

## Erkenntnisleitende Fragestellungen auf deinem Anatta-Spaziergang

### Und/oder Fragen zur Orientierung für das kommende Jahr!

Auf dem Weg zu einer neuen Sichtweise/radikaler Perspektivwechsel (=Anatta) bedarf es, dass wir nicht mehr geneigt sind, uns über andere oder ein Geschehen erheben zu wollen... es zu kontrollieren... zu besiegen... zu vernichten...

Frage dich also:

- Was hält uns zusammen und was bringt uns zusammen?
- Was veranlasst uns, uns im Stich zu lassen?
- Was tue ich für den Zusammenhalt?

Das sind Anatta-Fragen. Fragen, die auf Anatta verweisen!

Weitere Fragen:

- Was tust du, um dich hervorzuheben?
- Wie machst du das, irgendwie besonders zu sein? ... besonders klug, besonders ungeschickt, besonders feinfühlig, besonders schön, besonders witzig, besonders kritisch etc.?
- Oder erkennst du, in deinem Widerstand zum Geschehen ist etwas, was nach Heilung ruft! Lauschst du so tief?
- Was zählt wirklich - in deinem Leben?

#### Bezogen auf die Community:

- Was zählt in dieser Community?
- Was bringst du ein?
- Wessen bedarfst du, damit du das Einbringen kannst... was deinem tiefsten Wunsch entspringt?

Was will sich entfalten auf deinem meditativen Weg?

Wozu machst du das alles? Also bezogen auf deine Praxis (... oder hängst du gerade fest, weil du gerne praktizieren möchtest, tust es aber nicht?)

- Wozu bist du auf dieser Erde?
- Wie kommt das, was dein tiefstes Anliegen/Begabung... ist, in deiner Kunst vor? (Mit Kunst meine ich das, was du mit entspannter Leidenschaft tust... was ist deinem inneren Ruf gewidmet?  
Musizieren? Empathie? Lehren? Heilen? Reinigen? Kochen? Freundlichkeit? Tiefes Nachdenken? Schreiben? Dichten? Zuhören? Kommunizieren? Fördern? Lieben? Versorgen? Räume für Begegnung schaffen? Netzwerke ermöglichen? Singen?)

Keine Kunst ist besser oder schlechter... es kommt auf das **WIE** an!