

Gerda handgeschriebene ELFCHEN

- 1. Zeile : 1 Wort
- 2. Zeile : 2 Wörter
- 3. Zeile : 3 Wörter
- 4. Zeile : 4 Wörter
- 5. Zeile : 1 Wort

11 Wörter \Rightarrow ELFchen

links
zu schreiben
war einmal verpönt
Schüler wurden streng unterzogen
Unwissenheit

Ich danke Johanna H., die mich
erstmals in die Technik des
Eifchenschreibens einführte.

Mona Fischer ist Inspirationsquelle
für mich an den gemeinsamen Schreib-
tagen. Danke!

© Gerda Hillinger, 2017
www.botschafterin-der-wahrhaftigkeit.at
Mehr unter „Kreatives“

Inhaltsverzeichnis

Vorwort
ABC- Herbstelfchen
Allerheiligen / Allerseelen
Autofahren
Bäume
BH
Danke dieser Erfindung
FREI
Frieden
Geburt
Gib deinen Träumen Flügel
Großeltern
Humor
Internet
Körperkult
Kommunikation
Kreatives Schreiben
Liebe
Links
Neckern
Reine Liebesblume
Rein erster Flug
Rein Sonnenblumenprojekt
Menschheit
Mobbing
NATUR
Ostern
Rezept für glückliches Leben
Schulsystem
Sommerzeit
Sternwarte
STILLE
Toleranz
Verbundenheit und Herzlichkeit
Warum?
Zahnarzttermin
ZEIT

Vorwort

Beim KREATIVEN Schreiben tragen mich meine Gedanken, inspiriert von einem Impuls- oder Sprichwort, & anderen Gedanken. Es muss nicht logisch sein. Es darf sich frei und ungezähmt alles ausdrücken, was aus der Tiefe zum Vorschein kommt. Es ist ein fließender Prozess.

Freiheit

der Kunst

unabhängig von Bewertungen
schöpferisch das Innere ausdrücken

JA

**Ich lade DICH ein,
deine eigenen Elfen
zu schreiben ...**

ABC Herbststiefchen

Altweibasomma

Bunte Blätter

Champignons, **D**rachensteiger, **E**rntezeit

Fernsicht, **g**oldbraun, **H**eurige, **i**ntensiv

Jagdzeit

Kürbis

Lavendel, **M**aroni

Nebel, **O**bst, **P**racht

Quetschspün[⊗], **R**egen, **S**turm, **T**raver

Uhu

Veränderung

wandern, **X**ang[⊗]

yellow und **z**auberhaft

Martinigansl, Sturm trinken, raster

HERBST

⊗ Quetschspün = Akkordeon spielen

Xang = Gesang

Allerheiligen | Allerseelen

Allerheiligentag

Erster November

Feiertag, Friedhöfe, Allerheiligenstriezel

was zeichnet Heiligen aus?

Selbstlosigkeit

Allerseelentag

Zweiter November

alle anderen Seelen

was zeichnet Seele aus?

Menschwerdung

Erinnerungstage

an Verstorbene

Blumen, Kerzen, Verwandtentreffen

unser Leben ist vergänglich

Sterblichkeit

Lebe

jeden Tag

BEWUSST und dankbar

DU bist etwas KOSTBARES

Selbstliebe

Autofahren

Aggressionen

treten zutage

Geschwindigkeitsgebote werden missachtet
stehen Leute unter Zeitdruck?

Rücksichtslosigkeit

Autobahn

in Österreich

vielfach dreispurig ausgebaut

FahrerInnen teurer Autos RASEN

manchmal

Lichthupe

dicht auffahren

Haltet BITTE Abstand!

