

„Hör zu, du alter nichtsnutziger Patrul,
der du in Ablenkungen schwelgst.
Du lässt dich jetzt schon so lange
täuschen, verführen und von Erscheinungen
zum Narren halten.
Merkst du das? Wirklich?
Jetzt, in diesem Augenblick, in dem du von Verblendungen gebannt
bist,
pass auf!
Lass dich von diesem trügerischen, leeren Leben
nicht in die Irre führen.
Dein Geist dreht und kreist
um all diese nutzlosen Projekte:
Welch Hirngespinnste! Gib es auf!
Die Gedanken an die Hunderte von Plänen,
für die nie genug Zeit ist, sie durchzuführen,
belasten nur den Geist.
Du bist so abgelenkt
von all den Projekten, die nie fertig werden,
sondern sich ausweiten wie Wellen auf dem Wasser.
Sei kein Narr: Setz dich endlich einmal richtig hin...
alles loslassen –
alles, *alles* –
Darum geht's!“

Constance Wilkinson, Übers., „Patrul Rimpoche (1808-1887): ‚Advice from Met o Myself‘,
sealevel.ns.ca/patrul/.