

Wir schlafen, essen und gehen. Aber wir sind nicht glücklich. Was ist also dein Geheimnis?"

Es kam die gleiche Antwort: „Wenn ich liege, dann liege ich. Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich gehe, dann gehe ich und wenn ich esse, dann esse ich.“

Die Unruhe und den Unmut der Suchenden spürend fügte der Meister nach einer Weile hinzu: „Sicher liegt auch Ihr und Ihr geht auch und Ihr esst. Aber während Ihr liegt, denkt Ihr schon ans Aufstehen. Während Ihr aufsteht, überlegt Ihr wohin Ihr geht und während Ihr geht, fragt Ihr Euch, was Ihr essen werdet. So sind Eure Gedanken ständig woanders und nicht da, wo Ihr gerade seid. In dem Schnittpunkt zwischen Vergangenheit und Zukunft findet das eigentliche Leben statt. Lasst Euch auf diesen nicht messbaren Augenblick ganz ein und Ihr habt die Chance, wirklich glücklich und zufrieden zu sein.“

Ist es heutzutage nicht wirklich so, dass wir viel zu oft an Vergangenheit oder Zukunft denken, aber nicht an das ‚Hier und Jetzt‘? Manchmal sind wir dadurch viel zu gestresst und leben einfach so dahin. Manchmal lässt sich dieses auch nicht vermeiden, da wir einfach bestimmt sind, so zu denken und nicht so zu leben, wie ein Mönch. Ich habe mich nach dieser Geschichte gefragt, wie man sein Leben besser wahrnehmen kann, Tag für Tag.

Kann man sich denn einfach auf das Leben einlassen?

Ich denke nicht, dass man einfach in einen Tag reinleben kann und mal guckt, was da noch so geht... wir sollten uns in Achtsamkeit üben um unser Leben bewusst wahrzunehmen und uns nicht von Gedanken ablenken zu lassen. Jeder kennt bestimmt eine Situation in seinem Leben!

TT

Wir schlafen, essen und gehen. Aber wir sind nicht glücklich. Was ist also dein Geheimnis?"

Es kam die gleiche Antwort: „Wenn ich liege, dann liege ich. Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich gehe, dann gehe ich und wenn ich esse, dann esse ich.“

Die Unruhe und den Unmut der Suchenden spürend fügte der Meister nach einer Weile hinzu: „Sicher liegt auch Ihr und Ihr geht auch und Ihr esst. Aber während Ihr liegt, denkt Ihr schon ans Aufstehen. Während Ihr aufsteht, überlegt Ihr wohin Ihr geht und während Ihr geht, fragt Ihr Euch, was Ihr essen werdet. So sind Eure Gedanken ständig woanders und nicht da, wo Ihr gerade seid. In dem Schnittpunkt zwischen Vergangenheit und Zukunft findet das eigentliche Leben statt. Lasst Euch auf diesen nicht messbaren Augenblick ganz ein und Ihr habt die Chance, wirklich glücklich und zufrieden zu sein.“

Ist es heutzutage nicht wirklich so, dass wir viel zu oft an Vergangenheit oder Zukunft denken, aber nicht an das ‚Hier und Jetzt‘? Manchmal sind wir dadurch viel zu gestresst und leben einfach so dahin. Manchmal lässt sich dieses auch nicht vermeiden, da wir einfach bestimmt sind, so zu denken und nicht so zu leben, wie ein Mönch. Ich habe mich nach dieser Geschichte gefragt, wie man sein Leben besser wahrnehmen kann, Tag für Tag.

Kann man sich denn einfach auf das Leben einlassen?

Ich denke nicht, dass man einfach in einen Tag reinleben kann und mal guckt, was da noch so geht... wir sollten uns in Achtsamkeit üben um unser Leben bewusst wahrzunehmen und uns nicht von Gedanken ablenken zu lassen. Jeder kennt bestimmt eine Situation in seinem Leben!

