



Das Ego will Herr der Lage sein.  
Es möchte immer der Erste sein  
und das Beste für sich allein haben.

Jetzt ist es an der Zeit,  
die Ich-Anhaftung abzuschneiden.  
Die Quelle aller Probleme, allen Leids,  
aller Begierden, Frustrationen und so fort  
ist Ich-Anhaftung.

Wenn du sie an der Wurzel abschneidest,  
werden all diese Probleme von selbst  
verschwinden.  
Sie hören einfach auf zu existieren,  
da sie keinen Boden mehr haben,  
auf dem sie gedeihen können.

Dann wird das Leben wirklich friedvoll  
und sehr angenehm.

*Gendün Rinpotsche*