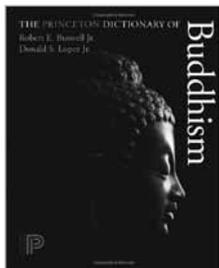


BÜCHER

LEXIKON FÜR FORTGESCHRITTENE



The Princeton Dictionary of Buddhism
Herausgegeben von Robert E. Buswell und Donald S. Lopez. Princeton University Press, Princeton 2014, 1265 S., ca. 45 €

Im Jahr 2004 hatte Robert Buswell, einer der beiden Bearbeiter des neuen Lexikons, bereits ein ähnliches Nachschlagewerk herausgegeben, die zweibändige *Encyclopedia of Buddhism*. Auf 981 Seiten hatte er damals den Versuch unternommen, eine als grundlegend angesehene Auswahl von mehr als 400 Stichwörtern durch angesehene Fachwissenschaftler bearbeiten zu lassen; einzelne Artikel, etwa zu „China“, „Dharma“ oder „Women“, konnten dabei mehrere Seiten umfassen. Das Werk war an den einschlägig vorgebildeten Laien gerichtet, sollte aber auch die Fachleute zufriedenstellen. Dass man eine Weltreligion wie den Buddhismus mit einem komplexen Lehrgebäude, einer rund 2500jährigen Geschichte und einer zeitweisen Verbreitung über den größeren Teil Asiens im Rahmen von gut vierhundert Stichwörtern nicht erschöpfend behandeln kann, liegt auf der Hand; dennoch greift man nicht ungern zu jener Enzyklopädie. Sie ist immerhin aktuell, aber relativ oft sucht man dann doch vergeblich nach dem gewünschten Stichwort.

Hier will das neue Lexikon in mindestens einer Hinsicht Abhilfe schaffen. Es wirbt damit, mehr als eine Million Wörter zu enthalten und damit das umfangreichste Lexikon des Buddhismus zu sein, das jemals auf Englisch verfasst worden ist. Die Zahl der Stichwörter ist auf über 5.000 angestiegen, und der Ge-

samtumfang hat sich im Verhältnis zu der Enzyklopädie ungefähr verdoppelt. Dabei sind allerdings zwei grundlegende Unterschiede im Aufbau zu beobachten. Erstens sind die Artikel wesentlich kürzer gehalten. Zweitens verzichtet das neue Lexikon vollständig auf englische Stichwörter. Während man in der *Encyclopedia* auch unter Begriffen wie beispielsweise „Esoteric Art“, „Kingship“, „Philosophy“ oder „Women“ nachschlagen kann, sind in das Lexikon nur noch Fachausdrücke aus sechs Literatursprachen des Buddhismus aufgenommen, und zwar aus Sanskrit, Pāli, Tibetisch, Chinesisch, Japanisch und Koreanisch; in viel geringerem Umfang werden auch Birmanisch, Lao, Mongolisch, Singhalesisch, Thai und Vietnamesisch berücksichtigt.

Um die Auswahl mit drei Beispielen zu verdeutlichen: Das erste Stichwort ist „A“, nämlich der erste Buchstabe im Sanskrit-Alphabet, und dazu wird dessen mystische Bedeutung erläutert. Der zweite Eintrag ist „abhabbaṭṭhāna“, ein Pāli-Begriff, der „Unmöglichkeit“ bedeutet und die Liste der neun moralischen Verfehlungen bezeichnet, denen ein Arhat nicht mehr unterliegen kann. Der letzte Eintrag ist „Zuting shiyuan“, und das ist der chinesische Titel eines Werkes aus der Tradition des Chan-Buddhismus.

Auf den über tausend dazwischenliegenden Seiten findet man vor allem Terminologisches, also Fachausdrücke aus der buddhistischen Lehre und Praxis, sowie Verfasseramen und Werktitel. Wichtige Ortsnamen und die diversen Schulrichtungen des Buddhismus sind ebenfalls berücksichtigt. Eine Zeittafel, einige Karten und eine lange Liste der im Buddhismus so überaus populären Begriffsgruppen (vom einen Fahrzeug bis zu den einhundert Dharmas der Yogācāra-Schule) runden das Lexikon ab. Die Seiten 1103 bis 1265 enthalten schließlich Verweise von Begriffen in den sechs hauptsächlich berücksichtigten Sprachen Chinesisch, Japanisch, Koreanisch, Pāli, Sanskrit und Tibetisch auf Originalschreibungen und auf Sanskrit-Vorlagen.

