

### WISSENSCHAFTLICHE EINFÜHRUNG IN DEN BUDDHISMUS

Eine Einführung in den Buddhismus ist eigentlich unmöglich. Zum einen ist es unmöglich, alle Aspekte des Buddhismus auf begrenztem Raum angemessen darzustellen, zum anderen ist schon der Begriff „Buddhismus“ uneindeutig. „Buddhismus“ ist, je nach Blickwinkel, eine Wissenschaft des Bewusstseins, eine Philosophie, eine Religion, ein Meditationsweg und ein Lebensweg. Jeder Versuch zu bestimmen, was „Buddhismus“ ist, setzt Entscheidungen und (hermeneutisch gesprochen) Vor-Urteile voraus, die individuell und historisch bedingt sind und sich in stetem Wandel befinden.

Michael von Brück ist sich dieser Problematik wohl bewusst und reflektiert sie in der Einleitung seines neuen Buches anhand der Geschichte der westlichen Buddhismus-Forschung. Da es für ihn den „eigentlichen Buddhismus“ nicht gibt, entscheidet er sich für einen historischen Zugang, um das Phänomen Buddhismus als historisch Gewordenes zu zeigen (im Sinne einer „historischen Hermeneutik“).

Dazu stützt er sich hauptsächlich auf die wissenschaftliche Sekundärliteratur, so dass das Buch auch als Überblick über die akademische Buddhismusforschung dienen kann – was wahrlich kein geringes Verdienst ist. Der buddhistische Leser wird sich natürlich bewusst sein, dass dies eine wissenschaftliche (und teilweise christliche) Außenperspektive impliziert, die sich von der inner-buddhistischen Lehrvermittlung unterscheidet.

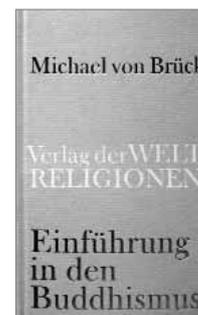
Von Brück befasst sich zunächst mit den historischen Quellen und stellt dann die Biografie des Buddha dar, wobei sich neue Einsichten zur Datierungsfrage ergeben. Dann behandelt er die Entwicklung des indischen Buddhismus bis zur Entstehung des Mahāyanā. Fast die Hälfte des Buches ist der Ausbreitung des Dharma in China, Japan und Tibet gewidmet. Relativ ausführlich geht der Autor zuletzt auf den Buddhismus im Westen und insbesondere auf den deutschen Buddhismus ein. Dabei werden insbesondere die soziologischen Umstände, die zur Ausbreitung oder zum Niedergang des Buddhismus beitragen, präzise benannt, womit dem beliebten christlichen Vorurteil, Buddhismus sei nur

etwas für selbstsüchtige Erlösungs-Egoisten, der Boden entzogen wird.

Überhaupt muss man von Brück bescheinigen, dass er die hermeneutische Grundregel, den anderen möglichst ebenso gut zu verstehen, wie er sich selbst versteht, stets beherzigt.

Man kann ein solches Buch kaum am Stück lesen, die Fülle der Namen und Begriffe wird jemanden, der mit der Materie noch nicht vertraut ist, zwangsläufig überfordern. Zum Nachschlagen ist es hingegen sehr gut geeignet, auch wenn leider ein gutes Wortregister fehlt. Über den so wichtigen chinesischen Buddhismus, der hier im Westen kaum eine Rolle spielt, kann man hier viel Nützliches lernen.

Thomas Lautwein



MICHAEL VON BRÜCK:  
EINFÜHRUNG IN DEN  
BUDDHISMUS.  
Verlag der  
Weltreligionen im  
Insel-Verlag,  
Frankfurt a.M.  
2007. 604 S.,  
24,90 €

### BUDDHISTISCHE LEBENSWEISHEITEN

Dies ist der erste Band zur buddhistischen Literatur, den der neue Verlag der Weltreligionen herausbringt; eine ganze Reihe weiterer Bände mit grundlegenden Lehrtexten soll folgen, die bislang noch gar nicht übersetzt vorlagen oder zumindest nicht in einer befriedigenden deutschen Fassung.

