

**Dan Millman, in jungen Jahren einer der besten Kunstturner Amerikas, später Coach von Spitzensportlern, hat mehrere Bücher geschrieben. Seine Werke über die Lebenshaltung des "Friedvollen Kriegers" sind zu wahren Kultbüchern geworden und haben eine Auflage von einigen Millionen in zweiundzwanzig Sprachen erreicht. Sein Buch "Der Pfad des friedvollen Kriegers" ist ein Roman mit autobiografischen Bezügen und erzählt von einer Zufallsbekanntschaft des jungen Turners Dan Millman mit einem Tankwart. Nachdem Millmans rechtes Bein durch einen Motorradunfall zerschmettert worden ist, wird dieser Tankwart, den Dan „Socrates“ nennt, ein Mentor und spiritueller Lehrer für ihn. Socrates weist dem jungen Mann den Weg, wie er ein Friedvoller Krieger werden könne.**

*„Ich nenne mich einen Friedvollen Krieger... weil die Schlachten, in denen wir kämpfen, in unserem Inneren sind.“*

*„Alle, die dir in deinem Leben begegnen, gleich ob sie dir helfen oder schaden, wurden dir von Gott gesandt. Begegne allen mit einem friedvollen Herzen und dem Geist eines Kriegers.“*

### *Regeln fürs Menschsein*

Wir haben nur einen Körper. Ob er uns gefällt oder nicht, er ist das einzige, was wir garantiert unser ganzes Leben lang behalten werden.

Wir werden vieles lernen. Die Erde ist eine Ganztageschule. Jeder Mensch und jedes Ereignis, mit denen wir konfrontiert werden, lehrt uns irgend etwas.

Wir empfinden diese Lektionen oft als „Fehler“ oder „Misserfolge“. Aber der einzig wirkliche Fehler besteht darin, die Lektion nicht zu lernen.

Jede Lektion wiederholt sich so oft, bis wir sie gelernt haben. Sie kehrt in verschiedenen Formen wieder, so lange, bis wir sie begriffen haben. Solange wir auf der Welt sind, gibt es immer wieder neue Lektionen zu lernen.

Lektionen, die wir nicht lernen, solange sie leicht sind, werden mit der Zeit immer schwerer. Auch der Schmerz ist eine Methode des Universums, unsere Aufmerksamkeit zu wecken.

Ob wir eine Lektion gelernt haben, erkennen wir daran, dass wir jetzt anders handeln als bisher. Nur durch Handeln kann man Wissen in Weisheit verwandeln.

*aus einem weiteren Buch von Dan Millman:  
„Die goldenen Regeln des friedvollen Kriegers“*