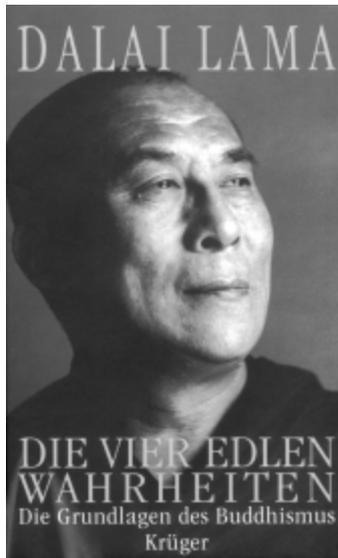


## Die Vier Edlen Wahrheiten

*Dalai Lama, Die Vier Edlen Wahrheiten. Die Grundlagen des Buddhismus.*

Wolfgang Krüger Verlag,  
Frankfurt am Main 1999,  
155 Seiten, 34 DM



„Die Vier edlen Wahrheiten“, die S.H. der 14. Dalai Lama 1996 bei einem Seminar in London erklärte, sind die zentralen Lehren des Buddhismus: die Wahrheit vom Leiden, von den Ursachen des Leidens, von der Beendigung des Leidens und vom Pfad, der zur Befreiung vom Leiden führt. Sie bilden auch das Kernstück dieses sehr schön und kostbar, dem Inhalt entsprechend gestalteten Buches, das der Krüger Verlag 1999 herausbrachte.

Seine Heiligkeit gab diese grundlegenden Unterweisungen innerhalb einer Reihe von Vorträgen über Theorie und Praxis des Buddhismus. Ohne sich mit den Vier Edlen Wahrheiten auseinanderzusetzen, so der Dalai Lama, könne niemand erwarten, die Lehre des Buddha wirklich zu praktizieren, da sie das Fundament jeglicher Übung und Meditation seien. Diese stabile Basis

sei auch für die Ausübung der tiefgründigen Methoden des Tantra wichtig, die sonst ohne jegliche Wirkung blieben. Der Dalai Lama macht uns die Annäherung leicht, wenn er darlegt, dass wir selbst und alle anderen Menschen nur Glück erleben und Leid vermeiden wollen. Da wir fast ein Geburtsrecht darauf haben, erhebt sich die Frage, wie wir diesen Wunsch nach Glück realisieren können. Dazu müssen wir einen wirklich tragfähigen Weg finden, der nicht immer wieder zu Wunschgestalten, Illusionen und Projektionen, also im tiefen Sinne zu Leiden führt, sondern zu echtem Glück.

Die Vorträge in diesem Buch sind recht knapp gehalten und schließen

jeweils mit sehr interessanten Fragen aus dem Auditorium und Antworten des Dalai Lama ab. Trotz der Kürze bietet das tibetische Oberhaupt den Zuhörern und Lesern Erklärungen über den vollständigen buddhistischen Pfad von Ethik, Konzentration und Weisheit und über die verschiedenen Motivationen. Wer sich dafür wirklich öffnen kann, bekommt eine Ahnung von der Schönheit, Reichhaltigkeit und Tiefe der buddhistischen Lehre, und es entsteht sofort ein Appetit auf mehr „Dharma“, auf mehr Lernen, Nachdenken und Anwenden der Inhalte im eigenen Leben. Der Vortrag „Mitgefühl, die Grundlage für menschliches Glück“ ist eine wunderbare Abrundung, weil er zeigt, wie die Lehren des Buddha direkt im Alltag angewandt werden können, wofür der Dalai Lama selbst das beste Vorbild ist.

Dieses Büchlein kann uns ein ganzes Leben lang begleiten. Wenn wir es immer mal wieder in die Hand nehmen, werden wir prüfen können, wie viel wir von den Vier Edlen Wahrheiten nicht nur intellektuell verstanden haben, sondern wie und ob wir überhaupt nach diesen Erkenntnissen leben und wie weit unser Leben auch jetzt schon leidfreier geworden ist.

