

Kurze Geschichte aus dem alten China

Ein Vater bekam Besuch von seinem Sohn. Während der Sohn gehetzt und abgespannt wirkte, saß der Vater gemütlich vor seinem Haus und genoss das Sonnenlicht.

Da fragte der Sohn: "Vater, wie schaffst du es, immer so ruhig und ausgeglichen zu sein?"

Da sagte der Vater: "Ganz einfach: Wenn ich schlafe, dann schlafe ich.

Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich esse, dann esse ich.

Wenn ich gehe, dann gehe ich. Wenn ich arbeite, dann arbeite ich. Wenn ich ruhe, dann ruhe ich".

"Aber das mache ich doch auch!", erwiderte der Sohn.

Der Vater sah ihn prüfend an und sagte dann: "Nein, du machst es anders:

Wenn du schläfst, denkst du schon ans Aufstehen. Wenn du aufstehst, denkst du schon ans Essen.

Wenn du isst, denkst du schon ans Gehen. Wenn du gehst, denkst du schon ans Arbeiten.

Wenn du arbeitest, denkst du schon ans Ruhen. Wenn du ruhst, denkst du schon ans Schlafen".

(Geschichte aus dem alten China)