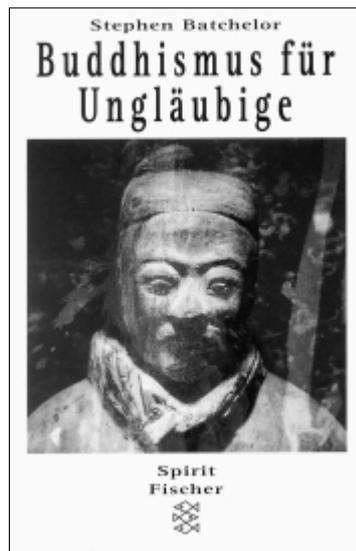


Buddhismus ohne Karma?

*Stephen Batchelor.
Buddhismus für Ungläubige,
Fischer Verlag, Frankfurt 1998,
143 Seiten, 18,90 DM*

Das Besondere an dem Buch von Stephen Batchelor liegt weniger in dem, was darin beschrieben ist, als vielmehr in dem, was nicht behandelt wird. Zu lesen ist über die Grundzüge des Buddhismus: die Vier Edlen Wahrheiten, die Praxis der Achtsamkeit, die Erkenntnis der Vergänglichkeit und der Leerheit sowie das Mitgefühl. Der Autor fordert dazu auf, statt der stupiden, mechanischen Alltagsbewältigung buddhistische Methoden anzuwenden, um wacher und friedlicher zu werden. All das ist lebendig beschrieben und kann den Leser dazu ermuntern, dieses Leben besser zu bewältigen. Etwas eigenwillig ist die Interpretation der ersten Wahrheit, wo das Leiden mit „Angst“ gleichgesetzt wird.

Was fehlt, ist eine eingehende Beschäftigung mit Karma und Wiedergeburt, wie man sie normalerweise in Büchern zum Buddhismus findet. Denn ein Freigeist, als der sich Batchelor versteht, kann darüber keine



definitive Aussage treffen. Aus seiner Sicht liegt dem Buddhismus eine agnostische Haltung zugrunde, die keine fertigen Antworten liefert, sondern anerkennt, daß man schlicht nicht weiß, ob es zukünftige Existenzen gibt oder nicht. Allenfalls eine Hypothese könne darüber formuliert werden. Im Laufe der Jahrhunderte, kritisiert der Autor, sei im Zuge der Institutionalisierung des Buddhismus das eigene Erforschen und Erkennen zugunsten eines kontrollierten Glaubenssystems immer mehr ins Hintertreffen geraten. Und aus diesem Grund solle man sich lieber auf das konzentrieren, was man selbst erkennen und nachvollziehen kann. Diese Argumentation ist nachvollziehbar.

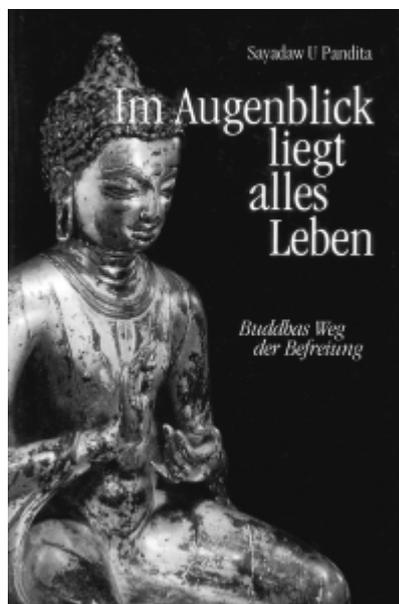
Die Crux ist allerdings – und das konzidiert auch Batchelor – daß der Buddha die Wiedergeburt gelehrt hat, wenn es nicht sogar eine seiner Kernlehren ist. Der Erwachte sah eine Gefahr darin, daß wir uns, mit welchen (Meditations-) Methoden auch immer, in dieser Welt häuslich einrichten und so den Kreislauf der Existenzen immer weiter festschreiben. Ob der Buddha über das Leiden sprach, über die Ursachen des Leidens, über die Befreiung oder den Pfad dorthin – wozu all die Lehren, angewendet mit Mühen und Anstrengungen, wenn das Leiden nur auf dieses eine Leben begrenzt ist? Schade, daß Stephen Batchelor dieses Thema nur auf fünf Seiten behandelt. Dabei kreierte er aus seinem Zweifel „Man weiß es nicht“ eine eigene Weltanschauung, die undurchdringbar und irgendwie statisch erscheint. Wie schön wäre es, wenn er, ganz Freigeist, in seinem nächsten Buch über seine Gedanken, Erfahrungen und Zweifel mit dem Thema Karma und Wiedergeburt berichten und eine Diskussion darüber unter westlichen Schülerinnen und Schülern anregen würde. Dann wäre der „Buddhismus für Ungläubige“ vollständig und nicht bloß eine Anleitung zu einem besseren Leben im Daseinskreislauf.

