

In dem Film "Das Spiel der Götter" spricht in einer Szene ein tibetischer Abt mit seinen jugendlichen Schülern.

"Können wir allen Schwierigkeiten im Leben aus dem Weg gehen?

Dazu gibt es folgendes Bild:

Können wir die Erde mit Leder bedecken, auf das wir weicher gehen? Wie denkst Du darüber, Tadi? Können das die Menschen??"

"Ich glaube, nicht!"

"Was sollen wir also tun?"

"Wir können Schuhe anziehen"

"Jaaaah, das ist richtig. Wenn wir Schuhe anziehen, ist es dasselbe, als ob die Erde mit Leder bedeckt würde. Unsere Feinde sind so grenzenlos wie der Raum im Universum, wir können unmöglich alle unsere Feinde besiegen. Doch - wenn es einem von uns gelingt, den Hass zu besiegen, so ist es dasselbe, als besiegte er alle Feinde.

Die Furcht und das Leid, und alles, was uns nicht glücklich macht in unserem Leben, hat uns dazu gebracht, an unserem eigenen "Ich" zu klammern. Was sollen wir tun mit diesem Dämon "Ich" - was kann ich dazu tun, um mich selbst von diesem Übel zu befreien, und alle anderen von dem Leid zu erlösen? Ja - ich kann mein "Ich" aufgeben, und den anderen lieben wie mich selbst.

Alle Bedrohung und Gefahr, sowie großes Leid entsteht aus den Gedanken, sagt Buddha. Wenn man Herr der Gedanken ist, kann man Tiger, Löwen, Elefanten, Schlangen und alle anderen gefährlichen Lebewesen, ja, sogar die "Wächter der Hölle" zähmen.

Man sollte große Achtsamkeit auf die Gedanken lenken. Der Gedanke ist wie ein wilder Elefant, der herumtobt und unendlichen Schaden anrichtet.

Wenn man jedoch den wilden Gedanken mit dem Seil der Achtsamkeit fesselt, dann schwindet die Gefahr.

Wenn ein Problem gelöst werden kann, warum dann unglücklich sein.

Und kann es nicht gelöst werden, was hat es dann für einen Sinn, unglücklich zu sein?"