

Uddrag fra *Åndsnærværets mirakel* af Thich Nhat Hanh – om tidsopfattelse

*Så sagde Allen: "Jeg har fundet ud af, hvordan man kan få meget mere tid. Tidligere opfattede jeg min tid, som var den opdelt i forskellige afsnit. En del af den var reserveret til Joey, en anden til Sue, så var der en del til Ana og endnu en del til husholdning. Den tid, der var tilovers, betragtede jeg som min egen. Jeg kunne læse, skrive, forske eller gå en tur. Men nu prøver jeg på ikke længere at opdele tiden. Jeg betragter min tid med Joey og Sue som min egen tid. Når jeg hjælper Joey med lektierne, forsøger jeg at opfatte hans tid som min egen tid. Jeg gennemgår lektierne med ham, deler hans nærvær og finder ud af at være interesseret i det, vi laver i den tid, vi er sammen. Den tid, der er reserveret til ham, bliver min egen tid. Og på samme måde med Sue. Det bemærkelsesværdige er, at jeg nu har ubegrænset tid til mig selv!"*