All dies macht deutlich, dass bei der Leserschaft wohl eher an ein Fachpublikum als an den buddhistischen Laien gedacht

ist, obschon der Klappentext das Werk als grundlegendes Hilfsmittel „for every student, scholar, or practitioner of Buddhism“ anpreist. Letzterer allerdings wird die Lektüre der einzelnen Einträge manchmal doch als beschwerlich empfinden, wenn er sieht, dass ein Stichwort gewöhnlich unter Verwendung weiterer Fachausdrücke erklärt wird – die allerdings ihrerseits dann auch wieder erklärt werden, das muss man fairerweise hinzufügen.

Ist die Auswahl der Stichwörter als glücklich anzusehen? Es ist unmöglich, diese Frage eindeutig zu beantworten. Vollständigkeit kann hier nicht gelingen, und daher wird es keine Auswahl geben, die alle Benutzer in gleicher Weise zufrieden stellt. Auf jeden Fall findet man viel mehr als in allen Vorgängerwerken. Die Begründung für den relativ hohen Anteil an koreanischen Begriffen liegt wahrscheinlich in einem der beiden Herausgeber: Robert Buswell ist der weltweit führende Experte für die Erforschung des koreanischen Buddhismus.

Wer vor allem an der buddhistischen Praxis interessiert ist und sich dabei hauptsächlich in der eigenen Tradition bewegt, wird auch ohne dieses Lexikon weiterhin bestens zurechtkommen. Wenn man aber Freude daran hat, sich übergreifend mit der Geschichte und der Literatur des Buddhismus zu beschäftigen, dann kann es eine exzellente Hilfe bei der Klärung von Fachausdrücken leisten. Die Einträge bieten knappe und präzise Erklärungen, die wissenschaftlich auf dem aktuellen Stand sind. Allein das ist schon viel mehr, als man von den meisten vergleichbaren Nachschlagewerken sagen kann.

Fazit: Es ist ein gutes, ein reichhaltiges und ein nützliches Buch. Inzwischen ist es auch als eBook u.a. für den Kindle erhältlich, und damit sollte es möglich sein, schnell und ohne mühsames Blättern den zahlreichen Querverweisen nachzugehen. Ideal wäre jetzt natürlich noch eine Fassung im Internet, auf die man online zugreifen könnte, denn gerade ein Lexikon bietet sich dafür an. Leider sperren sich aber selbst Universitätsverlage immer noch gegen den freien Zugang.

Jens-Uwe Hartmann

TÄGLICHE PRAXIS



Täglich 1x Erleuchtung
Shantidevas Weg
zur Glückseligkeit.
David Michie.
Goldmann Verlag,
München 2013.
352 S., 9,99 €

Normalerweise würde ich an einem Buch mit solch einem Titel ja einfach vorbeigehen. „Täglich 1x Erleuchtung“? Geht's noch? Das klingt so ein bisschen wie Instant-Buddhismus oder in „24 Stunden zum Millionär“. Der Untertitel *Shantidevas Weg zur Glückseligkeit* ließ mich dennoch zugreifen, denn so viele Bücher zu Śāntideva gibt es ja nun auch wieder

nicht, und der Klappentext klang halbwegs ansprechend.

Umso größer meine Überraschung (und Freude), als ich beim Lesen feststellte, dass es sich hier um ein durchaus seriöses und fest in den Grundlehren des tibetischen Buddhismus verankertes Werk handelt. Wer das *Bodhicaryāvatāra* aus anderen Veröffentlichungen kennt, ist vielleicht zunächst ein wenig verwirrt. Michie greift sich etwa 50 Verse heraus und stellt diese nicht chronologisch dar, sondern setzt sie in einen neuen inhaltlichen Zusammenhang. Die zitierten Verse sind aber entsprechend dem Originaltext nummeriert, sodass man sie leicht im Gesamtwerk wiederfindet. Um die Verse herum baut Michie eine Art tägliches „Trainingsprogramm“ mit Erläuterungen, Meditations- und Praxisanleitungen auf, immer mit Bezug auf unsere heutige Lebenswelt. Er kommt dabei mit einer

sprachlichen Leichtigkeit daher, dass man schnell vergessen kann, dass es sich hier um einen jahrhundertealten Text handelt, ohne jedoch an Tiefgründigkeit einzubüßen.

