

KOMMENTAR ZU ŚĀNTIDEVAS GROSSEM WERK

Śāntideva (687-763 n. Chr.) schrieb den „Eintritt in das Leben zur Erleuchtung“ (Bodhicaryāvatāra) sozusagen als Leitfaden für Bodhisattva-Lehrlinge. S.H. der Dalai Lama schreibt im Vorwort zu diesem wunderbaren Buch, dass er selbst das Werk mehrfach studiert und Erklärungen dazu gehört hat. Er versichert, dass die im Text enthaltenen Ratschläge zur Entwicklung des Erleuchtungsgeistes auch heute noch nützlich sind. Eigenschaften wie Liebe, Mitgefühl, Großzügigkeit und Geduld zu entwickeln ist nicht nur auf der persönlichen Ebene hilfreich, sondern dient allen Lebewesen.

Den vorliegenden Kommentar zu diesem Māhāyana-Klassiker gab Geshe Yeshe Tobden in Italien kurz vor seinem Tod 1999. Er hinterließ damit einen wahren Dharma-Schatz. Der Dalai Lama bescheinigt Geshe Yeshe Tobden große Gelehrsamkeit und tiefe Erfahrungen, die dieser in jahrelanger einsamer Meditation mit diesen Belehrungen gemacht hat.

Bevor Geshe Yeshe Tobden die zu entwickelnden Tugenden eines Bodhisattvas erklärt, gibt er eine kurze

Einführung in den Buddhismus. In den dann folgenden acht Kapiteln geht es um die Erzeugung des Erleuchtungsgeistes, das Bekennen negativer Handlungen, Gewissenhaftigkeit, Unterscheidende Aufmerksamkeit, Geduld, Tatkraft und Sammlung. In diese Erklärungen ist eine Vielzahl von weiteren Themen eingewoben. So werden z.B. im Kapitel über Geduld auch „Die Zwölf Glieder des abhängigen Entstehens“ dargelegt.

Vers für Vers kommentiert Geshe Yeshe Tobden Śāntidevas Werk. Die Erklärungen sind präzise und von großer Klarheit. Den Übersetzern sei es gedankt, dass sich der Text leicht lesen lässt. Diese Leichtigkeit setzt sich sogar ins 9. Kapitel über die Weisheit fort, das sich mit der Leerheit von unabhängiger Existenz beschäftigt. Śāntideva führt hier einen Disput über die Weisheit vor, wie ihn ein Prāsaṅgika-Mādhyamika mit Vertretern anderer Schulen auf einem Debatierhof führen würde.

Es ist erhellend, faszinierend und stellenweise auch amüsant zu lesen, wie geschickt Śāntideva die Attacken der anderen Schulen mit dem scharfen Schwert der Weisheit pariert und so seinen eigenen Standpunkt verteidigt. Neben der sehr ausführlichen In-

haltsangabe gibt es im Anhang noch eine nützliche Zusammenfassung des 9. Kapitels auf 13 Seiten, mit der man einen Überblick über die verschiedenen philosophischen Schulen gewinnt.

Bedauerlicherweise hat der Verlag versäumt, Śāntidevas Grundtext mitzuliefern. Die angegebenen Versnummern beziehen sich offenbar nicht auf den „Eintritt in das Leben zur Erleuchtung“, das in Diederichs Gelber Reihe erschienen, aber leider vergriffen ist. Im Theseus-Verlag ist im Herbst 2004 eine Neu-Übersetzung dieses wichtigen buddhistischen Textes von Śāntideva erschienen. Eine Besprechung bringen wir in einem der nächsten Hefte.

Thorsten Grigat



GESHE YESHE TOBDEN

DER WEG DES
SANFTEN KRIEGERS.
EIN KOMMENTAR ZU
ŚĀNTIDEVAS
BODHISATTVACARYĀ-
VATĀRA.

Diamant Verlag
München 2004
27 €

LEBEN UND WERK DES ZWEITEN DALAI LAMA

Wie frühere Bücher von Glenn Mullin über das Wirken und die Werke der früheren Dalai Lamas verbindet auch dieses Buch in gelungener Weise biographisches Material über den 2. Dalai Lama (1472-1542) mit Zeugnissen seines literarischen Schaffens. Der 2. Dalai Lama signierte seine Werke oft mit „Der verrückte Bettler Gendün Gyatso“. Dies mag den Verlag zu dem etwas irreführenden Titel „Der ‚verrückte‘ Weise auf Tibets Königsthron“ verleitet haben; irreführend, weil der Zweite Dalai Lama zwar ein äußerst einflussreicher Lama, aber kein politischer Führer war.

