

Buchbesprechungen

NEUE ÜBERSETZUNG DES TIBETISCHEN TOTENBUCHS

Diese Prachtausgabe des Tibetischen Totenbuchs, herausgegeben von dem renommierten Tibetisch-Übersetzer Thupten Jinpa, ist eine wahre Fundgrube – und zwar für eine spezielle Gruppe von Praktizierenden des tibetischen Buddhismus: Für diejenigen, die dieses ausführliche System auf der Grundlage des Guhyagarbha-Tantra (Indien 6. Jh.) und seiner Interpretation durch Padmasambhava und seinen tibetischen Schatzfinder Karma Lingpa (Tibet 14. Jh.) unter qualifizierter Anleitung üben können.

Es wird schnell deutlich, dass die früher publizierten Ausgaben des Tibetischen Totenbuchs, die im Westen so populär wurden, nur einen sehr beschränkten Ausschnitt dieser Lehren zeigten. Hinter den 42 friedvollen und 48 rasenden Gottheiten, die uns nach dieser Lehre im Bardo-Zustand „der Wirklichkeit“ nach dem Tod begegnen, verbirgt sich ein komplettes tantrisches System mit Vorbereitenden Übungen, Erzeugungsstufe und detaillierter Einführung in die Natur des

Geistes nach dem Dsogtschen-System der Nyingma-Schule. Der Dalai Lama weist in seinem 20-seitigen Vorwort dieses wichtigen Werkes auf wesentliche Prinzipien des Tantra und der verschiedenen Schulrichtungen hin. Jedem Kapitel ist eine kurze Einführung vorangestellt, die auf Unterweisungen hochrangiger Linienhalter zurückgeht.

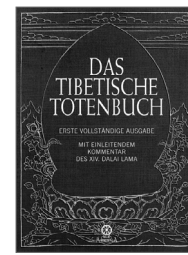
Viele Textstellen sind wunderbar poetisch formuliert, aber trotz ausführlichem Glossar wird man bereits bei der Lektüre der Vorbereitenden Übungen spüren, dass sie ohne qualifizierten Lama nicht wirklich verständlich sind. Besonders inspirierend lesen sich Kapitel 3 – die Wurzelverse der sechs „Bardos“, die uns dazu anregen, Leben, Traum, Meditation, Tod Zwischenzustand und Wiedergeburt zu unserer inneren Umwandlung zu nutzen, – sowie Kapitel 4, das uns eine Ahnung von der Natur des Gewahrseins gibt, die im Rahmen einer speziellen Lehrer-Schüler-Beziehung zur direkten Erfahrung werden kann.

Die speziellen Visualisierungen bleiben hingegen ohne Einweihung und langwierige Übung trocken, die Analyse der Todeszeichen und ihre Gegenmittel sowie die Anweisungen

zur Herstellung von Amuletten („Befreiung durch Tragen“) sind einem westlichen Geist wohl eher befremdlich und benötigen erfahrene Interpretation.

Insgesamt ein großartiges Werk, das vor allem großen Respekt und Demut verdient, da es uns Einblicke gibt, die eigentlich nur in langjährigen Lehrer-Schüler-Beziehungen voll zu würdigen sind. Möge es dazu beitragen, dass sich der eine oder andere dazu entschließt, nicht nur eine oberflächliche Neugier zu befriedigen, sondern sich die Essenz dieses Schatzes zu erschließen, solange es noch qualifizierte Linienhalter gibt.

Cornelia Weishaar-Günter



DAS TIBETISCHE
TOTENBUCH. ERSTE
VOLLSTÄNDIGE AUSGABE.
HRSG. GRAHAM
COLEMAN UND
THUPTEN JINPA
Arkana, München
2008. 736 Seiten,
mit 16 Farbtafeln,
29,95 €

ÜBER DAS LEBEN DES CHETSANG RINPOCHE

Selten liest man ein Sachbuch mit der gleichen Spannung wie einen Krimi – bei dieser Lebensbeschreibung des Drikung Chetsang Rinpoche, dem Oberhaupt der Drikung-Kagyü-Tradition des tibetischen Buddhismus, ist das der Fall. Die Nähe des Autors zu seinem Wurzellama hat zur Authentizität des Buches ungemein beigetragen. Seine schriftstellerische Leistung wird dadurch in keiner Weise gemindert.

