



Blütenschöner Blog

Michaela Schiller

WinterSonnenWende
Das Schwerste ist geschafft,
das Neue ruft aus der Ferne.



Ich liebe diesen Lichtpunkt, an dem sich alles neu ausrichtet. Neu auslichtet.
Gerade in diesem Jahr empfinde ich den Wechsel sehr intensiv.
Wochenlanger Dauerregen, der Himmel grau -wird es überhaupt richtig hell? Wenn es dann für ein paar Stunden trocken bleibt, sich das zarte Blau des Himmels zeigt und tatsächlich irgendwo die Sonne durch die Wolken bricht, dann ist sie spürbar: die Hoffnung, die Freude auf das Neue und die Zuversicht, dass der Himmel hinter den Wolken blaut ist, ob es regnet oder nicht. Das eine ist, was ich sehe, dass andere, was ich wahrnehme. Und genau an diesem feinen Unterschied kann ich mich ausrichten, orientieren: wo liegt mein Fokus? Wo bin ich mit meiner Aufmerksamkeit? Bei dem Regen im Vordergrund oder bei der unerschütterlichen Zuversicht, des blauen Himmels hinter dem Regen? Kann ich sehen, was dahinter liegt? Bin ich mit dem, was wirklich und beständig ist verbunden? Oder verliere ich meine Zentriertheit durch jede Wolke, jede Pfütze?
Ich habe oft erprobt, was für einen Unterschied es macht, wenn ich aus dem einen oder aus dem anderen Blickwinkel denke, fühle, handle.

Für mich ist es ein fundamentaler Unterschied, ob ich einen Tee zubereite und das so nebenbei erledige oder ob das Öffnen der Dose, das Erhitzen des Wassers, das Abmessen des Tees..... aus der Intention kommen eine Pause in der hektischen Geschäftigkeit eines Tages einzuläuten.
Diese Pause beginnt für mich nicht erst mit dem ersten Schluck -sie beginnt mit der Erkenntnis, dass es Zeit ist für eine Tasse Tee.
Und ab dieser Erkenntnis handle ich mit großer Sammlung.
Jede kleine Handreichung, jede noch so unbedeutende Bewegung hat eine Bedeutung. Das Zelebrieren der Pause - das Erschaffen einer Oase-
Für unaufmerksame Menschen ist Tee Tee -egal wie er zubereitet wurde.
Für aufmerksame Menschen ist mein Lächeln -auch das innere- als Geschmacksnote erfahrbar.
Dankbarkeit für die Freundlichkeit anderer Menschen, Dankbarkeit für das Licht, das auch dann da ist, wenn ich es mit den Augen nicht sehen kann, Dankbarkeit dafür meinem gesamten Leben einen neuen Sinn, eine neue Ausrichtung zu geben -einzig durch meine bewusste Intention.

Jedes Jahr begleiten mich die Raunächte durch die Wandlungszeit zwischen den Jahren. Auch hier sehe ich in diesem Jahr einen Unterschied: es ist noch intensiver als sonst. Das Alte schält und streift sich ab, ich genieße die Ruhe, die mich umgibt. Nutze die Zeit mit Muße. Bereite mich vor auf all das, was ab Anfang des neuen Jahres aus mir fließen will. Sammle meine Kräfte, bündle sie, schwinge mich ein auf das Kommende - im Geist, im Herzen, im Körper. Gehe meine Schritte bewusst.
Gestern hat mich eine wunderbare Meditation in die Nacht begleitet, aus der dieses Zitat stammt:

"IN DAS BUCH DES LEBENS SCHREIBEN MIT DER TINTE DER UNENDLICHKEIT IN DER SCHRIFT UND SPRACHE DER LIEBE".

Kürzer und präziser hätte ich nicht ausdrücken können, worum es für mich geht. Was ich hier möchte, warum ich hier bin, wer ich sein will, wofür ich mich zur Verfügung stelle, was durch mich gelebt sein will.

Ich freue mich auf den Abschluss dieses Jahres -mit all seinen Erfahrungen und heiße das Neue willkommen.