Spüre Anspannung im Bauch

Stress

Handy

am Ohr

trotz rasanter Geschwindigkeit

fahren solchen „Schmarrn“ zusammen

Verantwortungslosigkeit

BÄUME

Bäume
sind wundervoll
Schattenspenden und Sauerstoffproduzenten
im Garten ANZAHL wichtig
Balance

Balance
nicht zuviel
nicht an Grundgrenze
Verstand bei Auswahl verwenden
Überlegen

Überlegen
was nützt
ein Übermaß schadet
die Zukunft JETZT einbeziehen
Weitblick

BH

"Karrriere
mit BH"

Busenhalter oder Bundesheer?

sexistisches Wortspiel bewirkte "shitstorm"

HUMORLOS

Bundesheer

zur Sicherheit

Abwehr gegen Gewaltwirkung

wertvolle Hilfe im Katastrophenfall

Sinnvoll

Zusätzlich

Friedensbemühungen intensivieren

achtsame Kommunikation erlernen

ist ein lebenslanger Lernprozess

Hörerswunsch

Danke dieser Erfindung

Loch
im Boden
für Frauen Herausforderung
ekelhaft, unhygienisch, unbequem, Treffsicherheit?
Zumutung

Plumpselo
auf Almhütte
Erinnerung an Kindheit
im Sommer ungestörte Ablagerungen
Senkgrube

Autobahnkolonne
ohne WC
weit und breit
was tun als Frau?
Zusammenzwicken

WC
Toilette, Clo
moderne Kanalisation, Kläranlagen
ein HOCH dem „stillen“
Örtchen

FREI

Triebkontrolle
über Körper
setzt Bewusstheit voraus
Verantwortung für Handlungen übernehmen
Nachdenken

Frei
von Widerständen
von körperlicher Versklavung
von Vorurteilen, Zwängen, Denkmustern
Offenheit

Verzicht
auf Gewalt
körperlich und verbal
Dirigent der eigenen Gedanken
Meisterschaft

Beobachten
der Gefühlswelt
der zugrundeliegenden Bedürfnisse
Folgen der Dunkelheit erkennen
Wahlfreiheit

Sexualität
ohne Zwang
Balance durch Reife
„Pflicht“ ein menschliches Konstrukt
Freiwilligkeit

Zivilisation
sind Übereinkünfte
sinnvoll oder willkürlich?
zum Wohle der Menschheit?
Machtverhältnisse

FRIEDEN

Frieden

eine Lebenseinstellung
andere Meinungen zulassen
bewusst auf Gewalt verzichten
Versöhnung

Versöhnung

einander zuhören
nicht verbal zurückschlagen
achtsam mit Worten umgehen
Gelassenheit

Gelassenheit

im Herzen

sich selber erkennen

offen für das DU

Beobachten

Beobachten

Gefühle wahrnehmen

Bedürfnisse dahinter verstehen

sich ehrlich mitteilen dürfen

Achtsamkeit

Achtsamkeit
im Denken
nicht vorschnell plappern
das eigene Denken hinterfragen
Erkennen

Erkennen
verschiedene Denkmuster
geprägt durch Erziehung
durch Erfahrungen in Vergangenheit
Handlungsspielraum

Handlungsspielraum
Gleichberechtigung, Religionsfreiheit
verletze ich andere?
wann bin ich verletzbar?
Weichheit

Weichheit
weinen können
gefühlten Schmerz wahrnehmen
meine Würde ist unantastbar
Frieden

Frieden
erfordert Rücksicht
Verzicht auf Rechthaberei
Offenheit für andere Sichtweisen
Gesprächsbereitschaft

Gesprächsbereitschaft
ausreden lassen
talking stick verwenden
pro und contra aufschreiben
Fairness

Fairness
Egoismus überwinden
Verzicht auf Ausbeutung
zum Wohle des Ganzen
Tönen

Tönen
ohne Worte
fokussiert auf Frieden
Verstand dem Herzen untertan
Miteinander

Miteinander
Grenzen überwinden
in Herzebene eintauchen
DU und ICH gleichberechtigt
Ehrlichkeit

Ehrlichkeit
nicht täuschen
vom Konkurrenzdenken lossagen
Gewalt durch Liebe verwandeln
Frieden

