



Die Perspektive umkehren

Öffnest du deine Augen,
so nimmst du eine Vielzahl von Erscheinungen wahr.
Schliesst du deine Augen,
so verschwindet diese Vielzahl und weicht zunächst
einem nichts. Das liegt daran, dass deine Perspektive
noch die alte nach aussen gerichtete ist.
Kehre sie um:

*Anstatt die Welt zu betrachten,
betrachte den Betrachter.*

So beginnst du, das wahre Wesen – deine wahre Natur – zu entdecken.

Meditation von Safi Nidiaye