Im ersten Teil der Biographie des 7. Drikung Chetsang Rinpoche, der 1946 in Tibet als Enkel eines Nationalhelden in die berühmte Tsarong-Familie hineingeboren wurde, tauchen wir ein in das Leben der tibetischen Oberschicht: Gut 200 Adelsfamilien teilen sich mit den Klöstern und dem Staat

Grund und Boden, Leibeigene und einen riesigen Viehbestand – aus heutiger Sicht ein Missstand. Der Autor schildert dieses vernetzte Dasein, das auch im Exil weiter besteht, mit seinem Luxus und seinen Intrigen ohne die Überhöhungen, wie sie die Biographien anderer Mitglieder dieser Familie prägen. Das gilt auch für das Leben des aufgeweckten, immer zu Streichen aufgelegten jungen Rinpoche, der eine große Liebe zu Pflanzen und Tieren entwickelt.

Der hochinteressante mittlere Teil des Buches schildert das Leben des Rinpoche zwischen 1959 und 1975 in Lhasa. Der Drikung-Regent, der dort mit den Besatzern zusammenarbeitete, hatte ihn als Adoptivsohn zu sich genommen und dafür gesorgt, dass er die Schule besuchte. Er lernt schnell, spricht fließend Chinesisch und ist begeisterter Sportler. Zu religiösen Studi-

en gibt es weder Zeit noch Gelegenheit, aus der Politik hält sich der Rinpoche heraus.

1966 bricht die Kulturrevolution aus – ihre Blutspur erreicht auch Tibet, und Studenten der Lhasa-Mittelschule werden Rotgardisten. 1968 tritt die Revolution in eine neue Phase ein: Jugendliche werden zu harter körperlicher Arbeit in die Kommunen geschickt. Auch hier wird der Rinpoche, dessen wahre Identität nur wenige kennen, respektiert. Er fährt im Sommer Gölle und handelt im Winter in Lhasa mit Uhren – Perspektiven gibt es nicht. So entschließt er sich 1975 zur Flucht.

Der von vielen Totgeglaubte reist über Dharamsala zunächst für drei Jahre zu seiner Familie in die USA, lernt Autofahren und Englisch, arbeitet bei McDonalds und anderswo und beschäftigt sich mit der wechselvollen Geschichte seiner Tradition, die ein



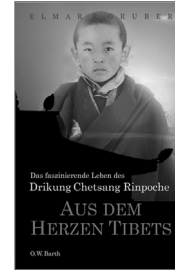
Spiegelbild der Jahrhunderte langen Machtkämpfe in Tibet zwischen den verschiedenen Schulen ist. Und er befreit: Die Jahre in Lhasa waren eine Praxis in Geduld und Mitgefühl.

1978 geht er nach Indien und Ladakh und widmet sich dem Aufbau der dortigen maroden Drikung-Klöster. Er macht das klassische Drei-Jahres-Retreat in Lamayuru und erhält nach und nach alle Belehrungen, Einweihungen und Ermächtigungen, die er zur Ausübung seiner Funktion

braucht. In Dehra Dun baut er ein neues Stammkloster, eine große Bibliothek und zuletzt ein Kolleg.

