

Wie das duftet ...

Ein Lied zum Impuls

Du bist der Frühling

<https://www.youtube.com/watch?v=FmwIbgXmux8>



Frühling und Sommer, Jahreszeiten der Düfte: Gartenblumen, Wildblumen, Rapsfelder; Düfte von Pflanzen aller Art steigen uns in die Nase, fleißig summende Insekten lassen sich von den Düften der Blumen betören.

Frühling und Sommer, Jahreszeiten der Farben: Junges Grün, saftige sattgrüne Wiesen, das Braun der Erde und leuchtend-bunte Blüten in allen Farben erfreuen unsere Augen.

Frühling und Sommer, Jahreszeiten des Wachsens: Lämmer, Kälber, Zicklein, Rehkitze, zwitschernde Jungvögel und andere Jungtiere verschiedenster Spezies, Feldfrüchte, Obstplantagen und Streuobstwiesen; alles wächst und gedeiht vor unseren Augen und Ohren.

Frühling und Sommer, Jahreszeiten des Lichts: Frühes Licht am Morgen, die Sonne höher und höher am Firmament, langes Licht am Abend; vielfache lichtabhängige Aktivitäten sind uns nun über eine größere Zeitspanne des Tages hinweg möglich.

Im Frühling und Sommer verspüren wir oft mehr Lebenskraft und Elan als beispielsweise in der dunklen Jahreszeit des Winters. Auf einmal ist mehr Energie vorhanden, um Neues Anzupacken und Angefangenes fortzuführen, und auch die Kreativität scheint verstärkt zu fließen. Das dürfen wir genießen.



Ich will für Israel da sein. Es soll sprossen wie die Lotusblüte. Seine Zweige sollen sich prachtvoll ausbreiten und sein angenehmer Duft sich in alle Richtungen verströmen.

inspiriert durch Hosea 14,6f

Einfach nur da sein

Ich lade Sie ein, hinauszugehen in die Natur und sich dort einen schönen Ort zum Verweilen zu suchen. Nehmen Sie sich Zeit. Machen Sie es sich gemütlich. Seien Sie einfach nur da, genießen Sie den Augenblick, Ihre Zeit mit sich selbst, ganz in der Gegenwart, im Hier und Jetzt.

Schauen Sie sich alles genau an, die Vielfalt der Farben, Formen, Konturen, Linien ...

Erriechen Sie Ihre Umgebung. Nehmen Sie den „Cocktail“ der Düfte wahr, der in Ihre Nase hineinströmt. Versuchen Sie auch, ob Sie die einzelnen Düfte separat wahrnehmen können.

Schließen Sie die Augen, und konzentrieren Sie sich ganz auf's Hören. Was dringt alles in Ihr Ohr ein? Nehmen Sie die Geräusche wahr, in Ihrer Gesamtheit und jedes Geräusch für sich.

Spüren Sie ebenfalls mit geschlossenen Augen den Wind und die Sonne auf Ihrer Haut. Wie fühlt sich Beides an?

Suchen Sie denselben Ort an verschiedenen Tagen und vielleicht auch zu verschiedenen Zeiten auf. Genießen Sie die Übung dann weitere Male. Was ist anders? Was ist gleich?