*Carmen Sylla*

## Eigenwillige Sicht auf den Buddhismus

*Robert Thurman.*

*Revolution von innen.*

*Die Lehren des Buddhismus oder das vollkommene Glück.*  
Econ Verlag, München 1999,  
39,90 DM

Robert Thurman ist kein unbekannter Dharma-Publizist. Legitimiert als erster ordinerter „Westler“, der die Robe später mit einem Lehrstuhl für Indo-Tibetische Studien an

der Universität Columbia eintauschte, überrascht der fulminante Übersetzer des Tibetischen Totenbuches mit „Revolution von innen“.

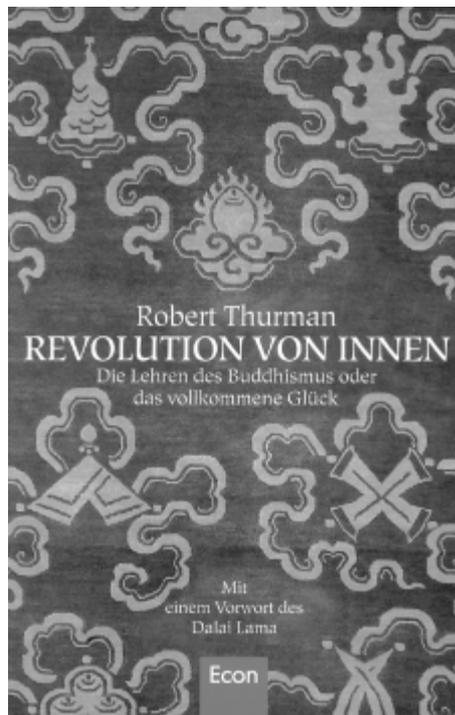
Auf 300 Seiten breitet Thurman seine individuelle Sicht von Buddhas Lehre als die „Ingangsetzung der gewaltlosen Revolution“ durch den Dharma und den Saṅgha aus. Wortreich, eloquent, in atemberaubendem Tempo verknüpft er kulturelle Ererungenschaften aus West und Ost, wissenschaftliche Erkenntnisse von gestern und heute, überfliegt historische Umbrüche, um zu zeigen, wie die buddhistische Lehre im Hier und

Jetzt, in der heutigen komplexen Gesellschaft dem Individuum die Frage nach dem, was die Welt im Innersten zusammenhält, beantwortet.

Dabei interpretiert er Buddha Śākyamunis Lebensweg als „Strategie, die auf pädagogischer Notwendigkeit beruht“: Buddha oktroyiert nicht als König seinen Untertanen die spirituellen Tugenden auf, nein er „erzieht zu aufgeklärtem Denken“ und läßt dadurch das „innere Sein den Freiraum erhalten, damit das Individuum lernt, seinen ausgetretenen Pfad zu verlassen und sich selbst in neuem Licht zu sehen.“

Nach Thurman ist der Buddha „kein Religionsstifter“, sondern einer, „der erkannte, daß es zu einem Umdenken kommen mußte, was die kulturell bedingte Haltung gegenüber der Realität, Macht, Leben und Tod betraf“. Dabei kommt dem Saṅgha als der „monastischen Sozialbewegung“ größte Bedeutung zu. Volk, Kaste, Familie, Besitz, Beruf und Name – der Mönch, die Nonne geben alles auf, um „eine andersartige Form der Beziehung zu pflegen, eine Beziehung, die nicht von Gewalt, Ausbeutung und rauhem Wettbewerbsdenken“ geprägt ist.

Als Inspirationsquelle der Übernahme der Lehren in unsere heutige



Gesellschaft analysiert Thurman Ásokas 13. Felsedikt unter Stichworten wie „Transzendentaler Individualismus“, „Gewaltlosigkeit“, „Erzieherischer Evolucionismus“, „Sozialer Altruismus“ und so fort. In seiner Begeisterung ist Thurman nicht zu bremsen. Er schreibt und schreibt und schreibt. Ein knapper Blick auf die Renaissance, ein oberflächlicher Blick auf die Aufklärung, dann wieder Sokrates, Darwin, moderne Technologien, Militarismus, Gandhi, Mandela und so weiter und so fort. Doch an wen richtet sich der postmoderne Smalltalk?