Er interessiert sich für Sprachstudien, veröffentlicht unbekannte Manuskripte aus den Höhlen von Dunhuang und anderswo und kümmert sich auch um den Wiederaufbau seiner Klöster in Tibet. Seine unermüdlichen Aktivitäten, Ausdruck von Körper, Sprache und Geist eines vollendeten Meisters, wie der Autor schreibt, führen zur weltweiten Anerkennung des

Drikung-Ordens mit heute etwa 200 Klöstern und 80 Zentren in aller Welt.
Egbert Asshauer



ELMAR GRUBER: AUS DEM HERZEN TIBETS. DAS FASZINIERENDE LEBEN DES DRIKUNG CHETSANG RINPOCHE. Suhrkamp/Edition O.W. Barth, Frankfurt 2007. 432 S., 24,90 €

LANDKARTE FÜR DEN GEIST

Der Buddhismus wird manchmal die „Wissenschaft vom Geist“ genannt. Hellmuth Hecker zeigt mit seinem Buch in eindrucksvoller Weise, was mit dieser inneren Wissenschaft gemeint ist. Auf der Basis der Lehrreden des Pāli-Kanons stellt er akribisch die verschiedenen Geistesfaktoren zusammen, welche die vielgestaltige innere Welt ausmachen. Dabei geht es Hecker nicht um bloße Wissensvermittlung, sondern darum darzulegen, welche Kräfte an das Leiden binden und welche vom Leiden befreien.

Der Autor teilt die Geistesfaktoren in Anlehnung an die frühen Schriften in Gruppen ein: die grundlegenden Geistesgifte („Triebe“) wie Gier, Hass und Verblendung, „die Zehn Fesseln“ – sowohl in Form von Hindernissen auf anfänglichen und höheren Stufen der Praxis –, die „Hemmungen“ und „die Triebflüsse“. Jeder einzelne Geistesfaktor in jeder Gruppe wird ausführlich erklärt anhand des Begriffs,

der Definition, der Bedeutung und der Gleichnisse aus den Sūtras des Buddha.

Dieses Buch ist wie eine Landkarte zur Erkundung des eigenen Geistes, insbesondere um die Geistesgifte in ihren zahlreichen Schattierungen aufzuspüren. Die Faktoren auf der heilsamen Seite kommen leider etwas kurz. Eine Kategorie wie die Elf Heilsamen, die Asāṅga im Rahmen seiner 51 Geistesfaktoren nennt, fehlt leider. Dabei wäre es sehr nützlich, sich auch mit Begierdelosigkeit, Hasslosigkeit usw. vertraut zu machen.

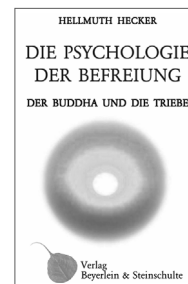
Manchmal fällt die Abgrenzung der Faktoren nicht leicht: Was unterscheidet die Begierde in der Gruppe der Triebe von der Begierde innerhalb der Hemmungen? Was mit dem Faktor „Überschätzen von Tugendwerk“ gemeint ist, wird nicht ganz klar. Klar ist nur, dass Hecker den Abschnitt darüber nutzt, um gegen religiöse Rituale und karitatives Handeln zu polemisieren.

Im Abendland, so Hecker geringgeschätzt, zeige sich dieser Bewusstseinszustand in „sozialen, karitativen

und politischen Geschäftigkeiten“. Er lässt sich sogar zu der Aussage hinreißen: „Was als Friedensdemonstration begann, endet nur zu oft in Krawallen.“

Obwohl Hecker zuvor Liebe und Mitgefühl als Mittel gegen den Hass ins Feld führt, bleiben diese Tugenden doch etwas abstrakt. Jeder hat sich um sein eigenes Heil zu kümmern. Dazu jedenfalls bietet Hecker – trotz dieser Wermutstropfen – eine systematische und fundierte Anleitung auf der Basis intensiven Studiums und lebenslanger Praxis.

