

gen, die hier als Buch erschienen sind, nicht lediglich eine Einführung in die tibetische Medizin zu geben, sondern kulturübergreifende Wahrheiten zu den Themen: Gesundheit und Spiritualität, Vorbeugung durch richtigen Lebenswandel (Ernährung und Klimafaktoren) und feinstoffliches Energiesystem des Menschen; auch führt er viele Diagnose- und Therapiemethoden vor.

Ein zentraler Punkt ist dabei die ayurvedische Drei-Säftelehre (Feuer, Schleim und Wind), die hier besonders im Zusammenhang mit den drei Geistesplagen (Abneigung, Anhaftung und Unwissenheit) erläutert wird; sie ist auch in anderen Traditionen wiederzufinden (z.B. Sulfur, Salz und Merkur bei den Alchemisten). Vermerkt der Leser bei seiner Lektüre mit drei verschiedenfarbigen Stiften die entsprechenden Stellen, erhält er am Ende eine umfassende Nachschlagequelle über alle relevanten Informationen zu den Drei Säften und interessanten Hinweisen für den Alltag; aber er kann die wichtigsten Punkte auch systematisch kurz zusammengefaßt in der guten Einleitung von Dr. Assauer finden.

Am schwersten allein durch die Lektüre nachvollziehbar ist sicherlich die aus China stammende Pulsdiagnose und Nadelung, die im Gegensatz zu einigen anderen althergebrachten Naturheilmethoden (z.B. Brennen und Schröpfen, die auch bei uns noch angewendet werden), im Westen bis vor kurzem nie bekannt waren; aber auch diese versteht der Autor plastisch darzustellen und mit Leben zu füllen. Er zeigt besonders Wege auf, wie geistig-psychische Störungen nicht mit Allopatika unterdrückt werden müssen, weil sie als unheilbar gelten, sondern Hoffnung auf natürliche Heilung besteht, wenn humane und natürliche Heilmethoden angewandt werden.

Das persönliche Schicksal dieses weisen Arztes, der über zwanzig Jahre die unmenschliche Gefangenschaft des chinesischen Regimes erdulden mußte, ist tragisch und macht den Leser betroffen; trotzdem beendet man mit positivem Gefühl und Hoffnung auf ein gesundes Leben die Lektüre dieses wunderbaren Kleinods.

Felix Baritsch

Hilfe für die Buddhisten in St. Petersburg

Der Ostfonds unterstützt Buddhisten aus den Gebieten des ehemaligen Ostblocks mit Studienmaterial und Literatur. Mit den Buddhisten in St. Petersburg hat sich in den letzten Jahren ein reger Austausch entwickelt. Petersburger Dharmafreunde kommen – manchmal für längere Zeit – ins Zentrum, wo sie studieren und mitarbeiten. Besonders hilfreich ist es für sie, den Umgang mit Computern zu erlernen, damit sie zu Hause eigene Publikationen in russischer Sprache veröffentlichen können.

Seit drei Jahren fährt Geshe Thubten Ngawang mit seinem Übersetzer Dschampa Gyatso (Christof Spitz) oder in diesem Jahr mit Dschampa Dönsang (Jürgen Manshardt), Gabriele Küstermann und Gerfried Horst im Frühjahr für zehn Tage nach St. Petersburg, um den Dharma zu lehren und eine solide Basis für die Dharmapraxis zu schaffen.

Natürlich kostet das alles Geld! Auch ist bekannt, daß es in Rußland selbst am Allernötigsten mangelt. Die Verpflegungskosten für die Gäste aus St. Petersburg wurden bisher vom Verpflegungsetat der Zentrumsbewohner mitgetragen. Für die Flugtickets für Geshe-la und Christof kamen private Spender auf; Unterkunft und Verpflegung stellten die Petersburger Freunde bereit. Literaturspenden sind ein nicht unerheblicher Finanzposten.

Für all die Initiativen, die mit der Verbreitung des Dharma in St. Petersburg zu tun haben, bitten wir die Freunde des Zentrums um Spenden. Ganz aktuell benötigen wir Geld für die nächste Reise, die im Mai ansteht, vor allem das Flugticket für den Übersetzer (für das Ticket von Geshela hat sich bereits ein Spender gefunden). Wir bitten um Ihre Mithilfe, wenn Sie daran interessiert sind, daß die Kontakte zu den Petersburger Dharmafreunden erhalten und vertieft werden.

Vera Weitz (für den Ostfonds)



Hausmeister und Gärtner gesucht

Ab Juli suchen wir ehrenamtlich oder gegen geringe Bezahlung einen Mitarbeiter bzw. eine Mitarbeiterin für die Erledigung der regelmäßigen Arbeiten eines Hausmeisters und eines Gärtners in unserem Zentrum. Seit 1984 hat diese Arbeiten größtenteils unser Mönch Dschampa Dönsang (Jürgen Manshardt) durchgeführt, der sich im Herbst für drei Jahre in Klausur zurückziehen wird. Der oder diejenige(n) sollte(n) handwerkliches Geschick besitzen und die entsprechenden Arbeiten langfristig und regelmäßig (5 Stunden Gartenarbeit; 5 Stunden Hausmeister) ausführen. Interessierte mögen sich bitte im Zentrum bei Jürgen Manshardt oder bei Svenja Willkomm melden.

Auf zu neuen Räumen!

