



## Buchbesprechungen

### FACHBUCH ÜBER MEDITATIVE SAMMLUNGEN AUS SICHT DER GELUG-SCHULE

Die Konzentration gilt im Buddhismus als wichtige Meditation, um Kontrolle über den Geist zu gewinnen und ihn für die Entwicklung tiefer Einsichten vorzubereiten. In allen buddhistischen Traditionen werden die neun Stufen zum Erlangen Geistiger Ruhe (skt. Śamatha) erklärt. Yogis, die nach dem Erreichen von Geistiger Ruhe weiter Konzentration üben, können die sogenannten Vier Sammlungen und die Vier Formlosen Vertiefungen erreichen.

Leah Zahler erläutert im vorliegenden Fachbuch, wie diese meditativen Versenkungen in wichtigen Texten der Gelug-Schule des tibetischen Buddhismus dargestellt werden und welche Unterschiede es zu klassischen Darstellungen, etwa von Asaṅga, gibt. Die Autorin, Schülerin von Jeffrey Hopkins an der Universität von Vir-

ginia, hat zwei Texte von Tsongkhapa und Könchog Jigme Wangpo aus dem Tibetischen übersetzt und im Anhang veröffentlicht.

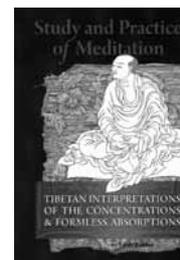
Der Hauptteil des Buches behandelt die Praxis der konzentrativen Meditation: die Voraussetzungen dafür sowie alles, was zur Übung gehört – von der Sitzposition über die Objekte bis hin zur Anwendung der Gegenmittel. Auch die höheren meditativen Zustände werden erläutert. Hier stützt sich Zahler auf die bekannten Werke *Meditative States in Tibetan Buddhism* von Lati Rinbochay sowie auf *Walking Through Walls* von Geshe Gedün Lodroe, aus denen sie viele Passagen zitiert. Wer diese Bücher kennt, erfährt nicht viel Neues, und für die eigentliche Übung der Konzentration bieten sie noch mehr Erklärungen.

Interessante Details ergeben sich aus Zahlers vergleichendem Ansatz. So schildert sie, dass laut Asaṅga die Atembeobachtung nicht nur dazu dient, den Geist zu konzentrieren,

sondern auch zu befreien. Dies wird auch in der Theravāda-Tradition, etwa von Buddhagoṣa, so gelehrt. Zahler diskutiert, warum man von tibetischen Meistern dazu kaum etwas hört und ob möglicherweise nur eine unvollständige Fassung des Textes von Asaṅga nach Tibet überliefert wurde.

Im letzten Teil des Buches befasst sich die Autorin mit dem Kuriosum, dass die Vier Sammlungen und Formlosen Vertiefungen in den Gelug-Klöstern akribisch erklärt werden, obwohl es keine Praxistradition gibt.

Birgit Stratmann



LEAH ZAHLER: STUDY AND PRACTICE OF MEDITATION. TIBETAN INTERPRETATIONS OF THE CONCENTRATIONS & FORMLESS ABSORPTIONS. Snow Lion Publications, Ithaca/ New York 2009. 510 S., 39,95 US-\$

### WORTE DER ERMUTIGUNG

Das vorliegende Buch der Nonne und Yoginī Tenzin Palmo ist eine Sammlung von Vorträgen, die sie zwischen 1999 und 2002 in verschiedenen Dharma-Zentren in Australien, Kanada, Singapur und Taiwan gehalten hat. Dabei handelt es sich nach ihren eigenen Worten weder um ausgeklügelte Erläuterungen der buddhistischen Philosophie noch um eine detailreiche Anleitung zur Meditationspraxis, sondern um einfache „Worte der Ermutigung, um Menschen daran zu erinnern, dass wir alle das Potenzial zur inneren Verwandlung haben.“ Und tatsächlich ist dieses Buch eine einzige Inspiration, dem Weg des Buddha-Dharma zu folgen.