Im vorliegenden Band hat Michael Hahn insgesamt sechs Werke aus dem Genre der Spruchdichtung zusammengestellt und erstmals in deutscher Übersetzung zugänglich gemacht. Den Anfang bilden die Feierlichen Aussprüche des Buddha, eine Sammlung von Strophen, die der Buddha selbst bei verschiedenen Gelegenheiten gesprochen haben soll. Diese Sammlung er-

freut sich bis heute größter Beliebtheit. In Fassungen von unterschiedlicher Länge ist sie nicht nur über die ganze buddhistische Welt verbreitet; ihre Pali-Version, das Dhammapada, stellt sogar das weltweit am häufigsten übersetzte buddhistische Werk dar. Die hier zugrundegelegte Sanskrit-Fassung ist besonders umfangreich; sie enthält über tausend Strophen und ist ihrerseits ins Tibetische übersetzt worden.

Diesen Aussprüchen des Buddha hat Hahn fünf Spruchsammlungen späterer Verfasser zur Seite gestellt. Vier davon sind bereits in Indien entstanden, aber in ihrer indischen Originalfassung teilweise verloren gegangen. Alle vier sind jedoch ins Tibetische übersetzt worden und daher vollständig erhalten. Drei davon werden Nāgārjuna zugeschrieben, wobei es

aber wenig wahrscheinlich ist, dass sie tatsächlich von dem berühmten Philosophen stammen. Es war gängige Praxis im Alten Indien, einem Werk durch die Zuschreibung zu einer bekannten Persönlichkeit Autorität und Einfluss zu verleihen, und gerade mit Nāgārjuna sind die unterschiedlichsten Werke verbunden worden.

Die vierte Sammlung hat ein ansonsten wenig bekannter Autor namens Ravigupta verfasst. Die letzte, der Ozean treffender Aussprüche, stammt aus dem 13. Jahrhundert vom tibetischen Meister Sa-skya Paṇḍita. Keineswegs alle Strophen kann man im engen Sinne als buddhistisch bezeichnen. Viele dienen dazu, Formen von allgemeiner Lebensklugheit zu veranschaulichen. Michael Hahn hat sich seit Jahrzehnten mit dieser Gattung be-



schäftigt und kennt sich heute wie kaum ein anderer darin aus. Daher muss man es begrüßen, dass gerade er als Bearbeiter gewonnen werden konnte. Der Verlag tritt nämlich durchaus mit dem Anspruch an, lesbare und allgemein verständliche Übersetzungen auf der Grundlage wissenschaftlicher Exaktheit zu präsentieren. Im vorliegenden Band ist diese Verbindung hervorragend gelungen, und das hebt ihn weit über den Standard hinaus, der heute allgemein im Bereich der buddhistischen Literatur auf dem Buchmarkt erreicht wird.

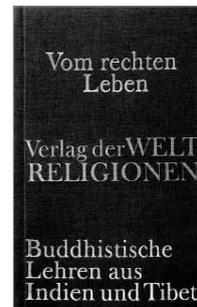
Alle sechs Werke werden ausführlich vorgestellt, und diese Einführungen

sind wissenschaftlich auf dem neuesten Stand, dennoch auch für einen „normalen“ Leser verständlich. Die Übersetzungen sind flüssig und ansprechend zu lesen. Beim zweiten Werk, den Hundert Strophen von der Lebensklugheit, hat Hahn sogar eine metrische Übersetzung gewagt, und auch diese ist durchaus geglückt.

Aufmachung, Druck und Format sind gefällig, so dass man den Band gern zur Hand nimmt, und der Preis erscheint noch moderat für ein gebundenes Buch dieses Umfangs. Die erstmalige Übersetzung der Feierlichen Aussprüche des Buddha schließt allein schon eine Lücke; dafür, ebenso aber

auch für die übrigen fünf Werke, muss man dem Bearbeiter und dem Verlag gleichermaßen dankbar sein.

*Jens-Uwe Hartmann*



VOM RECHTEN LEBEN. BUDDHISTISCHE LEHREN AUS INDIEN UND TIBET, AUS DEM SANSKRIT UND AUS DEM TIBETISCHEN ÜBERS. UND HRSG. VON MICHAEL HAHN. Verlag der Weltreligionen, Frankfurt/Leipzig 2007, 480 S., 30 €

## LEBENS LAUF EINER DER ERSTEN WESTLICHEN VIPAŚYANĀ-LEHRERINNEN

Eine sehr persönlich gestaltete Biografie, in der sich die feministische Schülerin Sandy Boucher mit ihrer recht unpolitischen, aber resoluten und bodenständigen buddhistischen Lehrerin und deren Werdegang auseinandersetzt. Wir begleiten Ruth Denison, geboren 1922, durch ihre Kindheit in Ostpreußen, Hitlerdeutschland und die Erfahrung von Vergewaltigungen im Krieg bis in die USA, wo sie heiratet und eher im Schatten ihres Mannes in den Kreisen der bekannten intellektuellen Sucher der Zeit verkehrt: Alan Watts, Timothy Leary, Anagarika Govinda.

