

Meditation



Foto: Carolin Asitsch

(Om. Das Juwel im Lotus)

Dieses buddhistische Mantra wird während des Drehens der Gebetsmühlen fortwährend gebetet und setzt sich fort, solange die Bewegung anhält.

Ebenso die Gebetsfahnen: Die Gebete an die Elemente der Erde werden vom Wind an die Götter herangetragen, bis die Fahne selbst vom Winde verweht ist.

Ruhe finden in der Wiederholung bzw. in der Wiederkehr des Gleichen den Geist zur Ruhe kommen lassen.

Diese Wiederkehr ist nicht alltäglich oder eintönig, sondern in ihr wird Erlösung und Erkenntnis erhofft.

In die Fremde gehen, um eigene Schätze neu zu entdecken: Für einen Moment im Alltag zur Ruhe kommen in der Wiederholung eines Gebetssatzes.

Für Christen ist es nicht die Gebetsmühle, aber Jesus Gebet und Rosenkranz können diesbezüglich überraschende Tiefen bieten...

Carolin Asitsch