Der erste Vortrag des Buches beginnt bezeichnenderweise mit dem Titel „Die Freude am Dharma wiederfinden“. Tenzin Palmo schildert darin

treffend den „normalen“ Werdegang eines Menschen, der mit dem Dharma in Berührung kommt und davon angeht. Eine Weile ist alles eitel Sonnenschein, später flaut die Leidenschaft (meist) ab, bis das „Bekenntnis“ zum Dharma mehr Worthülse geworden ist als gelebte Realität. Oder man sucht nach dem „richtigen“ Lehrer, verirrt sich in verworrene Vorstellungen über den „Wurzellama“ oder rennt schlimmstenfalls irgendwelchen selbsternannten Gurus hinterher.

Insbesondere diesen heiklen Punkt greift Tenzin Palmo auf und fordert geradeheraus dazu auf, solche Lehrer, die nicht in Übereinstimmung mit dem Dharma leben oder sich als große Yogis ausgeben und entsprechend exzentrisch auftreten (und zum Beispiel sexuelle Beziehungen mit ihren Schülern aufnehmen), auf ihre Fehler anzusprechen und diese ohne falsche Skrupel öffentlich zu machen.

Nach diesem aufrüttelnden Einstieg wendet sich Tenzin Palmo den grundlegenden Dingen einer lebendigen Dharmapraxis zu. Sie beschreibt, besonders für Westler sehr anschaulich, worauf es bei einem „buddhistischen“ Lebensentwurf wirklich ankommt: auf Mitgefühl, Achtsamkeit und Weisheit. Dies alles erklärt sie in wunderbar leichter und verständlicher Weise, wie es nur ein Mensch kann, der selbst tiefe Einsicht erlangt hat.

Uwe Spille



TENZIN PALMO: LEBENDIGE LEHREN FÜR UNSERE ZEIT. edition steinrich, Berlin 2010. 224 S., 19,90 €



## INSPIRATIONEN FÜR BUDDHISTISCHE PILGERREISEN

Wer davon träumt, einmal zu den Stätten zu reisen, die man mit der Biografie des Buddha verbindet, sollte auf dieses kleine, aber großartige Buch als spirituellen Reiseführer nicht verzichten. Nach der Lektüre wird auch die Fahrt zum eigenen Lehrer, ja selbst zum eigenen Dharma-Zentrum, zu einer Pilgerfahrt.

Dzongsar Jamyang Khyentse Rinpoche zeigt uns nicht nur, wie wir an den heiligen Orten Verdienste ansammeln können, sondern er erklärt auch, wie man selbst die Vorbereitung schon

zu einer Praxis des Verdienstansammelns machen kann.

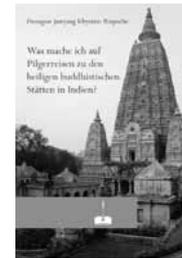
Dann gibt Rinpoche sehr tiefgründige, aber dennoch für jeden verständliche Kommentare zur Praxis der Zufluchtnahme, zum Siebenteiligen Gebet, zum Darbringen eines Maṇḍalas und zum Bodhisattva-Gelübde, darauf folgen Erläuterungen zu den Vier Unermesslichen Gedanken, zu Tonglen und zu Bodhicitta. Um dem Bodhicitta des Strebens eine Richtung zu geben, steht uns im Anhang *Der König der Wunschgebete: Samantabhadras – Bestreben zu Edlem Handeln* zur Verfügung.

Neben den Kommentaren enthält das Buch auch die zu rezitierenden

Texte, die überwiegend aus Śāntidevas Bodhicāryāvātāra stammen. Vervollständigt wird die Textsammlung natürlich mit dem Herz-Sutra.

Es ist uns zu wünschen, dass dieser junge Verlag noch viele solcher Kostbarkeiten veröffentlicht.

Thorsten Grigat



DZONGSAR KHYENTSE RINPOCHE:  
WAS MACHE ICH AUF PILGERREISEN ZU DEN HEILIGEN BUDDHISTISCHEN STÄTTEN IN INDIEN?  
*Manjughosha Edition, Zeuthen 2010.*  
169 S., 14,10 €

## MAHĀMUDRĀ IN NEUER INTERPRETATION

Tilopas *Doha*, der *Gesang der Erfahrung*, ist einer der bedeutendsten Texte des tibetischen Buddhismus und steht in der traditionellen Überlieferungslinie der Kagyü-Mahāmudrā-Linie ganz am Anfang, direkt nach dem visionären Ursprung des Vajradhāra.