Birgit Stratmann

Fundgrube für Meditierende

Sayadaw U Pandita. Im Augenblick liegt alles Leben. Buddhas Weg zur Befreiung. O.W. Barth 1999, 352 Seiten, 44,90 DM

Das vorliegende Buch ist ein Wegweiser für die Praxis der Meditation. Vornehmlich geht es um Śamatha (Konzentration) und Vipāśyanā (Einsicht), wie sie im Theravāda-Buddhismus geübt werden. Dabei wird die Achtsamkeit als Grundlage



von allem erklärt, denn ohne die kontinuierliche Bewußtheit auf den Geist und die Objekte, auf die er trifft, ist keine wirksame Geistes-schulung möglich. Der Autor behandelt die ethischen Regeln, die den Geist für die Meditation reifen lassen, er erklärt die „zehn Armeen Maras“, also eine Anzahl von Hindernissen für die Praxis. Er beschreibt die „sieben Faktoren der Erleuchtung“, die die geistige Entwicklung fördern, und schließt ab mit Erklärungen zur Vipāśyanā-Übung, also den zu befreienden Einsichten in Vergänglichkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Selbst.

Das Buch ist eine Fundgrube an praktischen Tips und Tricks für die Meditation. Was ist zu tun, wenn der Geist aufgeregt und aufgewühlt ist? Wie wirkt man Schläfrigkeit und Lethargie entgegen? Sayadaw U Pandita weiß Rat in allen Lebenslagen, in die Yogis geraten können. Er spielt auf dem Geist wie ein virtuoser Klavierspieler auf seinem Instrument. Weisheit, Sanftmut und

tiefes Mitgefühl sprechen aus seinen Worten. Zuweilen sind seine Ausführungen auch sehr amüsant zu lesen. Beispielsweise zitiert er einen Vergleich des Buddha, daß man meditieren solle wie eine Henne, die über dem Ei brütet, das heißt vor allem regelmäßig und ausdauernd. Keinesfalls solle man sich entmutigen lassen: „Yogis sind wie kleine Kinder. Sie lassen sich sehr leicht

irritieren, sie schreien und weinen zu den unmöglichsten Zeiten“, wenn sie sich im Übergang zur nächsten Entwicklungsstufe befinden. Dann hilft nur noch eins: einfach weiterüben, denn, „der Dharma entfaltet sich von selbst. Ich muß nur kühl dasitzen und mit freundlichem Bewußtsein beobachten.“

Birgit Stratmann

Schlaglicht auf die Welt des Buddhismus

Buddhismus verstehen - Ein Sympathie Magazin. Studienkreis für Tourismus und Entwicklung e.V. in Ammerland. Starnberger See 1999

Gibt es Instant-Erleuchtung/ Ohne Lehrer geht es nicht/ Buddhismus in Zentralasien: Das sind nur einige Themen des Heftes „Buddhismus verstehen“, herausgegeben von Ludmilla Tüting. Es enthält kurze, allgemeine Artikel, in



denen das Wichtigste mit Foto auf ein bis zwei Seiten erscheint. Wer

breit gefächert über politische Themen oder geschichtliche Hintergründe des Buddhismus informiert werden, wer sich einen Überblick über die Bedeutung zentraler buddhistischer Begriffe verschaffen oder ein paar praktische Tipps erhalten möchte, der findet hier eine bunte Mischung locker geschriebener, informativer Artikel und Interviews. Natürlich werden keine detaillierten Sachverhalte oder komplexere Themen, die eine eingehendere und tiefere Auseinandersetzung erfordern würden, behandelt. Aber auf den nur ca. fünfzig Seiten findet man erstaunlich viele Anregungen und Informationen.

