

Die Gedanken und der Fluss

Ein Schüler kam zu einem alten Mönch und sagte:

"Mein Kopf ist voller Gedanken. Manche sind laut, andere traurig. Ich kann sie nicht loswerden."

Der Mönch lächelte sanft und führte ihn an einen stillen Fluss.

"Setz dich ans Ufer", sagte er, "und beobachte das Wasser."

Der Schüler tat, wie ihm geheißen. Die Strömung glitt ruhig vorüber, trug Blätter, Zweige,

manchmal auch einen kleinen Ast mit sich fort.

Nach einer Weile sprach der Mönch:

"Siehst du die Gedanken? Sie sind wie diese Dinge auf dem Wasser. Du brauchst sie nicht

festzuhalten. Leg jeden Gedanken, der auftaucht, auf ein Blatt - und übergib ihn dem

Fluss."

Der Schüler schloss die Augen. Ein Gedanke kam - er setzte ihn auf ein Blatt.

Ein anderer - auch er durfte treiben. Immer weiter. Immer leichter.

Und irgendwann... wurde es still.



Eine Geschichte von Rainer