Das Buch gliedert sich in drei Abschnitte: die Einführung, das Leben des Zweiten Dalai Lama und mystische Verse und Visionen. Die Einführung geht kurz auf die geschichtliche Entwicklung, die tibetische Tradition der mystischen Lehrgedichte und das Leben der 14. Dalai Lamas ein. Besonders interessant sind dabei zitierte Aussagen des gegenwärtigen Dalai Lama, der von „drei Gesamtplanen“ für die Dalai Lamas spricht: Der erste Plan betraf den Ersten bis Fünften, der zweite, misslungene Plan, den Sechsten, und der dritte den 13. und 14. Dalai Lama.

In dem kurzen Kapitel „Das Übersetzen tibetischer Dichtung“ stellt der Autor seine eigene Vorgehensweise beim Übersetzen dar. Dies ist erhellend, weil Glenn Mullin zwar ein

eminenter Übersetzer von tibetischen Werken ist, aber sein Übersetzungsstil teilweise umstritten ist. Dies wird verständlich, wenn man folgende Passage liest: „Mein Ziel in diesem Buch ist es, das zu vermitteln, was ich an den Gesängen und Gedichten des Zweiten Dalai Lama liebe – nicht mehr und nicht weniger.“

Die Übersetzungen von Mullin mögen inspirierend sein, zeichnen sich aber nicht immer durch Genauigkeit aus. Dies trifft leider teilweise auch auf die deutsche Übersetzung zu. Es werden z.B. einige Titel berühmter Texte sowohl im Sanskrit wie in der deutschen Übersetzung entstellt. Das Werk Suhrīlekha von Nāgārjuna wird falsch mit Surrelika angegeben, und ein zentraler Begriff wie Pramāṇa wird als „Prüfstein“

anstatt richtig als „Gültige Erkenntnis“ übersetzt.

Der zweite Teil beschreibt in ansprechender Weise das Leben des 2. Dalai Lama, den der gegenwärtige Dalai Lama als den größten seiner Vorgänger ansieht, und zeichnet ein kenntnisreiches Portrait des damaligen Tibet und seines geistigen Klimas. Mullin gelingt es, in seiner Darstellung ein Gleichgewicht zwischen traditionellem und modernem Erzählstil zu wahren und räumt lobenswerterweise

mit einigen Fehlinterpretationen z.B. über den Ersten Dalai Lama auf. Im dritten Teil findet sich eine Auswahl von Texten aus der Feder des „großen Dichters des Schneelandes“. Der ganze Reichtum verschiedener Schriftgattungen wird hier deutlich. Die poetischen Texte sind eine wahre Schatzkammer an inspirierenden Einsichten und Anweisungen, die man immer wieder lesen und für die Meditation nutzen kann.
Jürgen Manshardt



GLENN H. MULLIN

DER „VERRÜCKTE“ WEISE AUF TIBETS KÖNIGSTHRON – MYSTISCHE VERSE UND VISIONEN DES ZWEITEN DALAI LAMA

*O.W. Barth/
Fischer Verlag,
Frankfurt am Main
2004, 19,90 €*

GLÜCK IM ARBEITSLEBEN

Der Titel „Glücksregeln für den Alltag“ mag viele Leser anlocken, aber eigentlich dreht sich das vorliegende Buch nur um einen Teil des Alltags, nämlich die Arbeit und vieles, was damit zusammen hängt: Geld, Stress und Langeweile, Beruf als Berufung oder Broterwerb, Arbeitslosigkeit und die Identität des Menschen. Die allgemeinen Glücksregeln für den Alltag hatte der Autor Howard C. Cutler schon in seinem 1999 auf Deutsch erschienen, sehr gelungenen Bestseller niedergelegt: „Die Regeln des Glücks“. Beide Werke beruhen auf ausführlichen Gesprächen mit S.H. dem Dalai Lama und eigenen Kommentaren des Autors, der als Psychiater und Neurologe in den USA arbeitet.

