Ressort: Lifestyle

Ethan Hawke: Joggen ist meine Meditation

Los Angeles, 05.09.2016, 14:11 Uhr

GDN - Schauspieler Ethan Hawke, der sich nach eigenen Angaben für Buddhismus interessiert, hat erwogen, mit dem Meditieren zu beginnen: Bislang sei aber das Joggen seine Meditation, "fünfmal die Woche, sechzig Minuten am Morgen", sagte Hawke dem "Zeit Magazin Mann". "Ich habe in den vergangenen Jahren gelernt, dass es wichtig für meine Psyche ist, diese Zeit zu haben, in der ich mein normales Leben hinter mir lassen kann", so der Schauspieler.

Zu seinen Vorbildern gehöre Nelson Mandela, dessen Autobiografie er während der Dreharbeiten für den Film "Lord of War" gelesen habe. "Selten hat mich ein Buch so bewegt. Mandela musste so viele Rückschläge in seinem Leben einstecken und hat trotzdem immer weiter für Gerechtigkeit gekämpft", sagte Hawke. "Vielleicht beeindruckt mich das auch deshalb so stark, weil ich zwar nichts schlimmer finde als Ungerechtigkeit, an mir selbst aber merke, dass ich im Grunde genommen einfach kein politischer Mensch bin, auch wenn ich das manchmal gerne wäre", so Hawke weiter. Ein zweiter Grund für seine Bewunderung für Mandela hänge mit seiner damaligen privaten Situation zusammen: "Ich steckte mitten in meiner Scheidung, als ich das Buch las. Ich erfuhr, dass Mandela zwar in der Lage war, eine ganze Nation zu transformieren, seine eigene Ehe aber misslang ihm." Diese Erkenntnis habe ihm geholfen, sich selbst zu vergeben.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-77551/ethan-hawke-joggen-ist-meine-meditation.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619