

Liebe Leser/Innen !

Gerade in diesen Tagen scheint „Spiritualität im Alltag“ ein beliebtes Thema zu sein. Was ist darunter zu verstehen? Dass wir alle lieb zueinander sind und in der Mittagspause indische Mantren zusammen singen? Dass wir Abends im Schlafanzug dem lieben Gott für den schönen Tag danken? Oder gar, dass wir an unserem Arbeitsplatz die andere Wange hinhalten, wenn das Weihnachtsgeld gestrichen wird? Was „Spiritualität im Alltag“ für mich persönlich bedeutet??? Gute Frage und der richtige Anlass für einen Schwenk in mein aktuelles Alltagsgeschehen. Meine Freundin holte mich jedenfalls heute Morgen um halb Sieben aus dem warmen Bett, damit ich sie unbedingt, sofort und ganz schnell nach Rosenheim fahren soll. Auweia. Mein achtsamer Tagesbeginn aus Sport, Meditation und gesundem Frühstück völlig durcheinander gewirbelt. Das geht doch nicht. Womöglich würde mein ganzer Tag darunter leiden. Doch ich lasse mir nichts anmerken. Ihr schlechtes Gewissen schmeißen wir fröhlich in Pfraundorf aus dem Fenster und kurz vor Heilig Blut wird es sogar richtig warm in meinem alten Golf. Schlaftrunken, zerknautscht und ungeduscht entdecke ich wenig später im Rosenheimer Bahnhof eine Zeitschrift und setze mich damit in ein Cafe. Nach einigen Seiten lande ich „zufällig“ bei einem Artikel, der mir ca. drei Stunden Recherche für ein neues Buchprojekt erspart. Ich bin beeindruckt. Schon ziemlich cool, wie die Existenz so arbeitet. Und dies alles ohne Müsli, Meditation und Tarot-Karte. Wieder zurück im Auto merke ich plötzlich, dass ich mich eigentlich bereits mitten in meiner morgendlichen Andacht befinde. Dass es nichts anderes gibt und niemals etwas anderes gab. Achtsamkeit nennt Thich Nhat Han diese 24 Stunden Meditation. Versunken, präsent und sehr lebendig öffnet sich da der banalste Moment und sämtliche Geräusche, Bewegungen und Impulse verwandeln sich überraschend zu einer harmonischen Symphonie. Diesen Raum von Freiheit, würde mein „immer-alles-verstehen-und-richtig-machen-wollender-Verstand“ niemals an einem verschneiten Dezember Morgen auf der B 15 vermuten. Aber könnte ich diese kontinuierliche, radikale und kompromisslose Achtsamkeit denn tatsächlich 24 Stunden täglich aushalten? In einem Interview mit Bono lese ich wenig später den Satz: „Ich habe nicht nach Gnade gesucht, aber glücklicherweise suchte sie mich.“ Es wurde noch ein ziemlich guter Tag.

Ein lebendiges, spannendes und wunderbares
2006 wünscht

Vismay Georg Huber

- 4 **Lebenskunst -
Gesang verleiht der
Seele Flügel**
- 6 **Kunterbunt ins
Hier & Jetzt**
- 11 **Veranstaltungskalender**
- 20 **Fragebogen für
Lebenskünstler -
Anja Treumann**
- 21 **Adressverzeichnis**
- 24 **Bücher**
- 28 **Kleinanzeigen**
- 30 **Impressum**

**Titelphoto:
Monika Fischer**



Inhalt