Garchen Rinpoche, ein Meister der Drikung-Kagyü-Linie, interpretiert die-

ses Lied hier sehr ausführlich und lebensnah. Es entsteht ein vollständiger Eindruck der buddhistischen Praxis, sowohl in ihrer Alltäglichkeit wie in ihren weitgreifenden Möglichkeiten.

Ein besonderes Kompliment geht an die Übersetzer und Bearbeiter: Das Buch ist sprachlich außergewöhnlich gut gelungen, bei hoher Präzision im Vergleich mit dem tibetischen Original. Letzteres lässt sich ebenfalls im Otter-Verlag finden in: *Mahamudra – Die Große Gegenwart am Gangesstrom*,

2003, mit einem Kommentar von Drikung Kyabgon Chetsang Rinpoche.

Cornelia Weishaar-Günter



GARCHEN RINPOCHE:  
MAHAMUDRA AM GANGESSTROM. DER LEHRGESANG DES MEISTERS TILOPA.  
*Otter Verlag, München 2010.*  
171 S., 18,80 €

## NEUAUFLAGE EINES KLASSIKERS

Martin Brauens *Mandala – Der Heilige Kreis im tantrischen Buddhismus* ist ein Klassiker der buddhistischen Literatur. Es ist eine der ausführlichsten und fundiertesten Publikationen zu einem zentralen Thema des tibetischen Buddhismus und der buddhistischen Praxis. Erstmals 1992 in deutscher Sprache erschienen erlebte das Buch mehrere Auflagen und wurde in verschiedene europäische Sprachen übersetzt.

Die nun von *Arnoldsche Art Publishers* in Zusammenarbeit mit dem New Yorker Rubin Museum of Art (RMA) in englischer Sprache publizierte Neuauflage ist kein schlichtes Remake, sondern der Katalog einer Ausstellung im RMA,

die Martin Brauen, seit 2008 Chefkurator dieses Museums, zusammengestellt hat. Ausstellung und Buch präsentieren 38 herausragende Objekte tibetischer Kunst, überwiegend Thangkas, aus dem 8. bis zum 19. Jahrhundert sowie einige Metallarbeiten und Skulpturen.

Die grandiose Auswahl beinhaltet u.a. Thangkas aus dem Musée Guimet in Paris, aus den berühmten Sammlungen Zimmerman und Pritzker, aus großen amerikanischen Museen und aus den bedeutenden eigenen Beständen des RMA, die auf die Sammlungen von Shelley und Donald Rubin zurückgehen. Der Katalogteil bereichert den nahezu unveränderten und mit den ursprünglichen Originalillustrationen wiedergegebenen Text der früheren Ausgabe.

Martin Brauens Buch ist eine schwierige und anspruchsvolle, aber exzellente Lektüre für jeden an buddhistischen Erkenntnissen Interessierten. Es ist eine Anregung für den Leser, in der Auseinandersetzung mit dem tantrischen Welt- und Menschenverständnis einen eigenen Weg zu finden.

Michael Buddeberg



MARTIN BRAUEN:  
MANDALA – SACRED CIRCLE IN TIBETAN BUDDHISM.  
*Rubin Museum of Art – Arnoldsche Art Publishers, New York/Stuttgart 2009.*  
264 S., 39,80 €



## METZINGERS ‚EGO-TUNNEL‘: „WIR SIND NUR EGO-MASCHINEN“

Um es gleich vorweg zu sagen: Dieses Buch wird Sie, wenn Sie sich als Buddhist verstehen, herausfordern, vielleicht sogar verunsichern oder verstören. Der Ego-Tunnel erschüttert ein religiös geprägtes Welt-, Ich- und Bewusstseinsbild. Auf der Basis neurowissenschaftlicher Forschung verfiucht der Philosoph Thomas Metzinger hier einen Materialismus bzw. Physikalismus, nach dem der Mensch nichts weiter ist als eine „Ego-Maschine“ und Religion nur eine Erfindung des Gehirns. Gleichzeitig räumt er mit der Vorstellung auf, es gäbe ein unabhängiges Ich – eine Auffassung, die dem Buddhismus recht nah kommt.