Wer mit dem tibetischen Buddhismus noch nicht so vertraut ist, erhält einen guten, praxisbezogenen Einblick in die Kernlehren. Ganz gleich, ob für Anfänger oder bereits seit langem Praktizierende hält dieses Buch zudem viele Tipps für die Integration dieser Lehren in unseren modernen Alltag bereit. Fazit: Das Buch ist keineswegs „instant“, sondern wohl durchdacht und als nachhaltiger Begleiter auf dem Weg absolut brauchbar. Als negative Kritik würde ich sagen: Dieses Buch hat einen besseren Titel verdient und einen Hardcover-Einband. Ich werde es nämlich sicher öfters zur Hand nehmen.

Marion Pielage

DER WELT ZULIEBE



GUT SEIN
und was der Einzelne für die Welt tun kann.
Thich Nhat Hanh.
O.W. Barth Verlag,
München 2014.
160 S., 14,90 €

Angesichts massiver globaler Missstände im sozialen, ökologischen und wirtschaftlichen Bereich sieht der vietnamesische Mönch und Zen-Meister Thich Nhat Hanh die Notwendigkeit, eine globale, universelle Ethik zu entwickeln. Der Frage, wie wir weltweiten Problemen wie Klimawandel, Wirtschaftskrisen, Armut und Kriegen begegnen können und was der Einzelne dafür tun kann, nähert er sich über die buddhistische Lehre. Anhand der Vier Edlen Wahrheiten und der Lehre vom Edlen Achtfachen Pfad, die der Buddha vor ca. 2600 Jahren lehrte,

gibt Thich Nhat Hanh dem Leser einen auf die heutige Zeit bezogenen, praxisorientierten Leitfaden an die Hand, wie unser Handeln zu mehr Frieden, Glück und Wohlbefinden auf persönlicher als auch auf gesellschaftlicher Ebene führen kann.

Er erklärt, wie wir uns dem Leiden in uns selbst und dem Leiden in der Welt öffnen können. Um Ursachen und Lösungsmöglichkeiten zu erkennen, benötigen wir eine tiefe Einsicht in die Wirklichkeit, zum Beispiel, dass alle Lebewesen und Dinge wechselseitig miteinander verbunden und voneinander abhängig sind. Unser Handeln wirkt in die Welt hinein, und wir erfahren wiederum Wirkungen. Thich Nhat Hanh zeigt, wie wir aus einem umfassenden Verstehen heraus ein von Mitgefühl und Verantwortung geprägtes Denken entwickeln. Dies wiederum ermöglicht uns auf verschiedenen Ebenen ein Handeln, das positiv in die Welt hineinwirkt, Leben schützt und unterstützt. Wichtig ist des Weiteren, dass wir uns stets bemühen, die heilsamen Anlagen in unserem Geist wie Liebe und Mitgefühl zu stärken.

Der allererste Schritt zur Veränderung beginnt, Thich Nhat Hanh zufolge, mit

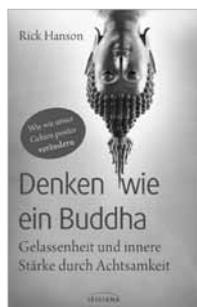
Achtsamkeit, dem achtsamen Atmen, Sitzen, Gehen, dem wirklichen Präsentsein im gegenwärtigen Moment. Damit einhergehend üben wir Konzentration. Sind diese beiden Energien kraftvoll, können wir Einsicht entwickeln. Konsequenterweise betont Thich Nhat Hanh, dass wir zunächst damit beginnen müssen, Frieden im eigenen Körper und Geist zu schaffen, bevor wir uns dem Leiden in der Welt zuwenden.