Birgit Stratmann



HELLMUTH HECKER: DIE PSYCHOLOGIE DER BEFREIUNG. DER BUDDHA UND DIE TRIEBE. Verlag Beyerlein & Steinschulte, Stambach 2006. 310 S., 18 €

40 JAHRE TIBET-INSTITUT RIKON

Der tibetische Buddhismus hinterfragt auf grundsätzliche Weise die Geisteshaltung der westlichen Moderne, und umgekehrt wird er ebenso von der westlichen Denkweise herausgefordert, so lesen wir im Vorwort des Bu-

ches *Tibetisches Juwel*. Gemeint ist mit diesem Juwel nicht nur der Schatz der tibetischen Kultur, sondern speziell das Tibet-Institut Rikon in der Schweiz. Ohne Übertreibung lässt sich sagen, dass diese namhafte Institution eines der ersten und bis heute wichtigsten Klöster des tibetischen Buddhismus

im Westen ist. Seit seiner Gründung und Einweihung durch die beiden Hauptlehrer des Dalai Lama, Ling Rinpoche und Trijang Rinpoche vor nunmehr 40 Jahren, ist es ein Ort des Dialogs zwischen dem Buddhismus tibetischer Prägung und der westlichen Denk- und Vorstellungswelt. Dem Ti-



bet-Institut als Ort dieses Dialogs ist nun anlässlich des 40-jährigen Jubiläums das vorliegende Werk gewidmet.

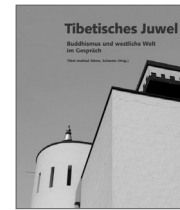
Der thematische Bogen spannt sich von der Schilderung des Lebens im Kloster, den Dienst des Instituts an der Gemeinschaft der Tibeter im westlichen Exil über den Dialog mit dem Westen bis hin zum Tibet-Institut als Stätte der Forschung, der Auseinandersetzung der Mönche und des Buddhismus mit den Naturwissenschaften. Da erzählen tibetische Mönche, was sie über das Leben im Westen denken,

über das Christentum und darüber, wie die Lehren des Buddha hier aufgenommen werden. Tibeter in der Schweiz erzählen von ihrem ganz persönlichen Bezug zu dem Kloster. Ein Beitrag thematisiert den Dialog zwischen Buddhismus und Christentum. Ein Artikel über die zukünftigen Herausforderungen im Gespräch zwischen Buddhismus und Naturwissenschaften stammt aus der Feder des Chemie-Nobelpreisträgers 1991 Richard Ernst.

Das ansprechend gestaltete Buch bietet auch mit zahlreichen Abbildun-

gen ein lebendiges Bild des facettenreichen Lebens am Tibet-Institut, dieser hochinteressanten Schnittstelle zwischen tibetischem Buddhismus und westlicher Moderne.

Olaf Lismann



TIBET INSTITUT RIKON, SCHWEIZ (HRSG.):
TIBETISCHES JUWEL.
BUDDHISMUS UND WESTLICHE WELT IM GESPRÄCH.
Werd Verlag, Zürich
2008. 191 S., 36,30 €

BUDDHISTISCHE HILFSTELLUNG (NICHT NUR) FÜR TEENAGER

Ein wirklich informatives und inspirierendes Buch, das alle wichtigen Aspekte der buddhistischen Belehrungen behandelt und nicht nur für Teenager, sondern durchaus auch für Erwachsene lesenswert ist.

Verständlich und mit Beispielen versehen, beginnend mit der Lebensgeschichte Buddhas, erfährt der Leser viel über die grundlegenden buddhistischen Lehren. Auch Fragen danach „Wie wer-

de ich Buddhist“ oder „Wie kann ich meditieren“ werden behandelt. Das Wichtigste an diesem Buch sind Themen wie Sexualität, starke Emotionen und der Umgang damit, das Zusammenleben mit anderen, den rechten Lebensunterhalt zu finden, sich als Buddhist auch sozial zu engagieren. In dieser Bandbreite bekommen Jugendliche eine wirklich fundierte Grundlage, um mit ihrer Situation zu arbeiten. Dieses Buch kann als Ratgeber durch alle Höhen und Tiefen der Pubertät hilfreich sein.

Schade nur, dass es von der Aufmachung – und manchmal auch von der

Wortwahl her – etwas biedere überkommt und deswegen vielleicht wenig ansprechend für die anvisierte Altersgruppe ist. Etwas mehr „Pep“ würde hier gut tun, um die jungen Leser zu erreichen.