GEBURT

Tiere

gebären natürlich

folgen ihrem Instinkt

manchmal veterinärmedizinische Hilfe notwendig

Fortschritt

Mensch

bewusstes Atmen

wenn Wehe einsetzen

Gebärmuttermuskel mit Sauerstoff versorgen

Erleichterung

Geburt

etwas Natürliches

Hebammen erfahrene Helfende

motivierend, unterstützend, massierend, beruhigend

Risikominimierung

Gib deinen Träumen Flügel ---

KOSTBAR

zu leben

Herz voller Liebe

Hinaustragen in die Welt

Erwachen

Vergangenheit

ist geschehen

erkennen und lernen

Respekt vor den Ahnen

Dankbarkeit

NATUR

ist erstaunlich

Kreislauf des Lebens

vielfältig, harmonisch, wild, veränderlich

WUNDER

JETZT

leben WIR

verändern unser Zusammenleben

ACHTSAM, rücksichtsvoll, wertschätzend, gewaltfrei

LERNEND

Großeltern

Großeltern
erzählt Enkelkindern
wie's früher war
gibt eure Erfahrungen weiter
KOSTBAR

Enkelkinder
hört zu
stellt ihnen Fragen
den Zeitzeugen der Vergangenheit
neugierig

Was
ist anders ?

Besser oder schlechter ?

Sich miteinander ehrlich austauschen

Begegnung

Humor

Einiges

ist erheitend

worüber lachst DU?

Kabarettsszene in Österreich vielfältig
humorvoll

LACHEN

im Kabarett

über merkwürdige Verhaltensweisen

Kritisches aussprechen ohne [zu] verletzen

reflektieren

reflektieren

nicht auslachen

liebevoll Schwächen bewusstmachen

über sich selber lachen

befreiend

unterhaltsam

Witze erzählen

ist eine Kunst

völlig unerwartete Wendung ist

komisch

Internet

Hinterfragen
stimmt das?

Gerüchte verbreiten sich
sind nicht immer wahr

Postillon[⊗]

Postillon

war einmal

heute gibt's Internet

könnte POSITIVE Veränderung bewirken

Ehrlichkeit

⊗ Postillon = histor. Postkutscher

Körperkult

Brüste
und Brustknospen
dienen der Säuglingsernährung
immer die passende Temperatur
praktisch

Brüste
klein, groß
ziehen Blicke an
gehören zum Frausein dazu
naturgegeben

Mensch
oft unzufrieden
mit eigenem Aussehen
nimmt dich liebevoll an
Unikat

Geliebt
bist du
wie du bist
ohne wenn und aber
Mensch

Nacktheit

ist natürlich

Kleidung als Schutz

vor Kälte, begehrliehen Blicken

Sinnvoll

Kleidungs Vorschriften
sind menschengemacht

Teil einer Lebensweise

Gemeinschaft, Abgrenzung, Zwang, Ausdruck
erkennen

Beschneidung

menschliche Erfindung

kein göttlicher Wille

Unterordnung, Macht, Autorität, Schmerz

Unwissenheit

Haare

färben, tönen

natürlich oder chemisch

Dauerswelle, glätten, schneiden, hinzufügen

Glatze

Damenbart
eine Herausforderung
Haarentfernung oft schmerzhaft
zupfen, rasieren, wachsen, lasern
Schönheitsvorstellung

Schönheitsvorstellung
kulturell verschieden
Vergrößerungen, Verkleinerungen, Schönheitschirurgie
Mensch will anders aussehen
kostspielig

kostspielig
gutes Geschäft
manipuliert durch Werbung
Schönheit kommt von INNEN
Selbstbewusstsein

Selbstbewusstsein
gesellschaftlich beeinflusst
Vorgabe durch Mode
faltenfrei "ALT" werden erwünscht
DRUCK

Druck
von außen
ebenso von innen
Verstand vergleicht und bewertet
Plappermaul

Plappermaul
unachtsam denken
bleib DIR treu
finde Kraft IN DIR
Einzigartigkeit

Einzigartigkeit
individuell aussehen
pfeif auf Schönheitswahn
falls es dich nervt
Stärke

