

## Herbstimpuls – Vergilben



Seit einer guten Woche nehme ich bewusst die ersten herbstlich gelben Blätter wahr.

Sie hängen an Baum und Strauch, segeln durch die Lüfte und liegen auf der Erde. Schönheit, Spiel und Nahrung. Die Etymologie von gelb verweist auf grün und gold, Sonne und Honig, glänzen und schimmern. Irgendwann verrottet das Laub und wird zu Erde.

All das in den vergilbenden Blättern.

### Impuls

- Gehe über die Schwelle.
- Streune umher. Richte dabei deine Aufmerksamkeit auf die vergilbenden Blätter. Was zeigt sich dir? (Z. B. Schönheit. Honig oder Schimmer. Verrottung, Umwandlung oder Umgestaltung.)
- Frage ein Naturwesen: Was hat das mit meiner gegenwärtigen Lebenssituation zu tun? (Z. B. Was vergilbt? Mit welcher Qualität ist das verbunden?)
- Gibt es etwas zu tun? Dann mache es!
- Gehe zurück über die Schwelle.
- Schreibe zu Hause ein 3 min-Papier:
  - Was habe ich erlebt?
  - Was vergilbt in meiner gegenwärtigen Lebenssituation?

Viel Freude!

Silja