

## **At tømme koppen**

I den zenbuddhistiske tradition er der en historie om en vidende og ivrig universitetslektor, der kommer til en gammel zenmester for at lære. Zenmesteren tilbyder ham te, og da manden takker ja, hælder han te i koppen, til den flyder over. Selv om gæsten høfligt udtrykker sin fortørnelse over, at koppen flyder over, fortsætter zenmesteren med at hælde. "Et sind, der allerede er fyldt, kan ikke modtage noget nyt," forklarer zenmesteren. "Ligesom koppen er du fuld af holdninger og forudfattede meninger." Han lærer sin discipel, at for at finde lykken må han tømme sin kop først.

Uddrag fra bogen "Hvordan man går i stykker uden af falde fra hinanden" af Mark Epstein