

Liebe Leserinnen und Leser,



Seine Heiligkeit der Dalai Lama feiert am 6. Juli 2005 seinen 70. Geburtstag. Aus diesem Anlass widmen wir diese Ausgabe seinen Lehren und seiner Person.

Der Friedensnobelpreisträger hat die Herzen vieler Menschen im Westen erobert, vor allem weil er

einen authentischen Buddhismus verkörpert: In seinen Unterweisungen lehnt er sich eng an die indische Buddhismus-Tradition und die großen buddhistischen Meister an. Gleichzeitig verbindet er die traditionellen Lehren mit seinen eigenen Erfahrungen, auch im Westen, und zeigt ihre Bedeutung in der heutigen Zeit.

Wir im Tibetischen Zentrum sind von großer Dankbarkeit erfüllt: Seit der Gründung 1977 ist der Dalai Lama Schirmherr des Vereins. Er hat uns nicht nur durch drei große Besuche und verschiedene Audienzen unterstützt, sondern ist für seine Schülerinnen und Schüler eine immerzu sprudelnde Quelle der Inspiration.

Unter der Überschrift „Der kluge Egoismus“ verbirgt sich eine kompakte Einführung in das, was der Dalai Lama lehrt und zu seinen wichtigsten Anliegen zählt: die Übung des Altruismus als Wurzel für das Glück des Einzelnen und der Gesellschaft. In der ihm eigenen Weisheit verbindet der Dalai Lama Elemente der buddhistischen Geistesschulung mit dem Engagement für eine gerechte Welt ohne Armut und Waffen. Und er fordert alle auf, Mitgefühl zu üben und Verantwortung für diese Welt zu übernehmen.

Eine Meditation, die dem Dalai Lama besonders am Herzen liegt, erklärt sein langjähriger Englisch-Übersetzer, Jeffrey Hopkins: „Sich jedem verbunden fühlen“. Vor allem, wenn Seine Heiligkeit in Europa unterwegs ist, wird er nicht müde diesen Satz zu wiederholen: „Alle Lebewesen wünschen Glück und möchten Leiden vermeiden.“ Jeffrey Hopkins, anfangs etwas irritiert beim Übersetzen dieser scheinbaren Banalität, geht dieser Aussage in der Meditation nach und macht dabei die Erfahrung einer tiefen Verbundenheit mit allen Menschen.

Geshe Thubten Ngawang geht in seiner Unterweisung näher auf das Mitgefühl als Herz der spirituellen Praxis ein. Er erklärt, was Mitgefühl ist, welche enorme Bedeutung es für die geistige Entwicklung hat und wie wir es praktizieren. Insbesondere behandelt er die „Drei Arten des Mitgefühls“, wie sie der indische Meister Candrakīrti überliefert hat.

Zur Vorbereitung auf die Avalokiteśvara-Rituale im Meditationshaus des Tibetischen Zentrums im Oktober 2005 erläutert Geshe Pema Samten die Bedeutung der „Verwirklichungszeremonie“ (tibetisch: drubtschen). Vor allem diejenigen, die 1998 in Schneverdingen die Avalokiteśvara-Initiation beim Dalai Lama genommen haben, sind eingeladen, die Praxis des Mitgefühls aufzufrischen oder zu vertiefen. Dies steht ganz im Einklang mit den Zielen S.H. des Dalai Lama: „Man kann sich selbst nicht helfen, wenn man nicht den anderen hilft. Wir sind alle miteinander verbunden und niemand kann nur sein eigenes Glück verwirklichen.“

Viel Freude beim Lesen!

Birgit Stratmann