Wie in unserem letzten Rundbrief vom 15.12.93 berichtet, entfaltet das Tibetische Zentrum immer umfangreichere Dharma-Aktivitäten. Die räumlichen Möglichkeiten reichen schon seit einiger Zeit nicht mehr aus. Daraufhin hat das Hauskomitee bestimmte Vorgaben ausgearbeitet, die es an einen Architekten aus Bayern gegeben hat. Er besuchte uns am 14. März und legte uns einen Entwurf für die Umgestaltung und Erweiterung des Hauses vor, der weitgehend unseren Anforderungen entsprach. Der Architekt machte uns deutlich, daß ein realistischer Preis für diese weitgehende und sinnvolle Erneuerung des Hauses für unser Zentrum in der Größenordnung von etwa 600.000 DM liegen muß. Nachdem sich die anwesenden Mitglieder des Hauskomitees von dem Schock erholt hatten, der sicher auch Sie trifft, diskutierten sie diesen Plan und auch andere grundsätzliche Aspekte und kamen zu der Entscheidung, daß der Umbau möglichst bald begonnen werden sollte.

Da das Zentrum keine Rücklagen hat, kann es diesen Betrag nur über Spenden und Kredite finanzieren. Es wäre möglich, den Betrag durch eine Bankhypothek zu bekommen, was leider zu ganz erheblichen monatlichen Zinsbelastun-

Gesucht – abgelegenes Klausurzentrum ...



Zeichnung: Jürgen Manshardt

**Die Entscheidung ist gefallen:
Warten auf Geshe Tenpa
Choephel**

gen führen würde. In der Vergangenheit hat sich gezeigt, daß wir einen wesentlichen Teil der Hausfinanzierung durch die Mitglieder und Freunde des Tibetischen Zentrums in der Leih- und Tilgungsgemeinschaft sehr kostengünstig oder zinslos finanzieren konnten. Von dieser Verschuldung in Höhe von etwa 600.000 DM haben wir im Laufe der Jahre bereits mehr als 50 Prozent zurückgezahlt.

Wir bitten daher auch jetzt wieder alle, die am Bestand und an der Entwicklung des Tibetischen Zentrums interessiert sind, zu prüfen, ob Sie in der Lage sind, uns in der Leih- und Tilgungsgemeinschaft kleinere oder größere Kredite zur Verfügung zu stellen. Wenn z.B. nur 200 Personen je ein Darlehen von 3.000 DM geben, sind die 600.000 DM finanziert. Außerdem ist es möglich, für den Zweck der Erweiterung Spenden zu geben, wobei auch kleinere Beträge sehr hilfreich sind.

Auf der vorletzten Sitzung des Hauskomitees im Februar waren sich außerdem alle Beteiligten einig, daß das Zentrum längerfristig Möglichkeiten schaffen muß, in denen sich Ordinierte und Laien in stille Klausuren zurückziehen können. Wir haben also den Plan eines Klausurzentrums auf dem Lande nicht aufgegeben. Dafür gibt es auch schon interessante Ideen, wie man soetwas schaffen könnte, ohne das Zentrum zusätzlich zu belasten.

Nach drei Jahren harter Bemühungen steht dem Kommen eines zweiten Gesches zur Entlastung unseres geistlichen Leiters Geshe Thubten Ngawang nichts mehr im Wege. Von seiner letzten Indienreise brachte Geshela die Entscheidung Seiner Heiligkeit des Dalai Lama mit, der aus vier Vorschlägen zwei Mönche auswählte und Geshe Thubten Ngawang die letzte Entscheidung überließ. Diese fiel auf Geshe Tenpa Choephel.

Geshe Tenpa Choephel stammt aus dem Kloster Sera und ist 52 Jahre alt. Er begann seine Gesche-Ausbildung noch in Tibet und kennt sich hervorragend im Dharma aus. Unter den Mönchen, die später im Exil ihre Gesche-Prüfung ablegten, war er der jüngste. Alle anderen, die nach ihm Gesches wurden, hatten ihre Ausbildung im indischen Exil begonnen.

In Deutschland sind die Wege für ihn geebnet. Die deutschen Behörden und das Indische Generalkonsulat haben be-

reits grünes Licht signalisiert. Auch vom Kloster Sera und dem tibetischen Ministerkabinett im indischen Exil liegen dem Bureau of H. H. the Dalai Lama in New Delhi die Genehmigungen vor. Nun fehlt nur noch ein gültiges Reisedokument und eine Rückkehrgenehmigung von den indischen Behörden.

Für den Mönch Gen Lobsang Choephel, der von 1991 bis 1992 ein Jahr als zweiter Lehrer im Tibetischen Zentrum war, sorgten einige Mitglieder und Förderer des Zentrums mit Spen-



den. Bitte überlegen Sie, ob es Ihnen möglich ist, durch einmalige oder regelmäßige monatliche Spenden für die Reisekosten und die Lebenshaltung auch von Geshe Tenpa Choephel zu sorgen. Wir rechnen dafür insgesamt etwa 1.200 DM monatlich.

Achtung! Kein Aprilscherz!

Unsere Telefonzeiten ändern sich ab 1. April 1994. Sie erreichen das Zentrum telefonisch:

Di, Mi, Fr:	13.00 bis 16.00 Uhr
Do:	13.00 bis 18.30 Uhr

(sonst nur Ansage des automatischen Anrufbeantworters)

Unser Buchladen »Tsongkang« hat eine eigene Telefonnummer und andere Sprechzeiten (siehe Impressum auf Seite 2).