



## Das Loch in der Straße Autobiographie in fünf Kapiteln

### 1. Kapitel

Ich gehe die Straße entlang.  
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.  
Ich falle hinein.  
Ich bin verloren ... Ich bin ohne Hoffnung.  
Es ist nicht meine Schuld.  
Es dauert endlos, wieder herauszukommen.

### 2. Kapitel

Ich gehe dieselbe Straße entlang.  
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.  
Ich tue so, als sähe ich es nicht.  
Ich falle wieder hinein.  
Ich kann es nicht glauben, schon wieder am gleichen Ort zu sein.  
Aber es ist nicht meine Schuld.  
Immer noch dauert es sehr lange, herauszukommen.

### 3. Kapitel

Ich gehe dieselbe Straße entlang.  
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.  
Dieses Mal sehe ich es.  
Ich falle hinein ... aus Gewohnheit.  
Meine Augen sind offen.  
Ich weiß, wo ich bin.  
Es ist meine Schuld  
Ich komme sofort heraus.

### 4. Kapitel

Ich gehe dieselbe Straße entlang.  
da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.  
Ich gehe darum herum.

### 5. Kapitel

**ICH GEHE EINE ANDERE STRASSE!**

*Sogyal Rinpoche  
Das tibetische Buch vom Leben und Sterben*