

Mentale und physische Stärke dank Yoga

Heute empfängst du die siebte Zen-Geschichte zu diesem Yogaleicht-Zyklus. Möge sie dein Herz berühren und deinen Geist bewegen.

Die Zeit steht nie still

Es geschah vor vielen Jahrhunderten, da wollte ein Mann unbedingt die Zeit anhalten. Er stand auf einer kleinen Anhöhe vor seinem Dorf und schrie laut in den Himmel: «Zeit steh still!» Doch nichts geschah. Verzweifelt flehte er weiter: «Bitte, Zeit, steh still!» Ein Samurai, der den Hilferuf des Mannes vernommen hatte, kam auf ihn zu und sprach: «Wenn das dein Wunsch ist, dann werde ich ihn dir erfüllen.» Der Samurai zog sein Schwert und schlug dem Mann den Kopf ab. Zu dem Toten gewandt sagte er: «Alles bewegt sich auf dieser Welt und ist der stetigen Wandlung unterworfen. Es gibt nur eine Zeit, deine Zeit. Auch ihr Wesen ist Wandlung. Wer die Veränderung nicht will, der will auch nicht das Leben!»

Quelle: Zen-Geschichte aus dem Buch das Tao der Worte von Sandy Taikyu Kuhn Shimu

... und so viel für den Moment. Wir lassen «Die Zeit steht nie still » jetzt sich noch etwas setzen und auf uns wirken.

Namasté, Corinne