Kommunikation

Kommunikation

ohne Worte

freudiges Gefühl ausdrücken

Mundwinkel gehen nach oben

LÄCHELN



Leid

durch Lügen

Gleichgültigkeit, Betrug, Kränkung

Arroganz, Eifersucht, Neid, Bosheit

Kommunikationsverweigerung

Sprich

mit mir

ehrlich und achtsam

wende dich nicht ab

BITTE

Hör

mir zu

wie ich dir

ziehe keine voreiligen Schlüsse

DANKE

Kreatives Schreiben

Handgeschriebenes
im Schreibraum
nehme mir Zeit
dona schenkt mit Raum
Schreibfreude

Schreibe
ohne Druck
frei, ohne Bewertung
frisch von der Seele
kostbar

Gedankenaustausch
sichtbar machen
Schreibspiele, Impulse, Ideen
Verzückung, Leichtigkeit, Tiefgang,

Danke

BERUHRTSEIN

Liebe

Beständig, immer das
zart und stark

sei Triebfeder meines Handelns

Leuchtfeuer

LINKS

Mit
linker Hand
über Papier gleiten
gelingt mir immer besser
Herausforderung

links
zu schreiben
war einmal verpönt
Schüler werden streng unterzogen
Unwissenheit

Es
freut mich
wenn es gelingt
mein Schreibtempo wird verlangsamt
Gewinn

links
keine Spine
schreibt mit links
Computersprache verweist auf "links"
Grins

MECKERN

Meckern

tut wohl

Unmut Ausdruck verleihen

Was bedeutet denn „Unmut“?

Ärger

Ärger

oft berechtigt

Dampf verbal ablassen

empfinde Ich als wohltuend

Erleichterung

Erleichterung

Gefühle ausdrücken

malen, schreiben, sprechen

das Gemeckere einfach anhören

Zuhören

Zuhören

dem gegenüber

was stört ihn?

ist etwas Wahres dran?

Mitgefühl

Meine Liebesblume für mich

vom Regen und
Equinox

inspiert und
vom Mond und
gestärkt von Sonne

Quelle für
andere

vom Wind
bewegt

immer
da

zeitlos

Lachen

HERZENS
WONNE

Stauraum

keine
Teile

Sich
austauschend

Wurde
KIAHREND
genannt
werden

VERBUNDENHEIT
spüren und ausstrahlen



Meine Liebesblume

Immerdar

bin ich

geliebt von dir

bedingungslos, gütig, allwissend, geborgen

URSPRUNG

Lachen

entsteht spontan

Bauchdecke bewegt sich

hört sich individuell an

BEFREIEND

Staunen

über Kreativität

Werden und Vergehen

Vielfalt, außen und innen

DEMUT

Zeitlos

bin ich

die ich bin

einmalig, liebevoll, mitfühlend, ruhig

MENSCH

Zärtlichkeit

zu mir

zu meinem Gegenüber

zu allem was ist

WIEGENLIED

Herzenswonne
freudig leicht
rein und klar
durch strahlende Augen erkennbar
GLÜCKSELIGKEIT

Mein erster Flug

(im Alter von 50 Jahren)

Austrian
nach Paris
mit klassischer Musik
Sonnenaufgang zur linken Hand
Vorfreude

Bonjour
Ça va
Waltzerklang im Ohr
Manfred B. unser Pilot
Begrüßung

Starker
lautes Dröhnen
Druck im Solarplexus
es gibt kein Entrinnen!
Abheben

Wolkenmeer
wie Wattebauschen
sanft und weich
darunter Felder und Hügel
Unglaublich

Tragfläche
neigt sich
Ohr öffnet sich
meine Magengrube beruhigt sich
FLIEGEN

Solarplexus
nimmt Bewegungen
intensiv, empfindsam wahr
in Ferne Nebelschwaden sichtbar
mystisch

Blau
über uns
nebligweiß unter uns
22 Minuten unterwegs Richtung
Nordwesten

Stewardessen
verkühen snacks
mit weißer Schürze
"Have a nice day"
Puffin

Musik
im Gedächtnis
"Über den Wolken ..."
ist die Freiheit grenzenlos"
Wirklich?

