

8.04 Over angst

De lama zei:

'Angst is een raar iets.

Bestaat het nu wél of niet?

Als je je bang voelt, is dat gevoel écht.

Maar als je de angst opzoekt, lijkt het een spook dat verbleekt in het licht.

Het zijn ook onze gedáchten die de angstige werkelijkheid creëren.'

'Dan creëert mijn geest op dit moment een behoorlijke afgrond,' mompelde de leerling.

'En de mijne een stevige brug,' antwoordde de lama.