



“No ser tan emocional. No ser tan sensacional i tenir un cor amable, dolç i bo.”

Tornant a l'esmentat anteriorment, i tenint en compte les creences del budisme i l'hinduisme (mite de la reencarnació), el Dalai Lama va certificar oficialment que el **Panchen Lama** s'havia reencarnat en el cos d'un nen nascut al Tibet, ja que la seva ànima no havia desaparegut del nostre món. Aquesta informació va arribar a oïdes del govern xinès i l'any 1996, quan el nen només tenia sis anys, els militars xinesos van irrompre a casa seva i el van segrestar, juntament amb la seva família. El comunicat oficial per part del govern de la Xina fou que el jove es trobava bé i portava una vida normal, però la veritable situació és que fa 24 anys que va desaparèixer i ningú sap que és d'ell. **“Els mitjans no tenen la força suficient per buscar-lo”**, afirma Thubten, qui s'atreveix a dir també que molts dels governs europeus i internacionals estan al corrent de la situació que està passant a la Xina, però prefereixen mantenir-se aliens per preservar així la pau amb el país.

Per il·lustrar els conflictes, Wangchen ens parla de la paciència i de lo important que és no enfadar-se. No es pot aprendre paciència dels amics, es necessita gent que et molesti per fer-ho. Es tracta de transformar les circumstàncies adverses al camí dels valors o camí espiritual. **“La gent que ens fa mal també pateix”**. Segons ell, quan reps una agressió, la millor manera de superar-la és tenint una gran compassió vers l'agressor. Adonar-nos de lo equivocacat que està, no veure'l com un enemic, enviar-li llum i inspiració i aprendre a desitjar-li el millor. És difícil d'explicar. “Els tibetans diem que els Xinesos són els nostres mestres de paciència”, murmura el lama.

Abans d'acabar l'audiència, li preguntem com es pot potenciar l'autoestima i la seguretat en un mateix. Wangchen respon parlant-nos de la culpa. Segons el lama ningú té cap culpa. Són les circumstàncies del karma que apareixen. **“L'única culpabilitat que tenim és la nostra ignorància”**. Segons Wangchen, el fet de no conèixer les coses tal com són, condueix a l'error i a la confusió. Amb la nostra forma de pensar i actuar podem rectificar. Som humans mundans d'un nivell bastant ordinari i davant les crítiques o les paraules negatives ens desequilibrem i perdem el nostre eix de gravetat. Ell suggereix no fer-ne cas, de la mateixa manera que amb les paraules aduladores i positives. Hem de mantenir fort el nostre interior: **“No ser tan emocional. No ser tan sensacional i tenir un cor amable, dolç i bo”**. D'aquesta manera gaudirem de pau i tot anirà bé, conclou Thubten Wangchen.