

**Leben  
ist gleich  
Zeit**

Leben ist  
Erleben von Gegenwart  
Erinnern an Vergangenes  
Einstellen auf Zukunft

Leben ist  
Lebensfreude  
Lebenslust  
Lebensfrust

Leben ist  
Zeit erleben

Zeit kann man  
anhalten  
sich nehmen  
haben  
nutzen  
vergehen lassen  
vergeuden  
totschlagen

Meditation ist  
bewußtes Auslöschen  
von Zeit  
und Leben

Ziel-los  
durch Loslassen der Gedanken  
durch Konzentration auf das Jetzt  
durch ein Mantra  
durch Atmung  
Zeit-los

Ohne Zeit  
kein Leben

**PS**  
Festgehaltene  
Gedankenflüge  
am 3.3.2019  
in der Zeitlosigkeit  
des Erwachens  
(von J.v.T.).

