

人生五章
来自 Portia Nelson
Quoted in Charles L. Whitfield, *Healing the Child Within*
(Orlando, FL: Health. Communications, 1989)
出自索甲仁波切 《西藏生死书》

第一章

我走上一条街
人行道上有一个深坑
我掉了进去
我迷失又无助
这不是我的错
我费了好大的劲才爬出来

第二章

我走上同一条街
人行道上有一个深坑
我假装没有看见它
我又一次掉了进去
我无法相信我居然会掉入同一个地方
但这不是我的错
我还是花了很长时间才爬出来

第三章

我走在同一条街上
人行道上有一个深坑
我看到了它在那儿
我仍然掉了进去，这是一个习惯
我的眼睛是睁开的
我知道我在哪儿
这是我的错
我立刻就爬了出来

第四章

我走上同一条街
人行道上有一个深坑
我绕道而行

第五章

我走上了另一条街