Laura-Sophia Arici

## Nicht nur die Krise als Chance

Sylvia Wetzel, in Zusammenarbeit mit Karin Burschik.

*Hoch wie der Himmel, tief wie die Erde. Ein Ratgeber für schöne und schwere Zeiten.*

Theseus Verlag, Berlin 1999, 207 Seiten, 34,00 DM

„Schon der poetische Titel sowie der etwas pragmatischere Untertitel verheißen in lakonischen Worten anspruchsvolle Begleitung durch's tägliche Leben. Unter den Rubriken: „Beziehungen“, „Arbeit“ und „Der buddhistische Weg zum Glück“ hat die unter kulturkritischen und feministischen Vorzeichen forschende Pionierin des europäischen Buddhismus in ihrem zweiten Buch zentrale Bereiche eines jeden Menschen angesprochen, die – falsch verstanden – nicht selten Anlaß für allzu bekannte Schwierigkeiten, Mißverständnisse, Verwirrungen und Täuschungen abgeben. Trotzdem verstehen sich die zu Zuversicht, Gelassenheit und Tatkraft motivierenden Ratschläge mit



angeschlossenen Übungen nicht als autoritäres Muß, sondern als Experimentiermöglichkeiten zu Verhaltensweisen, über die ein jeder selbst entscheiden kann und sollte. Basierend auf der Einsicht, daß das Glück im eigenen Herzen liegt, regt der klar und verständlich geschriebene Ratgeber zur Hinwendung zum

eigenen inneren Reichtum an. Er macht Mut, innere Krisen als Chance zu verstehen und persönliche Veränderungen zu wagen. Fünf Fähigkeiten, die in jedem schon angelegt sind, gilt es ins Gleichgewicht zu bringen und zu Kräften zu entwickeln: Achtsamkeit, Konzentration, Energie, Vertrauen und Einsicht. Durch unsere Taten, Worte und Gedanken bestimmen wir entscheidend, was uns begegnet.

Auf grundlegenden buddhistischen Annahmen fußt hier ein Ratgeber, der gleichermaßen Nicht-Buddhisten, Neueinsteigern der buddhistischen Praxis, buddhistisch Interessierten oder auch einfach Personen in großer Not wichtige Denkanstöße zu innerer Ruhe und Gelassenheit bietet. Innere Motivation oder das Bedürfnis nach Selbsterkenntnis müssen nicht sehr groß sein, um dieses Buch ganz zu lesen. Genaue, einfache Sprache, mit der zum Teil komplizierte psychologische Phänomene klar auf den Punkt gebracht wurden, machen es zu einem Lese- und Übungsbuch für jeden Interessierten. So verstanden gilt auch der Wunsch am Ende des Vorworts: „Mögen Sie glücklich sein.“

Anja Oeck

## Buddhistinnen schreiben

*Buddhist Women Across Cultures. Realizations. Edited by Karma Lekshe Tsomo, State University of New York (SUNY), 1999, ca 58 DM*

1987 fand in Bodhgaya, Indien, die historisch erste internationale buddhistische Nonnenkonferenz statt. An ihr nahmen auch viele interessierte Laienschülerinnen teil. Die Buddhistinnen beschlossen am Ende dieser Konferenz, sich unter dem Namen „Sakyadhita“ (Töchter des Buddha) zu vereinen, durch Nachfolgekonferenzen ein Netzwerk aufzubauen und die dringend notwendige Aufklärungsarbeit über die Situation der buddhistischen Frauen in den verschiedenen buddhistischen Ländern Asiens fortzuführen. Die Vorträge der ersten Konferenz erschienen 1988 in dem Sammelband „Töchter des Buddha“, der auch in deutscher Übersetzung vorliegt. „Buddhist Women Across Cultures. Realizations“ ist der zweite Sammelband, der eine Auswahl von Vorträgen der internationalen Sakyadhita-Konferenzen in Bangkok 1991, Colombo 1993 und Leh 1995 enthält.