Thomas Metzinger ist Professor für Theoretische Philosophie an der Universität Mainz und leitet dort den Arbeitsbereich Neuroethik. Dass ein deutscher Professor ein hochaktuelles gesellschaftlich relevantes und dabei verständliches Buch schreiben kann, ist ihm hoch anzurechnen. Mit seinem Werk eröffnet der Philosoph auch „Normalsterblichen“ einen Zugang zur aktuellen Hirn- und Bewusstseinsforschung. Dabei bezieht er zahlreiche neueste Experimente, die vorrangig in der Fachwelt bekannt sind, sowie Überlegungen der Philosophie dazu mit ein.

Ganz im Einklang mit den Neurowissenschaftlern geht Metzinger davon aus, dass Bewusstsein, also auch menschliches, durch die Evolution entstanden ist. Es habe keinen „höheren, spirituellen“ Sinn, sondern sei einfach eine Funktion des Organismus des Homo sapiens, die es ihm erlaubt, ziemlich erfolgreich das Leben zu bestreiten. Aus diesem Grund gibt es für Metzinger kein Bewusstsein unabhängig vom Gehirn, nichts, das sich von Leben zu Leben wiederverkörpert. „Wir sind natürliche Informationsverarbeitungssysteme, die im Verlauf der biologischen Evolution auf diesem Planeten entstanden sind. Das Ego ist ein virtuelles Werkzeug. ... Wir sind Ego-Maschinen, aber wir haben keine Selbst.“

Metzinger stellt die aktuellen Konzepte der gegenwärtigen Bewusstseinsforschung vor. Er präsentiert anhand empirischer Daten aus unzähligen Forschungsreihen und Experimenten, dass wir alle in einem Ego-Tunnel leben. In diesem Tunnel gaukeln uns die neuronalen Verschaltungen eine Welt vor. In diesem vom Gehirn modellierten Abbild der Außenwelt ist zusätzlich die Illusion eines Ichs eingebaut, so dass wir das naive Erleben haben, wir befänden uns zum Zeitpunkt eines „Jetzt“ mitten drin in dieser Außenwelt, die wir natürlich nur als Modell in unserem privaten Ego-Tunnel erleben. Niemals – so die Auffassung von Metzinger – kann es gelingen, tatsächlich in Kontakt mit der Wirklichkeit zu stehen. Wir sind und bleiben im Tunnel.

Vielleicht würde der Buddha heute die grundlegende Täuschung im Hamsterrad des Samsāra ähnlich erklären. Allerdings, und das unterscheidet die buddhistische Lehre, verneinte der Buddha nicht nur die unabhängige Existenz des Ich, sondern auch die aller anderen Phänomene – ein Aspekt, der bei Metzinger fehlt. Alles existiert nur abhängig benannt, als Konstrukt des begrifflichen Denkens – nicht nur das Ich, sondern auch der Ego-Tunnel, neurowissenschaftliche Untersuchungen und philosophische Gedankengänge. Und weil alles leer von Eigenwesen ist, gibt es aus buddhistischer Sicht auch die Möglichkeit der Freiheit durch Erkenntnis auf der Basis tiefer Versenkung. Es versteht sich von selbst, dass heutige Philosophen eine solche Erlösungslehre ablehnen; in diesem Punkt gibt es keine Annäherung zwischen dem religiösen und dem wissenschaftlichen Weltbild.

Interessant sind die Schlussfolgerungen, die Metzinger aus all den Ergebnissen zieht. Vor allem geht es ihm darum, einen breiten Diskurs über die neuen Entwicklungen in den Neurowissenschaften und die damit einhergehende naturalistische Wende im Menschenbild anzuregen. Er weist auf das ethische Vakuum hin, das der „kalte Materialismus“ uns beschert – woran auch Philosophen wie er ihren Anteil haben –, und fordert im zweiten Teil des Buches eindringlich eine neue Bewusstseinsethik.

