

Vom inneren Wesen äußerer Räume

„**Mens agitat molem!**“ („Geist bewegt Materie!“) aus Vergil, Aeneis 6, 727



Lisaphotos195/ Pixabay

1. Eine räumliche Selbstbetrachtung

Welcher konkrete Raum ist für mich wichtig?
Was zeichnet ihn aus, was geht von ihm aus?
Welcher Raum ist für mich Heimat? Wie prägt er mich?

2. Meine räumlichen Rhythmen und Rituale

Wie ist mein Tagesablauf von welchem Raum geprägt?
Wie gestalte ich diesen Raum dementsprechend?
Mit welchem Ritual kann den Raum immer wieder zu
MEINEM Raum machen?



StockSnap/ Pixabay

Vom inneren Wesen äußerer Räume

„Mach den Raum deines Zeltes weit.“ (Jesaja 54,2)



3. Meine Beziehung zum Raum

Gibt es einen Raum, den ich meide? Was hindert mich daran, ihn anzunehmen?
Welche äußere Veränderung im Raum könnte in mir einen inneren Wandel hervorrufen?

4. Der besondere Raum

Wie schlafe ich tagtäglich ein? Mit welcher Achtsamkeit ist dabei mein Schlafzimmer gestaltet?

