

Das unfassbare Wunder des Augenblicks – Ein Achtsamkeitsgedicht

Von GingerSnaps

Das unfassbare Wunder des Augenblicks – Ein Achtsamkeitsgedicht

Genau auf der Grenze zwischen dem Groll über die Vergangenheit und der Furcht vor der Zukunft findet dein Leben statt, spinnt Ariadne ihren Faden weiter, geht das Samenkorn auf.

JETZT ist das einzige, was zählt, denn das Gestern ist nichts weiter, als eine Reihe vergilbter Polaroids und das Morgen noch ein blasses, konturloses Aquarell.

JETZT reißen über dir die Wolken auf und die Sonne offenbart sich dir einen Moment lang.

JETZT tanzt ein einzelnes Blatt, getrieben vom Wind, lustig vor dir durch die Luft.

JETZT öffnet das Lächeln eines Kindes dein Herz für Liebe und Hoffnung.

JETZT geschieht das unfassbare Wunder des Augenblicks, wenn wir bereit sind zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu fühlen....

...zu leben.