TT

erle  
mitte  
horst  
schalke  
scholven  
rotthausen  
bismarck · buer  
ückendorf · hassel  
resse-west · gladbeck-mitte  
gladbeck-zweckel · resse-ost · beckhausen

together  
print

48

jugend  
nak - bezirk  
gelsenkirchen

24. juli - 11. september 2011

### Eine Geschichte, die mich bis heute nicht losgelassen hat...

Es ist schon eine Weile her, als ich das Angebot der Schule „Tage der religiösen Orientierung“ wahrgenommen habe. Es gab viele Gelegenheiten zum Nachdenken und in sich kehren. Morgens und abends fanden immer sogenannte „Impulse“ in einer kleinen Kapelle statt. Diese wurden von den Betreuern sehr abwechslungsreich gestaltet.

Eine Geschichte ging mir nicht mehr aus dem Kopf:

„Es kamen einmal ein paar Suchende zu einem alten Zenmeister.

„Herr“, fragten sie, „was tust du, um glücklich und zufrieden zu sein? Wir wären auch gerne so glücklich wie du.“

Der Alte antwortete mit mildem Lächeln: „Wenn ich liege, dann liege ich. Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich gehe, dann gehe ich und wenn ich esse, dann esse ich.“

Die Fragenden schauten etwas betreten in die Runde. Einer platzte heraus: „Bitte, treibe keinen Spott mit uns. Was du sagst, tun wir auch.“



erle  
mitte  
horst  
schalke  
scholven  
rotthausen  
bismarck · buer  
ückendorf · hassel  
resse-west · gladbeck-mitte  
gladbeck-zweckel · resse-ost · beckhausen

together  
print

48

jugend  
nak - bezirk  
gelsenkirchen

24. juli - 11. september 2011

### Eine Geschichte, die mich bis heute nicht losgelassen hat...

Es ist schon eine Weile her, als ich das Angebot der Schule „Tage der religiösen Orientierung“ wahrgenommen habe. Es gab viele Gelegenheiten zum Nachdenken und in sich kehren. Morgens und abends fanden immer sogenannte „Impulse“ in einer kleinen Kapelle statt. Diese wurden von den Betreuern sehr abwechslungsreich gestaltet.

Eine Geschichte ging mir nicht mehr aus dem Kopf:

„Es kamen einmal ein paar Suchende zu einem alten Zenmeister.

„Herr“, fragten sie, „was tust du, um glücklich und zufrieden zu sein? Wir wären auch gerne so glücklich wie du.“

Der Alte antwortete mit mildem Lächeln: „Wenn ich liege, dann liege ich. Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich gehe, dann gehe ich und wenn ich esse, dann esse ich.“

Die Fragenden schauten etwas betreten in die Runde. Einer platzte heraus: „Bitte, treibe keinen Spott mit uns. Was du sagst, tun wir auch.“



**24. So 10h JGD in Scholven**

25. Mo	Ferienanfang
26. Di	
27. Mi	
28. Do	
29. Fr	
30. Sa	
<b>31. So</b>	

**Eins mehr - danke sehr**

Erntedankaktion zur Unterstützung der Tafel Gelsenkirchen. Sei am 01. Oktober aktiv und hilf mit! Anmeldung/Infos unter: [www.together-web.net](http://www.together-web.net)

**Soccerworldcup**

Am 10. September findet wieder der traditionelle Soccerworldcup hier in Gelsenkirchen statt. Anmeldeschluss ist der **15. August 2011**. Weitere Informationen findet Ihr hier im flyer oder unter: [www.together-web.net](http://www.together-web.net) (Adresse: *Almastraße 39, 45886 Gelsenkirchen*)

**Abkürzungen**

**JGD** = Jugendgottesdienst, **GE** = Gelsenkirchen, **BÄ** = Bezirksäster, **JT** = Jugendtag, **BE** = Bezirksevangelist, **DI** = Dinstaken

**Vorschau**

Am 9. Oktober geht es nach dem Zick-Zack-Sommer endlich wieder auf die Kufen. Wir gehen wieder Eislaufen! Allerdings nicht in Gelsenkirchen wie in den vergangenen Jahren sondern in Duisburg. Weitere Informationen gibt es in der nächsten Print!

