach verweilen,
als aufmerksame und unbesorgte Zeugen,
ist die grosse Suche vorbei.
Denn die grosse Suche ist der Feind
des immer-gegenwärtigen Geistes,
eine grausame Lüge
ins Angesicht der freundlichen Unendlichkeit.

(verfasst, in Anlehnung an einen Text von Ken Wilber, von Peter Lengsfeld, 1930-2009, deutscher kath. Theologe, Universitätsprofessor und ZEN-Lehrer)

Impuls für die Woche.

Lasst uns sorgsam auf das schauen,
was wir heute getan haben.