

MÖNCHS MANIFEST

SETZEN WIR GEMEINSAM EINE MÖNCHS-REVOLUTION IN GANG
LASST UNS EINE SELBSTVERPFLICHTUNG VERBREITEN
ZU KONTEMPLATION, KREATIVITÄT UND MITGEFÜHL NAH UND FERN!

MÖNCH: Abgeleitet vom Griechischen *monachos* meint es ‚einzeln‘ oder ‚allein‘; ein Mönch in der Welt lebt nicht losgelöst von, sondern inmitten des Alltags mit aufrichtiger und ungeteilter Aufmerksamkeit, stets im Streben nach größerer Ganzheit und Integrität.

MANIFEST: Abgeleitet aus dem Lateinischen für ‚erwiesen‘ oder ‚offenbar‘, meint es eine öffentliche Deklaration von Prinzipien und Absichten.

1. Mir ist wichtig, jeden Tag Momente der **RUHE UND EINSAMKEIT** zu suchen, um Raum zu schaffen, eine andere Stimme hören zu können und um einer Kultur von Lärm und andauernder Anreize zu widerstehen.
2. Mir sind tiefgreifende Taten der **GASTFREUNDSCHAFT** wichtig, Taten in denen ich den Fremden *in* mir und *vor* mir willkommen heiße. Ich anerkenne dass, wenn ich in meinem Herzen Raum schaffe für nicht akzeptierte Anteile meiner Selbst, dann fördere ich Mitgefühl sowie die Fähigkeit, solche Aspekte auch bei anderen anzunehmen.
3. Mir ist wichtig, **GEMEINSCHAFT** zu suchen mit Gleichgesinnten im Geiste auf meinem Weg, Seelenverwandten, mit denen ich meine tiefste Sehnsucht teilen kann und Ratgeber zu suchen, die mir Führung und Weisheit auf meinen Weg bieten können.
4. Mir ist wichtig, Achtsamkeit für meine enge **LEBENS-GEMEINSCHAFT MIT DER SCHÖPFUNG** zu pflegen indem ich eine gesunde Askese lebe, meinen Gebrauch an Energie und Gütern beachte und indem ich loslasse, was die Natur am Blühen hindert.
5. Mir ist wichtig, mich in die **TÄTIGKEIT**, die ich ausübe, ganz einzubringen, gleichgültig, ob sie bezahlt oder unbezahlt ist und mir ein Herz der Dankbarkeit zu bewahren für die Möglichkeit, meine Fähigkeiten in sinnstiftender Weise in der Welt auszudrücken.
6. Mir ist ein Rhythmus aus Ruhe und Erholung wichtig durch die regelmäßige Übung eines **SABBATS** und ich will einer Kultur dauernder Aktivität widerstehen, die meinen Wert an dem misst, was ich tue.
7. Mir ist eine lebenslange, dauernde **WANDLUNG** und Transformation wichtig, bei der ich anerkenne, dass ich immer mit beidem unterwegs bin, nämlich meinen Fähigkeiten und meinen Beschränkungen.
8. Mir ist wichtig, ein tanzender Mönch zu sein, der **KREATIVE FREUDE** pflegt und seinen Körper als auch „sein Herz weit werden läßt für das unsagbare Glück der Liebe“.

Um dieses Mönchs-Manifest zu unterzeichnen, besuchen Sie www.AbbeyoftheArts.com

Fühlen Sie sich frei das Manifest zu verteilen oder zu versenden mit dem Hinweis

© Christine Valters Paintner

Translation into German by Martin Grüger