

## Mein Reisebegleiter

Unbesungene Held(in) auf dem Weg nach Palerm-O von Osl-O.  
Manchmal in Gesängen und Mantras gesungen,  
In Satsangs oder beim Herumschlendern mit einem Stein.

**Ātman** ist immer da und führt mich.

Geführt vom alles durchdringenden Brahman.

Sie/ Er/ Es ist in mir,

Ich bin in ihr/ ihm/ es.

Frei von Rasse, Religion und Geschlecht.

Schnee und Palmen, Palmen und Schnee.

Landumschlossen und meerumschlossen,

Aber wir sind frei.

Reinheit und Granatäpfel.

Wasser und Zucker, mit viel Süsse...

Manchmal kommen wir miteinander aus,  
manchmal nicht.

Das sind die Fluktuationen.

Die unaufhörlichen Fluktuationen.

**Citta Vritti Nirodha.**

Zeit und Gezeiten warten auf keinen, aber mein Begleiter ist immer bei mir.

Krachende, salzige Wellen und Fische.

Sonnenschein und Wärme sind immer in mir.

Strahlend inmitten des glitzernden und schimmernden Wassers...

während die Gezeiten kommen und gehen.