

“Vi är alla blommor”



“Vi är alla blommor” är en dikt skriven av Thich Nath Hanh, zenbuddhistisk lärare, grundare av Plum Village i Frankrike, författare och fredsarbetare.

Du kan använda dikten som en meditation: läs texten, andas och visualisera. Läs först hela, sedan bara mellanorden: in ut, blomma liv osv. Gör den till din!