



Leid wird vom Geist geschaffen, der begehrt und will.
Aber wer will etwas? Es ist das Ego.

Was will das Ego?

Es will haben, was es begehrt und noch nicht hat.
Und es will loswerden, was es hat und nicht mag.

Leid entsteht also nicht
aus dieser oder jener äußeren Situation,
sondern hängt ausschließlich davon ab,
wie die vorgefundene Situation wahrgenommen
und beurteilt wird.

Das Fürwahrhalten einer Situation
macht den Geist von ihr abhängig und lässt ihn
mit Anhaftung und Ablehnung reagieren.
Wenn man sich von dieser Fixierung befreit, kann man
von nichts mehr in Mitleidenschaft gezogen werden,
und es gibt keine Umstände mehr, die Leiden sind.