Ihren eigenen Weg findet sie vor allem durch die Vipāśyanā-Meditatio-

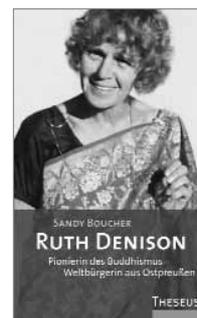
nen des Birmesen U Ba Khin und ihre besondere Fähigkeit, psychisch gestörte Menschen wieder mit sich selbst zu verbinden. Autorisiert durch U Ba Khin, wird sie schließlich selbst zu einer eigenwilligen, starken und liebevollen Lehrerin, der immer wieder Tränen in den Augen stehen, wenn die Rede auf den Buddha-Dharma kommt. Denison ist eine der ersten westlichen Vipāśyanā-Lehrerinnen.

Ein interessantes Stück Zeitgeschichte, das den buddhistischen Leser aber auch immer wieder anregen wird, sich selbst persönlich in Frage zu stellen: Wie steht es um meine Liebesfähigkeit, meine Bodenständigkeit, meine Verbindung zu meinem Körper und meiner Umwelt? Daneben werden auch theoretische Fragen aufgeworfen, wie die des Anspruchs der politischen Korrektheit an einen Lehrer oder die des Wertes einer Überliefe-

rung im Allgemeinen, an deren Rand und Autoritätsstrukturen Ruth Denison experimentiert und in ständiger Herausforderung lebt.

Ruth Denison bleibt uns nach dieser Lektüre als widersprüchlicher Mensch im Gedächtnis, der in uns viel in angeregte Bewegung gebracht hat, aber keine fertigen Antworten geliefert hat. Ein reizvolles, Perspektiven eröffnendes Buch.

*Cornelia Weishaar-Günter*



SANDY BOUCHER: RUTH DENISON. PIONIERIN DES BUDDHISMUS, WELTBÜRGERIN AUS OSTPREUSSEN. Theseus Verlag, Stuttgart 2006. 279 S., 24,95 €

## EINE REISE NACH TIBET UND ZU SICH SELBST

Dieses Buch handelt nicht nur von der Freundschaft einer jungen englischen Journalistin und einer tibetischen Nonne. Es entführt den Leser auch in

die mystische Region Pemako und in die heutige Welt der Tibeter im chinesisches dominierten Lhasa.

Auf der Suche nach der seltenen roten Lilie, über die sie einen Artikel schreiben will, reist die Journalistin Claire Scobie 1997 mit einer westlichen Reisegruppe in eine der unwirt-

lichsten Gegenden Tibets, nach Pemako, an der Grenze zu Indien. In Pemako ziehen aber nicht nur Pflanzensammler umher, sondern auch tibetische Pilger und Yogis. Hier begegnet Scobie einer tibetischen Nonne, die sich zu längeren Meditationsklausuren zurückzieht.

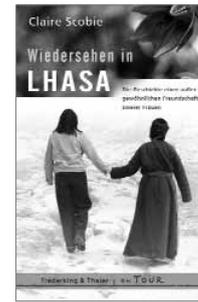


Die Journalistin, eher vertraut mit Bier, Zigaretten, Tanzen und Liebeleien, lernt auf dieser Reise eine andere Seite an sich kennen. Aber diese andere Seite ist ihr so fremd, dass es ist, als würde sie in sich selbst einen anderen Menschen finden. So beginnt eine spirituelle Reise, die ein Hauptthema dieses Buches ist. Gleichzeitig lernt die Journalistin mit dem jungen tibetischen Reiseleiter Tashi, mit dem sie eine kurze Liebesbeziehung hat, auch das heutige Tibet kennen. Sie wird konfrontiert mit den Ohnmachtsgeföh-

len der jungen Tibeter in ihrer Heimat und der Trauer angesichts trostloser Zukunftsaussichten.

Die Reisebeschreibung ist so fesselnd geschrieben, dass man die Welt um sich herum vergisst. Es ist ein Buch zum Entspannen, ein Buch, um vom eigenen Alltag Abstand zu nehmen und einzutauchen in eine ganz andere Welt. Es beschreibt eine Reise in ein fremdes Land, das im Inneren liegt, und so beschrieben wird, als sei man selbst der Reisende.