Anja Oeck

Einführung in die Tibetische Astrologie

Philippe Cornu, Handbuch der tibetischen Astrologie, Theseus Verlag 1999

Die Astrologie ist die Wissenschaft der Zeit und hat stets eine bedeutende Rolle in der Religion und im Alltagsleben der Tibeter gespielt. Daß darüber nur wenige Details bekannt sind, liegt an der Schwierigkeit der Materie. Der Autor schließt hier eine Lücke und beschreibt in verständlicher und gut lesbarer Form die tibetische Astrologie vor ihrem buddhistischen Hintergrund. Viele Listen und Tabellen

ergänzen den Text und ermöglichen es dem Leser vielleicht, sein eigenes Horoskop zu erstellen.

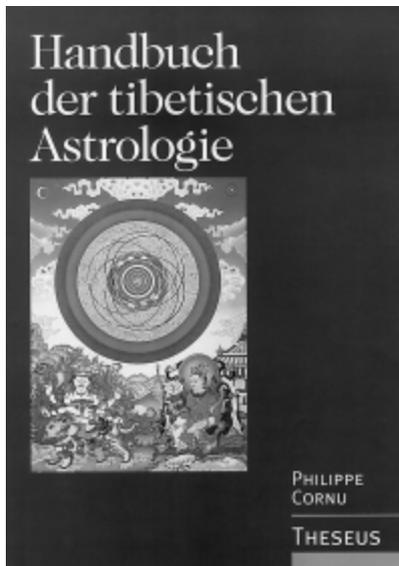
Wie die Medizin hat auch die Astrologie – sie wurde an den Medizinschulen in Lhasa gelehrt – ihre Wurzeln in China, Indien und in der schamanistischen Bön-Tradition. Sie geht davon aus, daß die Bewegungen der Gestirne eine Entsprechung im Schicksal des Menschen haben. Man kann es ändern, wenn man sein Leben und Handeln an den berechenbaren und damit vorhersagbaren kosmischen Energien ausrichtet und religiöse Rituale nutzt, um ungünstige Einflüsse der Gestirne zu neutralisieren. Das Tibetan Medical & Astro Institute in Dharamsala veröffentlicht jedes Jahr einen Almanach mit einem Kalender, in dem die günsti-

gen und schädlichen Monate, Wochen und Tage verzeichnet sind.

Die chinesische Astrologie beruht – wie auch die indische – auf Mondzyklen. Die Basis aller Berechnungen und Prognosen sind die fünf Elemente, Bausteine alles Seienden, die jedes eine männliche und weibliche Polarität haben und miteinander reagieren. Sie sind den 12 Tierzeichen zugeordnet, nach denen die Zeit in Zyklen von 12 und 60 Jahren geordnet ist. Mit Hilfe von magischen Quadraten lassen sich auch Aussagen über die Lebenserwartung und über vergangene und zukünftige Leben machen. Trigramme, auf denen das I Ging basiert, werden für die Geomantie genutzt. Die indische Astrologie interpretiert die Beziehungen zwischen Sternzeichen und Planeten. Sie ist ma-

thematisch ausgerichtet und steht damit der westlichen Astrologie sehr viel näher als die chinesische. Die Grundlagen dieses ausgefeilten Systems zur Berechnung der planetarischen Kräfte finden sich in einem brahmanischen Tantra, das in den Tanjur sowie im sogenannten äußeren Kālacakra-Tantra aufgenommen worden ist. Dieses enthält die heute noch akzeptierten Grundlagen der tibetischen Kosmologie, während die im Abhidharma beschriebene Kosmologie nach heutigem Wissensstand als nicht mehr haltbar gilt. Beide Kosmologien, über die sich sonst wenig im Zusammenhang finden läßt, werden im Anhang des Buches kurz beschrieben.

