

Stammtisch Achtsamkeit

Literaturhaus

Earl Grey trinken und reden

Stammtisch Achtsamkeit

Dieses Heiku ist entstanden auf der Heimfahrt unseres 2. „Stammtisch Achtsamkeit“ im Literaturhaus in München (Nähe Odeonsplatz). Ich war ganz überrascht, dass allein das erste Wort schon 5 Silben hat (Literaturhaus). Ich hatte mir ein Kännchen mit „Earl Grey“ Tee bestellt und dies sehr achtsam getrunken.

An diesem 2. Abend hatten wir einen Tisch im oberen Teil bekommen, und auch noch am Ende des Ganges, da war es wesentlich gemütlicher, als beim ersten Abend, als wir noch mittendrin saßen. Auch der Ober war sehr um uns bemüht. Mir hat er auch ein sehr gutes vegetarisches Gericht empfohlen, das ich auf der Karte gar nicht gefunden hatte: Spaghetti ala Casa. War sehr lecker!

Vor dem Stammtisch war ich noch in der Theatinerkirche um dort ein Rätsel von Regine zu lösen. Am meisten hat mich beeindruckt, als ich aus der U-Bahn Odeonsplatz herauskam und in die Kirche trat. Die plötzliche Stille war einfach unglaublich – und das mitten in München. In der Kirche ist auch eine Skulptur ausgestellt, *Maria* als überlebensgroße Holzfigur aus einer alten Eiche geschnitzt, aber innen hohl! Später hab ich dann erfahren, dass drinnen ein Stuhl steht, und man sich reinsitzen kann.