*Dorit Bullok*



**CLAIRE SCOBIE:**  
WIEDERSEHEN IN LHASA.  
DIE GESCHICHTE EINER AUßERGEWÖHNLICHEN FREUNDSCHAFT ZWEIER FRAUEN.  
*Frederking & Thaler, München 2007, 261 Seiten, 26 Farbfotos, 12 € broschiert, 19 € gebunden*

## SO TUN, ALS OB

Es klingt eigentlich ganz einfach: Jeden Tag ein bisschen glücklicher sein, heiterer, gelassener. Und wenn es nicht gleich klappt, wenigstens so zu tun, als ob. Diesen geistreichen Trick, von Dale Carnegie vor Jahren „act as if“ genannt, macht sich Metcalf zu Nutze. Man könnte ja wenigstens erstmal so tun, heute nicht mehr so wütend zu sein wie gestern. Nicht mehr so neidisch wie vorgestern im Fitnessstudio, nicht mehr so arrogant wie beim Blitzstart kürzlich an der Ampel.

Metcalf versteht es in knapper, humorvoller Sprache, die Grundregeln des „so tun, als ob“ aufzuzeigen und in den buddhistischen Kontext zu setzen. Das unterhaltsame ‚Als ob‘-Buch rät: Glücklichein einfach so. Denn der Zen-Buddhist Franz Metcalf ist überzeugt: „um sein Leben zu etwas Besonderem zu machen, ist nichts zu einfach.“

Metcalfs „Kleiner buddhistischer Alltagshelfer“ legt dem Leser ganz konkret als grundlegende Praxis den „Edlen Achtfachen Pfad“ ans Herz und empfiehlt Praktizierenden, sich vorzustellen, dass alle Wesen die Buddhanatur haben und damit unendliches Potenzial, höchste Ziele zu erreichen.

Praktische Beispiele sprudeln nur so aus den Seiten. Kommt man z.B. immer zu spät, sollte man mehr Zeit einplanen, um das tolle Gefühl zu erleben, den Mantel in Ruhe aufzuhängen, sich die Hände zu waschen und eine Atemmeditation zu machen. Oder wenn wir morgens gern die Schlummertaste betätigen, sich vorzustellen, was der Buddha dazu sagen würde: „Dem Verlangen nachzugeben, wird das Verlangen nie befriedigen“.

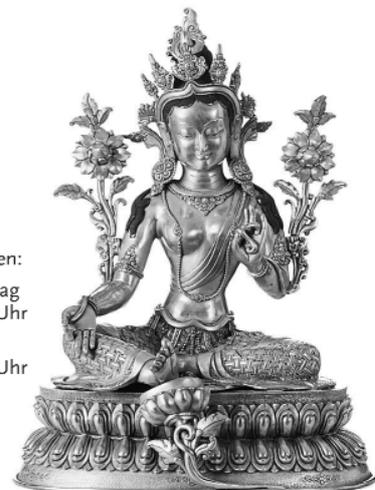
Gute buddhistische Praxis besteht darin, die richtigen Bedingungen für eine positive Veränderung zu schaffen. Depressive Gedanken kann man zum Beispiel mit körperlicher Aktivität verscheuchen, meint Metcalf. „Lassen Sie Ihren Körper Ihr Gehirn beleben, Ihr Gehirn wird Ihren Geist beleben und Ihr Geist Ihre Zukunft“. Metcalfs Botschaft in 16 Kapiteln lautet: Wir können uns jederzeit ändern. Anfangs müssen wir mit etwas Mühe vielleicht „so tun, als ob“. Genau das kann der wichtigste erste Schritt sein, der Veränderung ermöglicht.

*Christine Rackuff*



**FRANZ METCALF:** DER KLEINE BUDDHISTISCHE ALLTAGSHELPER  
*O.W.Barth Verlag 2007 237 S., Preis 13,90 €*

## TIBETAN LAMA ART DHARMAARTIKEL



Öffnungszeiten:  
Montag-Freitag  
11.00 - 19.00 Uhr  
Samstag  
11.00 - 16.00 Uhr  
oder nach  
Vereinbarung

**Manoj Rauniar**

Lange Reihe 76 • 20099 Hamburg

Phone +49(0)40 280 500 26 • Fax +49(0)40 280 531 03

E-mail lamaart@t-online.de

*Neben einer großen Auswahl an Thangkas – in korrekter Ikonographie und künstlerisch hochwertiger Ausführung – und Statuetten hoher Qualität, führen wir auch alle Arten buddhistischer Ritualgegenstände.*