Er motiviert uns, unsere Praxis mit Freude durchzuführen und mit anderen Menschen zu teilen. Wir brauchen die Gemeinschaft: „Jeder von uns kann etwas tun, damit das Leiden in der Welt weniger wird, doch niemand von uns kann es alleine tun“. Eine bessere Welt wird möglich, wenn wir einfach anfangen, den Weg der Achtsamkeit zu gehen, wenn mehr und mehr Menschen folgen und sich so unsere Weisheit und unser Mitgefühl vereinen.

Das Buch überzeugt durch eine klare inhaltliche Struktur, Praxisnähe und viele eingeflochtene Beispiele. Auf diese Weise entfaltet es eine enorm motivierende Wirkung, das Beste in uns selbst zu entwickeln.

Maria Petersen

PRAXISTAUGLICH



Denken wie ein Buddha
Gelassenheit und innere Stärke durch Achtsamkeit.
Rick Hanson.
Irisiana Verlag, München 2013.
268 S., 16,99 €

Der international bekannte amerikanische Neuropsychologe Rick Hanson hat bereits in mehreren Büchern moderne neurowissenschaftliche Erkenntnisse mit psychologischen Elementen und altherwürdigen Meditationspraktiken des Buddhismus verknüpft. In seinem neuen Buch *Denken wie ein Buddha* konzentriert er sich besonders auf den Aspekt der erfahrungsabhängigen Neuroplastizität; d.h. dass durch wieder-

holte mentale und damit neuronale Aktivitäten dauerhafte neuronale – und damit wiederherum mentale – Veränderungen erzielt werden können. Dabei geht es ihm speziell darum, dass wir das Gute in uns aufnehmen.

Im Gegensatz zu seinen früheren Büchern verzichtet Hanson fast gänzlich auf komplizierte und für den Laien schwer nachvollziehbare wissenschaftliche Erklärungen. Daher kann dieses Buch im guten Sinne als populärwissenschaftlich bezeichnet werden.

Lässt sich der Leser auf die Übungen ein, werden sicherlich in kurzer Zeit einige positive Veränderungen möglich sein. Wenn man dieses Buch jedoch nicht als Übungsbuch nutzen will, wird man förmlich von den Doppelungen erschlagen und wünscht fast schon wieder negative Neigungen herbei. Würde man nicht, dass der Autor ein profilierter Wissenschaftler und erfahrener Meditierender ist, könnte man viele Aussagen als simplifizierend missverstehen.

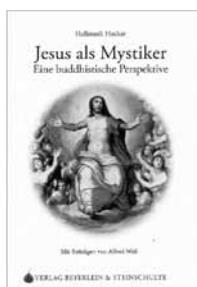
Obwohl sich Hanson in einigen kurzen Passagen gegen das bloße ‚Positive Denken‘ abgrenzt, fühlt man sich sehr an mechanische Prinzipien erinnert, die für den Hausgebrauch recht hilfreich sein können, aber doch eine weitergehende Analyse und Hilfestellung bei tiefer sitzenden psychischen und emotionalen Problemen vermissen lassen.

Eine Frage stellt sich noch: Was hat der Buddha mit dem von Hanson vorgeschlagenen Übungspfad zu tun?! Titel wie auch Aufmachung des Buches mögen verlockend und merkantil geschickt gewählt sein, sind aber aus buddhistischer Perspektive mehr als fragwürdig.

Von diesen kritikwürdigen Aspekten einmal abgesehen, wird der Leser jedoch gut daran tun, die simplen, aber sehr anschaulichen und wirkungsvollen Methoden auszuprobieren, um seine eigenen Erfahrungen zu machen und sich selbst eine Meinung zu bilden.

Jürgen Manshardt

GEMEINSAMKEITEN



Jesus als Mystiker
Eine buddhistische Perspektive.
Hellmuth Hecker.
Mit Beiträgen von Alfred Weil.
Verlag Beyerlein & Steinschulte,
Stammach 2014.
220 S., 15 €

Schon der Umschlag konfrontiert westliche Buddhisten mit der grundsätzlichen Frage: Haben wir mit dem Christentum, das wir zumeist hinter uns gelassen glaubten, wirklich Frieden geschlossen? Können wir das Großartige, das in der Religion unserer Vorfahren so viele wunderbar inspiriert hat, unvoreingenommen wahrnehmen? Sind wir bereit, davon zu lernen? Oder fühlen wir uns abgestoßen?

