Dein Lebensweg

Jetzt, wo du wahrscheinlich bald deinen Körper verlassen wirst, ist eine günstige Zeit, innezuhalten und deinen Lebensweg noch einmal zu betrachten. Beginne mit der Zeit vor der Zeugung, dann der Zeugung und so fort bis zum jetzigen Zeitpunkt, dann bis zu deinem Tode und darüber hinaus.

Höchstwahrscheinlich hast du zu verschiedenen Zeiten unterschiedliche Bezugskreise gehabt. Vielleicht machst du dir eine Skizze von deinen wichtigen Lebensabschnitten.

Wenn die Jahreszeit es zulässt und du noch bei Kräften bist, gehe dann allein in den Wald und lege den Weg deines Lebens mit den Zweigen, Stöcken, Blättern und was immer du vorfindest und gebrauchen kannst. Halte bei jedem Zeitabschnitt inne, wecke die Erinnerung an die Menschen, die damals wichtig für dich waren. Bedanke dich bei ihnen und löse dich von der Vergangenheit.

Dann lege deinen jetzigen Lebensabschnitt bis zum Tode und darüber hinaus. Wende dich allen Menschen zu, die für dich wichtig sind. Bedanke dich bei ihnen und verabschiede dich.

Zum Abschluss verweile einfach still im Hier und Jetzt.