Cutler erörtert mit dem Dalai Lama im vorliegenden Buch die Unzufriedenheit am Arbeitsplatz, die mangelnde Freiheit in der Gestaltung des Arbeitslebens, Stress und Überlastung sowie Streit mit den Kollegen. Weiter kommen zur Sprache: Geldverdienen als primärer oder sekundärer Zweck der Arbeit, der „Flow“, also Zeiten, in

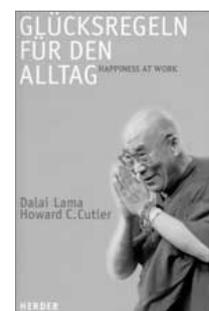
denen der Geist von bestimmten Tätigkeiten ganz absorbiert ist, die drei Einstellungen zur Arbeit: Job, Karriere, Berufung sowie die Themen Arbeitslosigkeit und womit der Mensch sich identifiziert.

Der Dalai Lama gibt in seinen Stellungnahmen keine Patentrezepte, sondern greift auf die grundlegenden buddhistischen Sichtweisen zurück, die er schon in dem Buch „Regeln des Glücks“ vermittelt hatte: Das Leiden geht vom eigenen Geist aus, die Motivation und geistige Einstellung sind der Schlüssel zum Glück, und eine umfassendere Perspektive in Gestalt von Mitgefühl und Verantwortung für das Wohl der anderen trägt wesentlich zum eigenen Glück bei. Trotz der Wiederholung bekannter Standpunkte ist interessant, wie der Dalai Lama diese Gedankengänge auf das Thema Arbeit anwendet. Auch lässt der Friedensnobelpreisträger immer wieder persönliche Erfahrungen mit einfließen, was das Buch lebendig macht.

Die Gespräche weisen an einigen Stellen eine Komik auf, die wohl aus dem unterschiedlichen kulturellen Hintergrund des Dalai Lama und

Howard Cutlers herrührt. Die Frage, was Seine Heiligkeit als seine wichtigste Tätigkeit ansehe, versteht dieser erst gar nicht. Und auf die Nachfrage, was er beruflich mache, entgegnete er: „Nichts. Ich tue nichts.“ Als der Autor insistiert, sagt der Dalai Lama: „Ich Sorge für mich selbst.“ Und er fügt hinzu, dass alle sechs Milliarden Menschen das gleiche tun. Dieses Beispiel spiegelt die unterschiedliche Herangehensweise in Ost und West. Und darin liegt ein Reiz dieses Buches: Die Gespräche erlauben einen frischen Blick auf ein sehr wichtiges Thema im menschlichen Leben.

Birgit Stratmann



DALAI LAMA/
HOWARD C. CUTLER

GLÜCKSREGELN FÜR DEN ALLTAG.
HAPPINESS AT WORK

*Herder Verlag
2004, 19,00 €*

TIBETISCHES ORAKEL

Der Orakeltext bietet Rat und Hilfe in Herzenssachen, bei beruflichen Fragen, in Geldangelegenheiten und für

die spirituelle Entwicklung, allerdings in sehr kurzer, kulturspezifischer Form, so der Klappentext des Buches. Somit gehört der Text hierzulande zum Genre Ratgeber/Lebenshilfe. Wie der Quellenangabe zu entneh-

men ist, handelt es sich um „erweiterte Orakel-Texte“, denen Jay Goldbergs Übersetzung von Originaltexten des tibetischen Nyingma-Meisters Jamgon Mipham Gyatso (1846-1912) vom Tibetischen ins Englische zugrun-

de liegen. Ulli Olvedi bringt die deutsche Version mit einem Vorwort ihres Lehrers Chökyi Nyima Rinpoche heraus. Sie erweiterte Goldbergs Übersetzung der 36 Orakelzeichen und verfasste einen einleitenden Teil zu den Themen: kultureller Hintergrund des Orakels, Religion und Spiritualität, Bön, „richtiger“ und „falscher“ Buddhismus, Maṇḍala, Karma, tibetische Medizin und Befragung des Orakels. In den Orakel-Antworten finden sich immer wieder Textverweise auf den ebenfalls von Olvedi verfassten Anhang „Rituale, Meditationen und Energieübungen“.