Konsens ist heute, dass wir Einfluss auf das Bewusstsein nehmen können, dass sich das Bewusstsein und das Gehirn verändern. Metzinger sagt sogar, dass Meditation, Achtsamkeit und Mitgefühl gefördert werden sollten, gerade auch bei Kindern und Jugendlichen. Andererseits gibt es Entwicklungen, etwa in der Pharmazie, die besorgniserregend sind: Die unheilvolle Verbindung von Neurowissenschaft und Industrie macht es möglich, dass immer neue Psychodrogen auf den Markt kommen, mit denen der Mensch seine Bewusstseinszustände gezielt manipulieren kann. Politik und Gesellschaft hinken den Entwicklungen hinterher.

Die Religionen, allen voran der Buddhismus, müssen sich der Diskussion über die Natur des Bewusstseins und ihrer Implikationen stellen und Anschluss an die Erkenntnisse der heutigen Forschung halten. Es reicht nicht, nur zu wissen bzw. zu lesen, was welche indischen und tibetischen Philosophen in der Vergangenheit über das Bewusstsein gesagt haben. Dharma heißt, die Wirklichkeit zu erkennen, wie sie ist. Auch das, was, gestützt auf viele Experimente, ernstzunehmende Wissenschaftler heute brandaktuell über das Bewusstsein und seine Funktion sagen, sollte verarbeitet werden.

Es ist an der Zeit, dass buddhistische Gelehrte die buddhistische Philosophie des Geistes weiterentwickeln und die Konfrontation mit dem naturalistischen Weltbild suchen, das einen so zerstörerischen Einfluss auf die Natur, die Kultur und die menschliche Gesellschaft hat. In diesem Sinne ist Metzingers „Ego-tunnel“ ein exzellenter Wachmacher!

*Andrea Liebers und Birgit Stratmann*



THOMAS METZINGER:  
DER EGO-TUNNEL.  
EINE NEUE PHILOSOPHIE  
DES SELBST: VON DER  
HIRNFORSCHUNG ZUR  
BEWUSSTSEINSETHIK.  
Berlin Verlag, Berlin  
2010. 352 S., 26 €/  
Taschenbuch 11,95 €



## GEISTESTRAINING EINMAL ANDERS ERKLÄRT

Yongey Mingyur Rinpoche ist mit seinen 35 Jahren einer der Shooting-Stars unter den tibetischen Lehrern, die insbesondere viele westliche Menschen ansprechen. Humorvoll und pragmatisch erläutert er in seinem Buch *Buddha und die Wissenschaft vom Glück* neueste Ergebnisse der Hirnforschung, an denen er in den USA als Testperson beteiligt war. Er setzt die Erkenntnisse der westlichen Wissenschaft in Beziehung mit seinen eigenen Meditationserfahrungen.

Mingyur Rinpoche wurde geboren als einer der Söhne des 1996 gestorbenen Kagyü-Meisters Tulku Urygen Rinpoche. Im Alter von sechs Jahren litt er unter Angstzuständen, die er, wie in dem Buch berichtet, mit Hilfe der Meditation in den Griff bekam. Als 13-jähriger war er der jüngste Teil-

nehmer eines traditionellen Drei-Jahres-Retreats, und es gelang ihm, seine Angstattacken endgültig zu überwinden. Dies geschah mit Hilfe meditativer Techniken mit denen er seine Emotionen als natürliches Spiel des Geistes erkannte. Später erschloss sich ihm die Welt der westlichen Wissenschaften.

Der Autor kombiniert beide Welten so gelungen, dass ein erfrischendes Buch darüber entstanden ist, wie wir den Geist trainieren können, um glücklich zu sein. Dabei steht nicht so sehr die buddhistische Lehre im Vordergrund. Vielmehr geht es Yongey Mingyur um das Herausarbeiten von ethischen Werten, die eine universelle Gültigkeit besitzen.

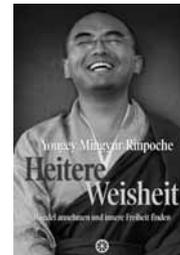
Ein großartiges Buch, das empfehlenswert ist für alle, die westlicher Empirie nicht aus dem Wege gehen möchten und gleichzeitig philosophische Tiefgründigkeit schätzen, die ohne blasierte Geschwätzigkeit daher-

kommt. Interessant ist die Tatsache, dass Mingyur Rinpoche ab nächstem Frühjahr ein weiteres Mal für drei Jahre ins Retreat gehen wird.

