Week 3 Dag 6

BEWUSSYN VAN VOORWERPE

Enigiets waarna jy met suiwer aandagtigheid kyk, ondergaan verandering. Daar is ‘n dieptedimensie in eenvoudige voorwerpe: ‘n skoonheid en stilte.

Dink aan hoeveel jy met voorwerpe werk deur die dag. Ons sit daarop, dra dit, hanteer dit. ‘n Verskuiwing vind plaas wanneer ‘n voorwerp nie net 'n middel tot 'n doel is nie. Die voorwerp word “lewendiger”. Elke voorwerp word ‘n uitnodiging tot volbewuste teenwoordigheid. Selfs onbeduidende voorwerpe kry betekenis, soos ’n stil lewe skildery van 'n ou stoel of ‘n koppie. Iemand kan byvoorbleed na 'n ou goedkoop stoel kyk en diepte in die stoel sien sonder die inmenging van die gedagtes wat die waarde daarvan afkraak. Hanteer die wêreld van voorwerpe met ‘n meer waarderende bewussyn: jou selfoon, koppie, boke, tandeborsel, klere, pen, motor, skoene, bril ensv.

Ons het soms ‘n ongesonde verhouding met voorwerpe. Ons breek hulle, verloor hulle, misbruik hulle, mors hulle en mis die skoonhied van die eenvoudige. Sommige mense beleef selfs ‘n antagonistiese verhouding tot voorwerpe soos wat hulle die lewe en mense as vyande sien.

Hanteer vandag voorwerpe met liefdevolle sorg. Span jou sintuie in om die unieke grein, temperatuur, vorm, kleur en meer te ontdek. Toets gerus die effek van ‘n liedeVOLbewuste teenwoordigheid by voorwerpe!

“**Simplicity** is the ultimate sophistication.” — Leonardo da Vinci.

