



## Erfahrungen eines Meditierenden ...

... tiefes Meditieren,  
ganz gleich ob (akustisch) still,  
als Gesang oder in Bewegung,  
kann allerdings bedeuten,  
seine Illusion vom EGO, jenem  
stets planenden, urteilenden, mitunter  
aus purem Stolz konstruierten Bündel  
voller Hoffnungen und Ängsten, vorübergehend  
fallen zu lassen. Auf diese Weise ebenso  
deine Herkunft vergessend, weißt du  
bald kaum noch wer du eigentlich bist.  
Sämtliche Erinnerungen sind wie ausgelöscht,  
während du einen Moment lang, selbst auf  
deine angesammelte Habe verzichtest.  
Kehrt dann allmählich Ruhe ein,  
die eine bisweilen überflüssige,  
in reiferen Lebensjahren manchmal gar  
als unangenehm empfundene Konstruktion  
unseres Zeitgefühls, mithin ALTER genannt,  
ebenfalls verschwinden lässt ? Derart  
tief versunken ... kennst du nicht  
einmal mehr deinen eigenen Namen ...

Lesen Sie [hier](#) die komplette Diskussion zu diesem Text ([PDF](#)).