Hellmuth Hecker sieht Mystik mehr oder weniger als „Oberstufe aller Religio-

nen“ (Vorwort von A. Weil). Deswegen war er einer der wenigen, die wirklich nach intensivem eigenen Bemühen in sich Frieden zwischen Christentum und Buddhismus schaffen konnten. Seit 1945 dem Theravāda-Buddhismus zugewandt, blieb er doch bis 1955 Mitglied der evangelischen Kirche. Mit 90 Jahren lebt er heute nach einem äußerst produktiven Leben zurückgezogen in Hamburg.

Das vorliegende Buch vergleicht nicht, stellt Buddhismus und Christentum nicht in Gegensatz zueinander und will auch keine vordergründige Harmonie beschwören. Es bemüht sich um Verständnis und versucht, das Leben Jesu nachzuvollziehen, in seinem Kontext wie in seinen Widersprüchen. Hecker ist bemüht, eine innere Beziehung herzustellen. Seinen buddhistisch-mystischen Hintergrund spürt man nur indirekt.

Während das Christentum oft als Religion der Erlösung nur von außen gesehen wird, sagt Hecker: „Die wichtigste Voraussetzung zum Verständnis der Evan-

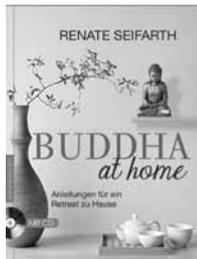
gelienberichte ist ein gewisses Heilsstreben, ein gewisses Bemühen um die eigene religiöse Läuterung.“ (S. 155) Hecker hütet sich auch hier, das auszusprechen, was einem Buddhisten an dieser Stelle unmittelbar in den Sinn kommt: Die Befreiung vom Leiden durch eigene Praxis ist Grundthema der buddhistischen Vier Edlen Wahrheiten...

Auch als Mystiker lebt Jesus voll und ganz in dieser Welt. Seine Aufsehen erregende Art des Sterbens war in diesem Sinn gewollt, die kraftvollste Art, die Menschen aufzurütteln (S. 155), wie er es als sanfter Prediger nicht vermocht hätte. Wieder vergleicht Hecker nicht, aber ein Buddhist wird an die vielen Wege denken, die einem Bodhisattva zur Verfügung stehen.

Ein Buch, das zu denken gibt und uns unseren christlichen Wurzeln näher bringen kann – eine dringende Notwendigkeit im Westen.

Cornelia Weishaar-Günter

RUHE FINDEN IM ALLTAG



BUDDHA at home
Anleitungen für ein
Retreat zu Hause.
Renate Seifarth.
nymphenburger
Verlag, München
2014. 140 S. und CD,
20,60 €

Wir alle machen immer wieder die Erfahrung, dass uns im Alltagsleben mit seiner Informationsflut und dem fortwährenden Unterhaltungsangebot der Kontakt zu uns selbst verloren geht. Wir spüren die Rastlosigkeit und innere Leere, sehnen uns nach grundsätzlicher Veränderung und hoffen, mit der Meditati-

on eine Methode zu finden, die uns zur Ruhe kommen lässt und uns in unserem Leben unterstützt.

Renate Seifarth hat einen Ratgeber geschrieben, in dem sie ihre Erfahrungen als Lehrerin der Vipassana-Meditation und ihre eigenen Erfahrungen in der Praxis zusammenfasst. Stufenweise werden wir in klarer, unmissverständlicher Sprache in die Grundlagen eingeführt: Achtsamkeit zu entwickeln, eine liebevolle, offene Haltung zu uns selbst und anderen zu finden und destruktiven Gedanken die Macht zu entziehen sind die Ansätze, die uns zur Akzeptanz von Lebenssituationen und damit zur Ruhe führen. Allmählich nähern wir uns der Erkenntnis über die wahre Natur des Denkens und unseres Geistes.