Uwe Spille



YONGEY MINGYUR RINPOCHE: **BUDDHA UND DIE WISSENSCHAFT VOM GLÜCK.** EIN TIBETISCHER MEISTER ZEIGT, WIE MEDITATION DEN KÖRPER UND DAS BEWUSSTSEIN ÄNDERT. Verlag Goldmann Arkana. München 2007. 412 S., 14 €



DERS.: **HEITERE WEISHEIT: WANDEL ANNEHMEN UND INNERE FREIHEIT FINDEN.** Goldmann Arkana, München 2009. 352 S., 17,95 €

## LEBEN LERNEN MIT DEN SCHMERZEN

Der Anästhesist und Schmerztherapeut Dr. med. Peter Tamme stellt hier zusammen mit seiner Frau ein Konzept vor, das auf der Grundlage jahrzehntelanger Erfahrung mit Schmerzpatienten nur eines will: Helfen. Dabei ist das realistische Ziel nicht die Freiheit von Schmerzen, sondern mit dem Schmerz so leben zu lernen, dass die Handlungsfreiheit bewahrt bzw. überflüssiges Leid vermieden wird – buddhistisch: „Leiden über das (unvermeidbare) Leid hinaus“. Denn einen großen Teil des Leidens macht nicht der eigentliche körperliche Schmerz aus, sondern unsere innerlich-emotionale Reaktion darauf.

Nur sechs Trainingseinheiten bzw. Kurswochen reichen nach den Erfahrungen der Autoren aus, um die vollständige Kompetenz für selbstständiges Üben zu erlangen. Auch Selbststudium ist möglich, Kursmaterialien und Übungs-

CD sollen in Kürze zur Verfügung stehen. Zusätzlich wird für die Zukunft die Möglichkeit angestrebt, sich durch erfahrene Therapeuten und Trainer anleiten zu lassen.

Erlern werden sollen sieben Schritte, die als „Achtsamkeitskaskade“ bezeichnet werden und jedem Meditierenden, wenn auch nicht unbedingt in dieser Reihenfolge, wohlbekannt sind: Aktives Nicht-Tun (zur Ruhe kommen), Innerer Beobachter (Bewusstmachung), Gewahrsein (der Gegenwart), Disidentifikation (von Automatismen), Akzeptanz (des Unabänderlichen), Gleichmut (Aufgeben des Kontrollbedürfnisses) und Loslassen (aller schmerzverschlimmernden Faktoren). Neu ist hier lediglich die kompakte Zusammenstellung und die Fokussierung auf die Schmerzproblematik.

Das Buch selbst ist eine Kollage aus gut lesbaren Erfahrungsberichten aus der Schmerzpraxis und theoretischem Hintergrund mit Tabellen, einprägsamen Bildern und Übungstexten.

Dr. Tamme vertritt dabei keine spezielle Weltanschauung und erwartet das auch nicht von seinen Patienten. Einzige Kontraindikationen sind Sprachbarrieren, akute Psychosen oder (psychotherapeutisch behandelungsfähige) Unruhreaktionen auf Entspannungstechniken.

Man kann nur hoffen, dass sich die Achtsamkeitsbasierte Schmerztherapie (ABST) schnell Verbreitung findet, denn jedes unnötige Leid sollte keine Sekunde länger als nötig erduldet werden.

Cornelia Weishaar-Günter



PETER TAMME UND IRIS TAMME: **FREI SEIN IM SCHMERZ.** SELBSTHILFE DURCH ACHTSAMKEITSBASIERTE SCHMERZTHERAPIE ABST. Books on Demand, Norderstedt 2010. 251 S., 29,90 €



## SPIRITUELLES LEBEN IN SCHWIERIGEN ZEITEN

Nicht einmal die eigenen Eltern erwarteten, dass ihr jüngstes, immer kränkliches und schwächliches Kind, einmal ein berühmter Chan-Meister werden würde.