Links
andres Flugzeug
Menschen sind unterwegs
Monitor time to Paris
1:11

Stewardessen
verteilen Getränke
Orangensaft, Wasser, Kaffee
so vergeht die Zeit
Ablenkung

Wolkenmeer
wie Gehirnmasse
weich und intelligent
ein Engel nicht sichtbar
fühlbar?

Fliegen

technische Hochleistung
Mensch als Schöpfer

erwacht und liebt einander
schrankenlos

Wahrnehmbar

Tragfläche schaukelt
links Sonnenstrahlen sichtbar
wärmen Haut und Seele
Glücksgefühl

Wattebauschen

Flugzeug rüttelt

Becher werden eingesammelt

Wattebauschen vom Sonnenlicht beschienen

Ruhe

Friede

einfach SEIN

beobachten ohne bewerten

schwebend über den Wolken

himmlisch

Unglaublich
zitriger Tragflügel
bereits im Sinkflug
nanu, schon wieder vorbei?
Dankbarkeit

Katze
im Tragkorb
wird soeben vorbeigetragen
in den hinteren Bereich
maunz

Mensch
Erfinder, Freigeist
erkenne dich selbst
sei liebevoller, friedfertiger Schöpfer
Barmherzigkeit

Solarplexus
registriert Lageveränderung
Angurksignal im Innenraum
mulmiges Gefühl, bewusst atmen
Balance

Salut
ihr Wolken
von oben betrachtet
euren sonnigen Anblick einprägen
Leichtigkeit

Landeanflug
im Nebel
alles milchig weiß
da brechen Sonnenstrahlen durch
Wärme

Dankbarkeit
im Herzen
über ersten Flug
Zeit wie im Flug
vergangen

Mein Sonnenblumenprojekt

Gelb

stacheliger Stiel
Augenfreude und Gaumenschmaus
streckt sich zum Licht
Sonnenblume

Samen
derer zwei
in Erde gelegt
Warten auf das Wunder
LEBEN

Vision
in mir
stark, klar, innig
Hoffen auf das Wunder
Vertrauen

STILLE
in mir
bringt Neues hervor
aus unbekannter Tiefe entspringend
Lebendigkeit

Samen
in Erde
Vorfreude in mir
plötzlich ist es geschehen
GEBOREN

Gemeinschaft
wir alle
jede/r von uns
einmalig, kostbar, unverwechselbar, liebenswert
Individualität

Friede
ist möglich
wenn ich will
bereit bin mich einzulassen
Wandlung

Trauer
eher Empörung
über gefressene Sonnenblume
ich konnte nicht helfen
Seufzer

Natur

ist grausam

kennt kein Erbarmen

fressen und gefressen werden

Überlebenskampf

Mensch

hat Verstand

fähig zu Mitgefühl

beobachten, überlegen, hineinfühlen, erkennen

Wahlfreiheit

Ich

und Du

Verantwortung füreinander übernehmen

zum Wohle des Ganzen

Wertschätzung

Menschheit

Menschheit

wir ALLE

sind miteinander verwoben

endlich aus Verzögerungsschleife aussteigen

MITEINANDER

Miteinander

Neuem entgegen

friedvoll in Gedanken

Körperlichkeit in Balance leben

Bewusstheit

Bewusstheit

erfordert Ehrlichkeit

was will ich ?

Schadet dies der Allgemeinheit ?

Verantwortung

Was

schadet anderen ?

Erniedrigende, beleidigende Worte

Gier, Neid, Dummheit, Kränkungen

Kommunikationsverweigerung

Ausweg?

Selbstreflexion notwendig

Übernahme ich Verantwortung?

wofür bin ich dankbar?

Achtsamkeit

Jede/r

VON UNS

möchte glücklich sein

was macht Dich glücklich?

Wertschätzung

Mobbing

Mobbing
ist zerstörerisch
demütigend und verletzend
Mach da nicht mit!
MUT

MUT
ist notwendig
Peinigen Einhalt gebieten
Suche eine Vertrauensperson auf
Mitteilen

Mitteilen
Verantwortung übernehmen
BÖSES nicht hinnehmen!
NIEMAND darf dir wehtun!
STOP

STOP
dem Bösen
Mittläufer erkennt Mitverantwortung
Dummheit nicht siegen lassen
Mitgefühl

Mitgefühl

ist notwendig

was brauche ich?

was kann mir helfen?