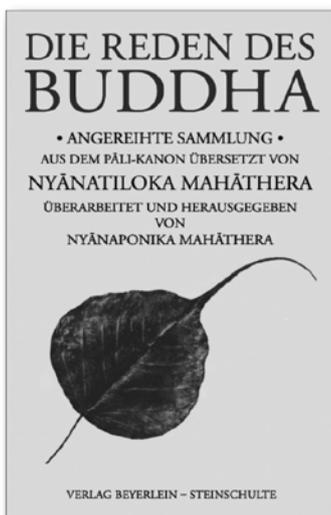
Die Autorin fordert den Leser auf, die Meditation als Weg zu sehen, um sich für das Leben zu begeistern – nicht als Schnellkurs zur Selbstverbesserung. Auch das häufige Missverständnis von Anfän-

gern, dass die Gedanken in der Meditation verebben, wird aus dem Weg geräumt. Wer sich Zeit nimmt, kann sich in jedem Kapitel eingehend mit der Achtsamkeitsmeditation vertraut machen und die entsprechenden Meditationen durchführen.

Als Stütze und Anker können begleitend die Anleitungen auf der CD gehört werden. Praktische Hinweise und deutlich formulierte Affirmationen leiten uns im Alltag an, den Kontakt zur Achtsamkeit weiter zu üben und aufrecht zu erhalten. Im Strudel der Gewohnheiten vergessen wir, dass wir nicht mehr wie im Halbschlaf leben wollen. Kontinuität und Übung ist erforderlich, um Veränderungen in unserem Geist zu erzielen.

Der Titel des Buches ist nicht ganz glücklich gewählt. Hierbei wird wohl der Buchreihe des Verlages „Ratgeber aus der Praxis für die Praxis“ Tribut gezollt.

Annegret Bittner



Die Reden des Buddha aus der Angereichten Sammlung

Aus dem Pāli-Kanon übersetzt von
Nyānatiloka Mahāthēra, überarbeitet
vom ehrwürdigen Nyānaponika.

1350 Seiten, Leinen, gebunden
ISBN 978-3-931095-88-8 80 Euro

Die Pflege der Hauptsammlungen der Lehrreden des Buddha, wie sie im Pālikanon zusammengestellt sind, liegt uns seit der Verlagsgründung 1994 ganz besonders am Herzen. Deshalb freut es uns sehr, dass wir jetzt mit der Angereichten Sammlung auch noch die vierte große Lehrredensammlung in unser Programm aufnehmen konnten.

Die Angereichte Sammlung (Aṅguttara Nikāya) ist so benannt, weil die darin enthaltenen Lehrreden jeweils nach der Anzahl der in ihnen behandelten Themen aufgezeichnet sind. Sie umfasst insgesamt elf Bücher (Nipāta), beginnend mit dem „Einer-Buch“ (Eka-Nipāta), welches die Lehrreden des Buddha, die einen einzigen Gegenstand behandeln, zusammenfasst. Dem folgen die Reden des „Zweier-Buchs“ (Duka-Nipāta), des „Dreier-Buchs“ (Tika-Nipāta) usw. bis zum „Elfer-Buch“ (Ekadasaka-Nipāta), welche die jeweils entsprechende Anzahl von Themen widerspiegeln.

Inhaltlich umfasst die Sammlung meist kürzere Lehrreden des Buddha und ist vorwiegend psychologisch-pädagogisch ausgerichtet. Die meisten Lehrreden dieser Sammlung sind besonders an Laien gerichtet und befassen sich vorwiegend mit den praktischen Aspekten der Lehre des Buddha, vor allem mit den zentralen Themen Tugend, Meditation und Karma. Die Mannigfaltigkeit der behandelten Themen und die Kürze der meisten Texte machen diese Sammlung besonders für Laien zu einem überaus wertvollen Grundlagenwerk.



VERLAG

BEYERLEIN & STEINSCHULTE

Herrnschrot

D-95236 Stambach

Tel.: 09256/460 Fax: /8301

E-Mail: verlag.beyerlein@buddhareden.de

Bitte fordern Sie kostenlos unser Gesamtprogramm an oder informieren Sie sich unter
www.buddhareden.de