

A person is shown from the waist down, sitting on a blue mat. Their hands are raised in a meditative mudra, with fingers interlaced. The background is a plain, light-colored wall.

Schüler:

„Meine Meditationen sind furchtbar. Ich bin dauernd abgelenkt, denke an alles Mögliche, meine Glieder tun weh und ich schlafe immer ein.“

Der Lehrer antwortete:

„Das geht vorüber.“

Eine Woche später

*kam der Schüler wieder und sagte:
„Meine Meditationen sind herrlich,
ich bin total klar, konzentriert
und im Frieden.“*

Der Lehrer antwortete:

„Das geht vorüber.“