Taifune, Überschwemmungen und die Übergriffe japanischer Besatzer brachten Not und Tod, und die Vergänglichkeit allen Lebens wurde dem Kind früh bewusst. Ein Nachbar führte den Dreizehnjährigen einem berühmten Chan-Kloster als Novizen zu, dort erwachten bald ein tiefer Glaube und der Wunsch, Mönch zu werden.

Als Folge der Machtkämpfe in China folgten Jahre der Unsicherheit, des Hinausgeworfenseins aus dem Klosterleben und schließlich die Flucht mit der Nationalarmee von Tschiang Kaischeck nach Taiwan. Sheng Yen blieb

zehn Jahre im Geheimdienst der Armee, wurde Offizier und schrieb unter Pseudonym Artikel in einer buddhistischen Zeitschrift. Nach seiner Entlassung aus der Armee wurde er wieder Mönch als Schüler eines Chan-Meisters, dessen Erbe als Linienhalter er später wurde. Es folgte ein sechsjähriges Retreat und danach ein Aufenthalt in Japan, wo er seinen Doktor machte, bevor er nach Taiwan zurückkehrte.

Den wenigen taiwanesischen Buddhisten war Sheng Yen, der von seinen Anhängern Shifu genannt wurde, verdächtig, zu unorthodox. So nahm er das Angebot eines Sponsors an, in New York ein Chan-Zentrum zu gründen. Doch nach zwei Jahren schon musste er nach Taiwan zurückkehren, um das Erbe seines Meisters anzutreten – und hatte bald großen Zulauf. In den folgenden Jahren pendelte er zwischen den USA und Taiwan.

Meister Sheng Yen, der im Februar 2009 im Alter von 79 Jahren starb, war ein großer, geistig völlig unabhängiger Lehrer, ein Weiser mit großer Demut, der nicht müde wurde, Chan als Hilfe zu vermitteln, sich innerlich zu öffnen, jede Situation anzunehmen, mit Mitgefühl und Weisheit zu agieren und, dadurch gewandelt, die Welt zu erleben. Wer ein wenig über den Tellerrand schauen will, den ihm sein jeweiliges buddhistisches Zentrum vorgibt, wird dieses Buch mit Freude lesen.

*Egbert Asshauer*



SHENG YEN: FUSS-  
SPUREN IM SCHNEE.  
AUTOBIOGRAFIE EINES  
BUDDHISTISCHEN  
MÖNCHS AUS CHINA.  
Theseus Verlag,  
Bielefeld 2010.  
288 S., 24,95 €



Bodhesako

**VERÄNDERUNG –**  
erlebte Vergänglichkeit im Lichte der  
Buddhalehre  
übersetzt und eingeleitet von Mettiko Bhikkhu

ISBN 978-3-931095-38-3. 136 S. Paperback. 13 Euro

Dieses Werk ist ein Plädoyer für ein ganzheitliches Herangehen an das eigene Dasein und insbesondere an die Praxis der Lehre des Buddha. Der Leser wird eingeladen, sich Buddhadharma nicht als Studienobjekt anzueignen, sondern als organisches Ganzes auf das eigene Erleben anzuwenden und zuzulassen, dass dieses dadurch transformiert wird. Denn ohne die Bereitschaft, den eigenen Standpunkt mit Hilfe der Führung des Buddha zu richtiger Ansicht verändern zu lassen, ist Befreiung nicht möglich, wie der Autor betont.

Blindheit – so behaupten die Lehreden des Buddha immer wieder – hat im Kern mit unserem Unvermögen zu tun, die Natur der Vergänglichkeit zu sehen und zu erkennen. Und doch sagt uns unsere eigene Erfahrung, wohin wir auch blicken, sehen wir, dass die Dinge in der Tat vergänglich sind. Falls der Buddha Recht hat, was ist uns dann entgangen?



**VERLAG  
BEYERLEIN & STEINSCHULTE**

Herrnschrot  
D-95236 Stambach  
Tel.: 09256/460

Fax: 8301

mail: verlag.beyerlein@buddhareden.de

[www.buddhareden.de](http://www.buddhareden.de)

Gerne schicken wir Ihnen unser  
Programm zu.