

Japanisch lernen Kanji des Monats: „*nen*“

念 *nen* - Achtsamkeit

Wir haben uns schon im Mai und Juni mit dem Herzen beschäftigt, aber das Herz kann man eben gar nicht wichtig genug nehmen.

Unsere norwegischen Freunde haben es gerade gezeigt: gerade wenn so etwas Schreckliches passiert, müssen wir umso lauter mit dem Herzen antworten, mit noch mehr Offenheit und Achtsamkeit dem Nächsten gegenüber.

Achtsamkeit bedeutet im Hier und Jetzt und mit dem Herzen wach zu sein.

Unser *kanji* hierzu zeigt es ganz deutlich: es braucht nur das Herz 心 (*kokoro*) als Basis und das Jetzt 今 (*ima*), das wir ja im letzten Monat gelernt haben.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und mir, dass wir mit der Weitsicht des Herzens und der Leichtigkeit des Hier und Jetzt tagtäglich achtsamer durchs Leben gehen können!