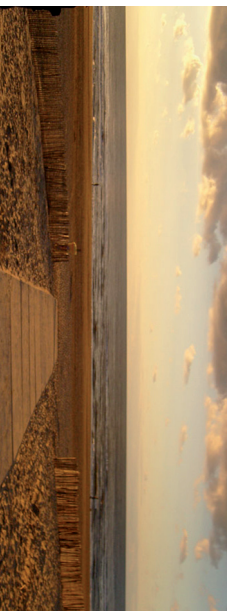
August

# SOMMERFERIEN

September

01. Do	
02. Fr	
03. Sa	
<b>04. So</b>	
05. Mo	
06. Di	
07. Mi	Schulbeginn
08. Do	
09. Fr	
10. Sa	
<b>11. So</b>	<b>10h JGD in Gladbeck-Mitte</b>

Wir wünschen euch trotz des nicht sommergerechten Wetters wunderschöne Ferien und Urlaube.



**Impressum**

**together print 48** erscheint zum JGD am 24. Juli. Aus einer Veröffentlichung ist keine Haftung der NAK oder autوماتischer Versicherungsschutz etc abzuweichen.

**together print** erscheint monatlich und wird am JGD kostenlos verteilt. Herausgeber: NAK, Bz Gelsenkirchen, [together live-team] Kontakt: Carmen Jäger 0209-33253.

**24. So 10h JGD in Scholven**

25. Mo	Ferienanfang
26. Di	
27. Mi	
28. Do	
29. Fr	
30. Sa	
<b>31. So</b>	

**Eins mehr - danke sehr**

Erntedankaktion zur Unterstützung der Tafel Gelsenkirchen. Sei am 01. Oktober aktiv und hilf mit! Anmeldung/Infos unter: [www.together-web.net](http://www.together-web.net)

**Soccerworldcup**

Am 10. September findet wieder der traditionelle Soccerworldcup hier in Gelsenkirchen statt. Anmeldeschluss ist der **15. August 2011**. Weitere Informationen findet Ihr hier im flyer oder unter: [www.together-web.net](http://www.together-web.net) (Adresse: *Almastraße 39, 45886 Gelsenkirchen*)

**Abkürzungen**

**JGD** = Jugendgottesdienst, **GE** = Gelsenkirchen, **BÄ** = Bezirksäster, **JT** = Jugendtag, **BE** = Bezirksevangelist, **DI** = Dinstaken

**Vorschau**

Am 9. Oktober geht es nach dem Zick-Zack-Sommer endlich wieder auf die Kufen. Wir gehen wieder Eislaufen! Allerdings nicht in Gelsenkirchen wie in den vergangenen Jahren sondern in Duisburg. Weitere Informationen gibt es in der nächsten Print!

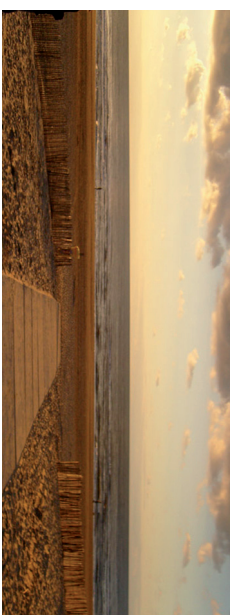
August

# SOMMERFERIEN

September

01. Do	
02. Fr	
03. Sa	
<b>04. So</b>	
05. Mo	
06. Di	
07. Mi	Schulbeginn
08. Do	
09. Fr	
10. Sa	
<b>11. So</b>	<b>10h JGD in Gladbeck-Mitte</b>

Wir wünschen euch trotz des nicht sommergerechten Wetters wunderschöne Ferien und Urlaube.



**Impressum**

**together print 48** erscheint zum JGD am 24. Juli. Aus einer Veröffentlichung ist keine Haftung der NAK oder autوماتischer Versicherungsschutz etc abzuweichen.

**together print** erscheint monatlich und wird am JGD kostenlos verteilt. Herausgeber: NAK, Bz Gelsenkirchen, [together live-team] Kontakt: Carmen Jäger 0209-33253.