Leider wird nicht deutlich, welche Erklärungen von Olvedi sind und welche originär dem tibetischen Buddhismus entstammen. So ist z.B. von der Anrufung von Schutzengeln die Rede, von Himmelsmeditation und Qi Gong. Zu den Vier Klassen geistiger Wesen könne man auch Gott, Jesus, Maria, Jehova, Allah, Kwan Yin, Amaterasu, Manitou usw. zählen. Olvedis Erklärungen zum Buddhismus muten mit-

unter fremd an: „Shamatha ist die Grundform buddhistischer Meditation und hat viele Varianten. Die einfachste Form ist die inhaltlose Meditation, in der man die Gedanken einfach kommen und gehen lässt.“

Schade, dass genaue bibliographische Angaben des tibetischen Textes fehlen. Generell gibt das Buch Anlass, sich mehr mit diesem bisher fast unerforschten und wenig bekannten Genre der tibetischen Literatur und Zusammenhängen, die dem alltäglichen Bewusstsein oft verborgen sind, näher zu beschäftigen. Da sich erfahrungsgemäß viele Buddhisten in der tibetischen Tradition, insbesondere in schwer zu entscheidenden Lebenssituationen, gern auf ein Mo stützen, wäre es wünschenswert, dass zum Vergleich auch noch andere Texte übersetzt würden.

Vor dem Hintergrund dieser schwierigen Quellen- und Literaturlage ist es zu begrüßen, dass uns Jamgon Mipham Gyatsos Text erstmals auf Deutsch zugänglich ist. Ulli Olvedi hat offensicht-

lich viel Mühe und Zeit in diese Publikation investiert und scheint sich ihrer Verantwortung gegenüber dem Leser und der Tradition bewusst gewesen zu sein. Der Anspruch, den Text einem breiten Publikum verständlich zu machen, ist ein mutiges Unterfangen. Sicher kann der liebevoll aufgemachte Ratgeber Menschen eine Hilfe sein, vorausgesetzt sie haben das rechte Vertrauen.

Carola Roloff

ULLI OLVEDI

MO. DAS ORAKEL DER TIBETER. WEGWEISENDE ANTWORTEN AUF ALLE LEBENSFRAGEN



O. W. Barth bei Scherz/S. Fischer-Verlag, Frankfurt am Main 2004, 269 Seiten, gebunden, mit tibetischem Würfel, 18,90 €

HEILUNG AUS DER SICHT DES BÖN

Der Autor, der seit 1988 in den USA lebt, ist Praktizierender des Bön und wird im Klappentext als Tulku bezeichnet. Die verschiedenen Internetseiten schweigen darüber allerdings. Sein Buch beschäftigt sich mit den fünf Elementen – Erde, Feuer, Wasser, Luft und Raum –, aus denen sich der Kosmos, die Natur und der menschliche Körper zusammensetzen. Sie sind mit Emotionen, Konstitutionstypen, Charaktereigenschaften, Geschmacksrichtungen, Farben und Himmelsrichtungen assoziiert. Befinden sie sich im Gleichgewicht, sind wir körperlich und geistig gesund, andernfalls kommt es zu Problemen, vor allem psychischer Art.

Der Autor erläutert drei Methoden für den Fall, dass es einen Überschuss oder Mangel bestimmter Elemente

gibt: eine äußere oder schamanistische, eine innere, bei der durch tantrische Übungen die Energieströme im Körper gelenkt werden, und eine geheime durch die Praxis des Dsogtschen. Die Darstellung erfolgt in einer psychologisierenden Sprache und macht eine Abgrenzung zu populären Darstellungen der tibetischen Medizin schwierig.

Der interessanteste Teil des Buches behandelt die schamanistische Praxis im Bön, das heißt die Befriedung von Geistern, die dem Menschen schaden können, die Darbringung von Opfern an gute Geister und die Rückholung verlorener Lebenskraft. Yogische Techniken, die mit dem feinstofflichen Körper arbeiten, gehören zu tantrischen Übungen, die Wangyal Rinpoche in sehr vereinfachter Form präsentiert. Einige Bön-Texte, die sich mit Dsogtschen beschäftigen, werden ebenfalls stark verkürzt wiedergegeben.

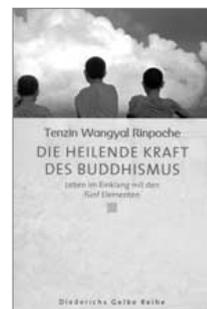
Dem Leser wird suggeriert, dass er

mit einfachen Atem- und Yogaübungen, wenn er sie nur hingebungsvoll macht, die Klarheit des Geistes manifestieren und darin verweilen kann. Es ist fraglich, ob dies ohne die notwendigen Übertragungen, Initiationen und Anleitungen von einem qualifizierten Meister gelingt.

Egbert Asshauer

TENZIN WANGYAL RINPOCHE,

DIE HEILENDE KRAFT DES BUDDHISMUS. LEBEN IM EINKLANG MIT DEN FÜNF ELEMENTEN



Diederichs Gelbe Reihe, Kreuzlingen/München 2004, 22,00 €