Selbstbewusstsein

NIEMAND

das Recht

andere zu erniedrigen

ist ein FIESES Verhalten

Wöah

NATUR

Natur
Entzucker pur
Wonne, staune nur
welch Schönheit gebierst du
Seelenruh

Reif
wie Zuckerguss
liebkost vom Winterkuss
Hagebutten im zarten Kleid
glückseligkeit





Ostern

bunte Eier

von Hasen versteckt

von freudigen Kinderaugen entdeckt

Nestersuche

Nestersuche

im Frühling

Natur am Erblühen

Mensch feiert das Osterfest

Auferstehung

Auferstehung

aus Erstarrung

aus selbstgewählter Trennung

Freude am Leben spüren

Frühlingsgefühle

Frühlingsgefühle

ausmisten, reinigen

Neuem Raum geben

sich an Natur erfreuen

Glücksgefühl

Rezept für glückliches Leben

Achke
dein Leben
und das anderer
sei rücksichtsvoll und verantwortungsbewusst
LIEBEROLL

Schätze
dich selbst
beobachte deine Gedanken
machen sie dich glücklich?
Aufmerksamkeit

Fülle
allen Menschen
was brauchen wir?
was tut ALLEN gut?
Höflichkeit

Verletzen
verletzbar sein
andere Gedanken anhören
nimmst du es persönlich?
GESUNDEN

Was

ist wichtig?

Was ist notwendig?

Gleichheit, Fairness, Ehrlichkeit, Hausverstand
Balance

Zinssystem

gehört abgeschafft

Spekulation ist widerlich

QIER muss gezähmt werden

Disziplin

Staat

verbindliche Verträge

Schutz von Minderheiten

NEID ist ein Grundübel

Mangeldanken

ZAHLEN

beherrschen uns

führen in Irre

Wohl des Ganzen beachten

MIT EINANDER

Schulsystem

Schule

Zeitdruck rausnehmen

Lehrperson als Coach

das WESENTLICHE miteinander lernen

Erfolgserlebnisse

Talente

erkennen, fördern

Mutgefühl, Mut, Teamfähigkeit

Bereitschaft Verantwortung zu übernehmen

erstrebenswert

Ethik

ist wichtig

für friedvolles Zusammenleben

Achtung vor jedem Lebewesen

Wertschätzung

Fleiß

Kreativität, Neugier

Was wird benotet?

Sind Lehrpersonen immer fair?

Authentisch

Sommerzeit

Sommerzeitbefürworter
egoistische Sichtweise
abends länger hell
das wollen angeblich VIELE
brauchinet

Zeitübereinkunft
wird manipuliert
welche Interessen dominieren?
meine innere Uhr rebelliert
Empfindsamkeit

Auf meiner Homepage
www.botschaften-der-wahrhaftigkeit.at
findet man weitere Elfen zur
Sommerzeit
unter "kreatives"

STERNWART

Sternwarte

am Blassenskin

Nachtwanderung im Frühling

starker Wind, Neumond, sternenklar

fotografieren

fotografieren

Anhöhe hinaufspazieren

Stativ optimal platzieren

ICH kurz vorm Erfrieren

Milchstraße

Milchstraße

lustiger Feldhase

hoppelt über Straße

folgt immer seiner Nase

Reimen

STILLE

Stille
in mir
einfach nur beobachten
Fülle der Natur ist
BERAUSCHEND

Berauschend
Augen schließen
Eindrücke reduzieren sich
Geräusche, Gerüche, Berührungen, Wind
Fülle

Fülle
in mir
Erfahrungen und Gedanken
Frosch quakt, Libelle schwirrt
Vogelstimmen

Vogelstimmen
vielfältige; lächeln
in mir Stille
beobachte fasziniert die Fülle
HER

Toleranz

Toleranz
bedeutet was?

