[Zur gesamten Ausgabe der LZO No. 5](#)

Achtsamkeit bedeutet achtsam *werden*. Wir sind es leider nicht, oder nicht immer. Wir treiben Raubbau an unseren Kräften, vernachlässigen unsere Potentiale und beuten die Vorräte der Erde ohne Rücksicht auf die Umwelt aus. Wir konsumieren ohne Maß und denken nicht an die vielen Menschen, auf deren Kosten wir im Wohlstand leben.

Achtsamkeit markiert deshalb einen Bereich der zukünftigen Entwicklung. Wir haben Sehnsucht nach mehr Mitmenschlichkeit und Integration. In schönen Stunden des Musikhörens, des Liebens, des Berührtwerdens durch die Schönheit der Natur und der Kunst empfinden wir diese Sehnsucht. Wir sind gerührt, doch dann vergessen wir sie wieder, unsere Sehnsucht, und kehren zu unseren Alltagsgeschäften zurück, als gäbe es diese Sehnsucht nicht.

Die Sehnsucht nach dem Neuen lässt uns auch im Fall der Achtsamkeit Brücken bauen, die uns an das andere Ufer führen sollen. Wir brauchen einander und wir brauchen die Gemeinschaft, um diese Brücken in das Land der Achtsamkeit zu planen und zu bauen. Einige von uns sind schon unterwegs. Sie haben Trainings absolviert und Übungen gelernt, wie man Achtsamkeit im Alltag praktizieren kann. Sie besonders möchte ich einladen, an der neuen Nummer der LZO mitzuwirken.

Achtsamkeit ist kein neues Wort aus dem Amerikanischen. Es ist ein deutsches Wort und es verweist auf Kompetenzen, die mit Aufmerksamkeit, Behutsamkeit, Fürsorge-Tragen, Vorsichtig-Umgehen nur unzureichend ausgedrückt werden. Es geht um einen neuen Lebensstil. Es geht um Menschen, die verstanden haben, dass sie für sich selber verantwortlich sind und für sich selbst sorgen müssen. Wer auf sich selbst achtet, der schärft auch den Blick auf den anderen. Der neue Begriff markiert ein umfassendes Verständnis von Handeln und von Arbeit. Horizonterweiterung ist gefragt.

Liebe Freunde und Interessierte,

Beiträge für die nächste Nummer der LZO können als Berichte, Geschichten (auch Zen-Geschichten), als Lyrik, Betrachtungen (Essays), Besprechungen von Büchern zum Thema verfasst werden.

Bitte schicken Sie Ihre Beiträge bis spätestens zum 8. März 2015 an den Heureka-Verlag, der die LZO im dritten Jahrgang herausgibt. Ich bitte um Verständnis, dass die LZO nicht alle Beiträge annehmen kann. Die Nummer soll aus Gründen der Lesbarkeit 20 Seiten keinesfalls überschreiten. Ich bitte um Verständnis.

Johannes Heiner im Dezember 2014

Ihre Meinung zu unserer Literaturzeitung interessiert uns!

Daher freut es uns sehr, wenn Sie nach der Lektüre unser kurzes Formular ["Meine Meinung"](#) ausfüllen. Oder Sie senden uns eine Rückmeldung per E-Mail.