Buddha Śākyamuni begründete fünf Jahre nach Etablierung des Mönchsordens den Nonnenorden. Damit eröffnete er den Frauen die Möglichkeit, sich von den Fesseln ihres niedrigen gesellschaftlichen Status zu befreien und ein spirituelles Leben zu führen. Es ist eine einzigartige Leistung des Buddha, im 6. Jahrhundert v. Chr. den Frauen eine neue Lebensperspektive eröffnet und sie den Männern gleichgestellt zu haben. Bald nach dem Tod des Buddha jedoch revidierten seine männlichen Anhänger vieles, was der patriarchal geprägten Gesellschaft ein Dorn im Auge war, besonders in bezug auf die Stellung der Frauen. Die Unterstellung, daß

Frauen weniger in der Lage seien, ihr geistiges Potential zu verwirklichen als Männer, bestimmt bis heute die Auffassung der männlich geprägten Gesellschaften in den traditionell buddhistischen Ländern. Nur noch in drei Ländern ist es Frauen möglich, die gleiche Ordination zu erhalten wie die Männer: In China, Korea und Vietnam. Die Arbeit von Sakyadhita der vergangenen Jahre hat dazu beigetragen, dieses Ungleichgewicht zu korrigieren. Zahlreiche Buddhistinnen erhielten in Sarnath (1997) und Bodhgaya (1998) die volle Nonnenordination, und in Sri Lanka wurde der Nonnenorden nach 1000-jähriger Unterbrechung 1998 neu etabliert.

In dem vorliegenden Sammelband, den Bhikṣunī Karma Lekshe Tsomo kompilierte, melden sich buddhistische Frauen aus Ost und West zu Wort. Teil I behandelt buddhistische Frauen in asiatischen Traditionen, besonders Südasiens, Ostasiens und Tibet. Elizabeth Harris untersucht die Wurzeln und Ursachen der Diskriminierung von Frauen in der frühen buddhistischen Literatur; Lorna Dewaraja folgt den Spuren der Pionierfrauen in der frühen Geschichte des Buddhismus; Senarat Wijayasundara erläutert die Komplexität der Frage der vollen Ordination; Beata Grants Artikel behandelt die Aufrechterhaltung der Ordination in China, wengleich sie in Sri Lanka, ihrem Ursprungsland, verlorengegangen war. Paula Arai und Ho-Ryeon Jeon widmen ihre Untersuchungen der Mahāyāna-Tradition in Japan und Korea. Mit der tibetischen Tradition befassen sich Janis Willis, Sarah Pinto und Karma Lekshe Tsomo.

Der 2. Teil widmet sich dem gegenwärtigen Buddhismus und der neu zu definierenden Rolle und Position von Frauen. Auffällig ist, wie gerade westliche Frauen auf die philosophisch durch Buddha begründete Gleichheit des geistigen

Potentials von Männern und Frauen rekurren; hier sind besonders zu nennen Anne C. Klein und Rita Gross, die aus feministischer Sicht bereits in Publikationen zum westlich rezipierten Buddhismus Stellung bezogen haben. Wenn auch der Buddhismus im Westen erst seit einigen Jahrzehnten Fuß faßt, so entdecken die Buddhistinnen in ihm Ansätze, die einerseits sowohl Aspekte aus der Frauenbewegung voran zu bringen scheinen wie andererseits durch eine neue Sichtweise auf die alte Tradition Anregungen bringen, die für Frauen in den traditionellen buddhistischen Ländern bereichernd sein können.

Die Artikel des Bandes lassen ein hohes Reflektionsniveau der Verfasserinnen erkennen, spiegeln eine außergewöhnliche Motivation wider, sich für die Rechte der Nonnen und Laienanhängerinnen einzusetzen und atmen den Geist eines Aufbruchs, des Neubeginns einer alten Tradition. Nur so läßt sich erklären, daß in nur 12 Jahren von Sakyadhita zahlreiche Zielsetzungen bereits verwirklicht wurden und auch begründete Hoffnung besteht, daß noch bestehende Widerstände gegenüber der Gleichstellung der Frauen im Buddhismus in den kommenden Jahren beseitigt werden. In Kürze wird auch der dritte Sammelband erscheinen, der die Vorträge der 5. Internationalen Konferenz von Pnomh Penh, Kambodscha, und der Nordamerikanischen Konferenz in Claremont, USA 1998 umfaßt.

*Thea Mohr*

