



## Liebe Leserinnen und Leser,



die Philosophie der Leerheit oder des Nicht-Selbst ist ein Hauptmerkmal, das den Buddhismus von anderen Religionen unterscheidet. Daher entgegnet S.H. der Dalai Lama, wenn er von Vertretern anderer Religionen auf die Bedeutung angesprochen wird, manchmal scherzhaft: „Das geht Sie nichts an!“ Für praktizierende Buddhisten jedoch ist ein Verständnis der Wirklichkeit, insbesondere der Person, zentral. So sagt der indische Meister Śāntideva, dass alle Tugenden letztlich der Entwicklung der Weisheit dienen.

Ganze Bibliotheken sind über die Leerheit geschrieben worden, und wir können naturgemäß nur kleine Anregungen geben. Lama Zopa Rinpoche gibt in seinem Artikel „Annäherung an die Leerheit“ eine verblüffend einfache und zugleich tiefgründige Anleitung, um sie zu verstehen.

Wozu die ganze Philosophie und Mühe, fragt S.H. der Dalai Lama und liefert die Antwort gleich selbst: „Alles Leiden beruht auf Täuschung, aber diese gehört nicht zur Natur des Geistes. Wenn wir die Weisheit entwickeln, die dieser Täuschung genau entgegengesetzt ist, können wir den Geist befreien. Auch das Mitgefühl wird dann stärker sein – in dem Wissen, dass alle Wesen nur deshalb leiden, weil ihnen die Erkenntnis der Leerheit fehlt.“ Die inspirierende Unterweisung finden Sie ab Seite 20.

Auch das zentrale Thema im Interview, das ich im Frühjahr in Indien mit Jeffrey Hopkins führen konnte, ist die Leerheit. Es ist eines der Lebensthemen dieses großen Tibetisch-Übersetzers, der das Standardwerk „Meditation on Emptiness“ (London 1983) verfasst hat. Dem Werk

nach zu urteilen hätte ich einen trockenen Gelehrten antreffen müssen. Doch Hopkins berichtete über frühe Einsichten in der Kindheit, über „Dunkel-Retreats“ während seiner Studienzeit und die Wucht, mit der ihn ein „nur“ intellektuelles Verständnis der Leerheit getroffen hat. Lesen Sie das anregende und lehrreiche Gespräch ab Seite 26.

Am 10. Dezember 2008 feiert eine große Idee Geburtstag: Die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte ist jetzt 60. In dieser Deklaration sind viele der Rechte niedergelegt, die wir im Westen weitgehend genießen, aber kaum beachten. Aber die Menschenrechte sind keine Selbstverständlichkeit. In vielen Ländern der Welt werden Menschen eingesperrt und gefoltert, weil sie ihre Meinung äußern, sich zu Kundgebungen versammeln oder ihren Glauben leben.

S.H. der Dalai Lama hat aus Anlass des Geburtstages einen Artikel über die Bedeutung der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte verfasst (Seite 32). Sein Fazit: Wo Demokratie und Menschenrechte eingehalten werden, haben die Menschen mehr Chancen, die grundlegenden menschlichen Werte wie Mitgefühl und Liebe zu leben. Deshalb ist es wichtig, sich für die Menschenrechte zu engagieren und denen eine Stimme zu geben, die keine Rechte haben.

Ein glückliches neues Jahr wünscht Ihnen

*Birgit Stratmann*

Liebe Abonnenten, wenn Sie umziehen, teilen Sie dem Tibetischen Zentrum bitte Ihre neue Adresse mit. Der Nachsendeantrag der Post gilt nicht für Zeitschriften! Sie können auch das Internet nutzen ([www.tibet.de/Zeitschrift](http://www.tibet.de/Zeitschrift)) oder uns die Adressänderung telefonisch oder per E-Mail durchgeben. Vielen Dank!