Sind Gedanken frei?

Was bedeutet "frei sein"?

Beweglichkeit

Starrheit

in Gedanken

Was denke ich?

Was denkt ein Gegenüber?

Zuhören

Ehrlichkeit

eine Voraussetzung

Lügen, täuschen, manipulieren

sind Gifte fürs Zusammenleben

Wahrhaftigkeit

Wahrhaftigkeit

ist notwendig

achtsam miteinander umgehen

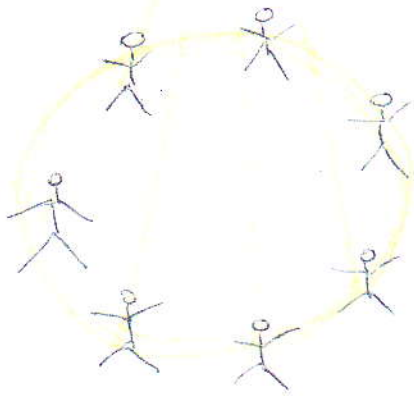
mein HANDELN hat Auswirkungen

Verantwortlichkeit

Was verstehst DU unter Toleranz?

Verbundenheit und Herzlichkeit

Kreisformation
Lichtband wahrgenommen
beim gemeinsamen Tönen
verbindet uns alle miteinander
Verwobenheit



Miteinander
und zusätzlich
von jeder Person
Lichtband nach OBEN geföhrt
Zusammenführung

LICHT

Schöpferische Kraft
kann ALLES erschaffen

Frei von menschlichen Anhaftungen
Erstaunlich

Lichtwahrnehmungen
immer wieder
bei geschlossenen Augen
LICHTKRAFT in Chartres erlebt
Glückseligkeit

Erkenntnis
ICH erschaffe
durch meine Gedanken
meine Gefühle, meine Handlungen
Verantwortlich

Verbundenheit
durch Spiegelneurone
wissenschaftlich bereits erklärt
Mensch ein solches Wunder
Dankbarkeit

Herzlichkeit
immer schon
als Gabe mitbekommen
ist mit mir verbunden
EINSSEIN

Herzlichkeit
ein Gefühl?
eine innewohnende Weisheit?
bedarf nicht des Verstandes
IST

Herzlichkeit
ist einfach
weiß um Gesamtheit
fühlt sich allem verbunden
Bühntsein

Herzlichkeit
lebendiges SEIN
spürbar durch Sinne
kann nur Gutes hervorbringen
Allverbundenheit

WARUM?

Warum
arm-reich?

Spekulationswesen, Geldgier, Gewinnoptimierung
Umweltverschmutzung, Ausbeutung, Kriege,
gleichgültigkeit

MACHTmissbrauch

Machtmissbrauch
wie ändern?

Respekt und Achtsamkeit
das Wohl ALLER berücksichtigen
Herzensbildung

Wirtschaft
und Finanzsystem
müssen Menschen DIENEN
nicht umgekehrt! Einsicht, Ehrlichkeit
Rücksicht

Zahnarzttermin

Betreuen
der Ordination
Angst wird aktiviert
GERUCH steigt in Nase
Unangenehm

Geräusche
die TYPISCHEN
beflügeln die Erinnerungsgänge
bewusst atmen, vertrauen, Ruhe
bewahren

Nirgendwo
fühle ich
mich dermaßen ausgeliefert
so zur Schau gestellt
Zahnarztstuhl

Abhängigkeit
vom Zahnarzt
handwerkliches Geschick wichtig
nur das Notwendige reparieren
Sorgsamkeit

Vertrauen
muss wachsen
sich vertraut machen
Wie behandelt mich jemand?
Achtsam

ZEIT

Kommunismus

und Kapitalismus

Enteignung und Gier

hier Unterdrückung - dort Maßlosigkeit

GESCHEITERT

Bespitzelung

mittlerweile überall

Privatsphäre ist Mangelware

Daten werden hemmungslos ausgeforscht

STOP

Zeit

in Leistungsgesellschaft

Druck wird erhöht

Hast DU genug Zeit ?

WOFÜR ?