Aus der Bön-Tradition sind fünf energetische Faktoren entlehnt, die



für das Jahreshoroskop wichtig sind. Sie sind voneinander abhängig und umschreiben die physische und psy-

chische Lebenskraft. Auch sie stehen in Verbindung mit den Elementen und können durch Rituale gestützt werden. Daß die Astrologie auch zu einem Unwesen führen und Aberglauben jeder Art Vorschub leisten kann, versteht sich von selbst und wird vom Autor auch gar nicht erwähnt. In Tibet wird, so weit ich weiß, die Astrologie nicht mehr systematisch gelehrt. Der Autor behandelt nicht, welche Rolle sie im Exil noch spielt. Sicher gibt es sie noch in den Klöstern und in der Medizin, aber mir scheint, daß im Alltagsleben die Weissagung durch das Mo (mit Würfeln) heute im Vordergrund steht: Kundige Lamas werden dazu in jeder Lebenslage konsultiert.

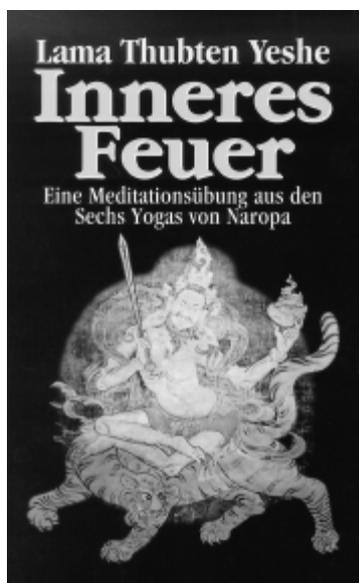
Egbert Asshauer

Ein Feuerwerk des Dharma

*Lama Thubten Yeshe.
Inneres Feuer - Eine
Meditationsübung aus den Sechs
Yogas von Naropa. Diamant
Verlag, München 1999,
285 Seiten, 32 DM*

Die in dieser Neuerscheinung sorgfältig edierten Lehren des einflußreichen Lamas Thubten Yeshe, der zusammen mit Lama Zopa Rinpoche eine weltumspannende buddhistische Organisation (FPMT) Rinpoche begründete, sind ein wahres Feuerwerk an Dharma, in dem er einer der wichtigsten Kulminationspunkte der Geheimlehren des Buddha ebenso anschaulich wie faszinierend entfaltet.

Die Praxis des Inneren Feuers ist das zentrale Thema des Buches und bildet das wichtigste Yoga für die Vollendungsstufe der Übungen des Höchsten Yoga-Tantra des indisch-tibetischen Buddhismus. Sie ist Teil der Sechs Yogas des Meisters Naropa. Lama Yeshe vergleicht die Übung des Inneren Feuers mit der Eingangs-



portierte zu einem Palast mit hunderten von Schatzkammern und nennt sie den Grundstein des Pfades des Vajrayāna. Obwohl auf einem jahrhundertealten Text des Meisters Tsongkapa basierend, wirken Lama Yeshes Darstellungen, besser gesagt Beschreibungen, denn man spürt förmlich, wie sie der direkten Erfahrung des Autors entspringen, besonders authentisch und ansprechend. Zudem richtet sich Lama Yeshe mit seinen Ausführungen an westliche Schüler und macht damit auch den Lesern Mut, die Alchemie dieser Me-

ditionen auszuprobieren und zu kosten. Dieser direkte Ansatz, den Lama Yeshe in seiner Person, seinem Wirken und natürlich auch seinen Schriften vermittelt, ist ungemein wichtig, da viele andere buddhistische Praxisanweisungen, insbesondere tantrische Ansätze, so hoch angesiedelt werden, daß sie vielleicht Sehnsucht und Faszination wecken, aber doch fast unerreichbar scheinen.

