



Foto: Wikipedia

Zen wird in zwei große Schulen, Richtungen gegliedert: Sōtō und Rinzai.

Im **Rinzai** kommt dem **Kōan** eine wesentliche Bedeutung zu.

Ein Kōan ist eine Art Mantra, ein Sinnspruch,
ein paradoxer Aphorismus,
ein Rätsel, eine Frage...

darüber wird meditiert, Stunden,
Tage, Monate oder Jahre...

Es gibt Kōansammlungen.

Kōan - in unserem Kreis entstehen frische Betrachtungen,
kommen aus dem Raum,
gehen in den Raum...

Jetzt, jetzt, jetzt...

Vergänglichkeit ist unvergänglich.

Nach innen lächeln...
Nach außen lächeln...