Obwohl das Buch mit einem Vorwort von Lama Zopa Rinpoche und einer klaren und bündigen Einführung in die Grundsätze des Tantra von J. Landaw versehen ist, wäre es für unvorbereitete Leser besser, sich nicht gleich auf dieses Buch zu stürzen, sondern sich erst mit dem sogenannten Stufenpfad zur Erleuchtung (Lam Rim) vertraut zu machen. Darauf basierend kann man das ebenfalls sehr zu empfehlende Buch desselben Autors, Wege zur Glückseligkeit, als Sprungbrett für die Beschäftigung mit Tantra zu nutzen. Mit diesem Hintergrund ist die Lektüre des vorliegenden Buches wirklich gewinnbringend. Selten hat ein Dharma-Buch mich so direkt angesprochen und zur Praxis inspiriert wie dieses.

Jürgen Manshardt

Wegweiser ins nächste Jahrtausend

Mit dem Menschheitswissen der vergangenen Jahrtausende das nächste Jahrtausend gestalten. Die Weisheit der Völker dieser Welt, die Vielfalt der Kulturen, die Tiefe der Religionen: das alles präsentiert Diederichs Gelbe Reihe.

Neben Quelleneditionen und Standardübersetzungen stehen Einführungs- und Überblickswerke zu den Themen Buddhismus und Hinduismus, Konfuzianismus und Taoismus, Islam und Sufismus, Christentum und Judentum, Gnosis und Mystik, Religion und Medizin der Indianer und vielem anderen mehr.

Insgesamt sind über 90 Bände lieferbar.



DIEDERICHS GELBE REIHE
Herausgegeben von Michael Günther



Loden Sherap Dagab
Rinpoche
Buddhistische Glückssymbole im tibetischen Kulturraum
Neue, bearbeitete Auflage erstmals mit Register
Eine Untersuchung der neun bekanntesten Symbolgruppen
DG Band 50
192 Seiten mit zahlreichen Abbildungen.
Paperback
DM 10,80/€ 144,-/sFr 19,-
ISBN 3-424-01122-3



Hans Wolfgang Schumann
Die großen Götter Indiens
Grundzüge von Hinduismus und Buddhismus
DG Band 129
192 Seiten, Paperback
DM 19,80/€ 144,-/sFr 19,-
ISBN 3-424-01332-1



Andreas Gruschke
Mythen und Legenden der Tibeter
DG Band 124
288 Seiten, zahlreiche Abbildungen.
Paperback
DM 24,-/€ 176,-/sFr 22,-
ISBN 3-424-01300-9



Geshe Thubten Ngawang
Vom Wandel des Geistes
Buddhistische Unterweisungen eines tibetischen Lamas
Mit einem Vorwort des Dalai Lama
DG Band 106
176 Seiten, Paperback
DM 19,80/€ 144,-/sFr 19,-
ISBN 3-424-01139-2

Tibetischer Buddhismus: neue Bücher



Die erste Lebensbeschreibung von Gendün Chöpel, Wanderer zwischen Ost und West, spirituellen und weltlichen Anliegen, Askese und Ausschweifung, Religion und Politik.

Elke Hessel
Die Welt hat mich trunken gemacht
Die Lebensgeschichte des Amdo Gendün Chöpel
320 Seiten - geb. mit Schutzumschlag
DM 45,- - ISBN 3-89620-156-5



NUR NOCH DM 24,90
Ein wunderschöner, informativer Bildband über eine atemberaubend schöne Landschaft, ihre Bewohner und ihre Kultur.

Regine Leisner / Elke und Peter Hessel
Dagab
Wo Tibet noch tibetisch ist
120 Seiten - 105 Farb- und 3 s/w-Fotos
Jetzt nur noch: DM 24,90
Vorher: DM 68,- - ISBN 3-89620-111-5



Nach „Der Herr des Tanzes“ das zweite Buch des großen Dzogchen-Meisters Chagdud Tulku mit Belehrungen zu den Grundlagen und der Essenz des Vajrayana-Buddhismus.

Chagdud Tulku
Tore in die Freiheit
Der buddhistische Weg zum Glück
240 Seiten - geb. mit Schutzumschlag
DM 39,90 - ISBN 3-89620-154-9

THESEUS

Dircksenstr. 48 · 10178 Berlin · Tel. 030/2 84 47-112 · Fax -123 · e-mail: Theseus@Dornier-Verlage.de · www.Theseus-Verlag.de

BITTE FORDERN SIE UNSER GESAMTVERZEICHNIS AN!