Ariane Will



DIANA WINSTON:
SIDDHARTA WIRD ERWACHSEN – WIE MAN MIT BUDDHISMUS DIE PUBERTÄT ÜBERLEBT
O.W. Barth, 349 S.,
13,90 €

KRIMI AUS DEM WAHREN BUDDHISTISCHEN LEBEN

Leser lieben Regionalkrimis, und das seit Jahren. Endlich ist einer erschienen, der regionales Flair mit einer Weltanschauung verbindet, die Buddhisten nahe steht: *Tödliches Karma*, der Erstlingskrimi der Journalistin und Rundfunkautorin Ingrid Strobl, lässt uns eintauchen in die Gefühls- und Gedankenwelt der Protagonistin: Katja Leichter lebt als Freie Journalistin in Köln und hat im tibetischen Buddhismus ihren spirituellen Weg gefunden. Sie bemüht sich nach Kräften, den Dharma in ihren Alltag zu integrieren, meditiert mehr oder weniger regelmäßig und versucht, ihre Wut und ihren Ärger mit

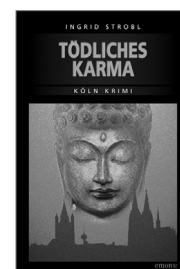
dem Gegenmittel der Geduld zu zügeln.

Ihr Herz schlägt Bodhisattva-mäßig kräftig zum Wohle aller Wesen. Doch wie für die meisten von uns ist auch für Katja die buddhistische Theorie erst mal nur grau beziehungsweise robenrot, und sie findet sich non stopp den Verlockungen des Samsāra ausgesetzt. Sie raucht – nicht nur Zigaretten, trinkt – nicht nur Bier –, träumt – nicht unbedingt vom Nonnendasein: Katja ist alles andere als buddhistisch-frohm. Schnoddrig, pragmatisch und selbstironisch stolpert sie den Pfad buddhistischer Tugend entlang – mitten in einen Mordfall hinein.

Turbulent, actionsreich und mit sehr viel Hintergrundwissen (als Journalistin hat Ingrid Strobl sehr intensiv im Drogen- und Prostituiertenmilieu recher-

chiert), entführt uns die Autorin nicht zuletzt auch in die Psyche heutiger Buddhisten, die hin- und hergerissen zwischen der neuen Sicht auf Geist und Wirklichkeit und alter (kleinbürgerlicher) Konditionierungen einen Eier-tanz zwischen Achtsamkeit, Bodhisattvagedanken, Mantrarezitation und aufmüpfigen Widerstandsgedanken gegen Gott, Buddha und die Welt vollführen.

Andrea Liebers



INGRID STROBL:
TÖDLICHES KARMA.
Emons Verlag, Köln
2008. 256 Seiten,
9,90 €



TIBET: WISSEN WAS STIMMT?

Knapp, kompakt und dabei das Wichtigste auf den Punkt gebracht, das ist der Anspruch der Herder-Reihe „Wissen was stimmt“, in der das Buch des Schriftstellers und Buddhisten Uli Franz über Tibet erschienen ist. Der Band überzeugt zunächst durch seine Herangehensweise: Fakten von Projektionen zu unterscheiden ist ein wichtiges Anliegen des Autors. So prüft er, wie Tibet im Abendland wahrgenommen wurde, wie Reisende, aber auch vorbelastete Ideologen, etwa die Theosophen oder die Nazis, das Land für sich in Anspruch nahmen. Danach folgt ein Kapitel über die Tibeter im Exil. Es hat seine Stärken, wenn Franz in die Geschichte eintaucht, um etwa die tibetische Nationalfahne zu erklären oder wenn er die Lehren des Dalai Lama kurz zusammenfasst. Es wird jedoch oberflächlich, wenn es um die aktuellen Strukturen im Exil geht. Mit den verschiedenen politischen Gruppierungen und Auseinandersetzungen scheint Franz kaum vertraut zu sein.

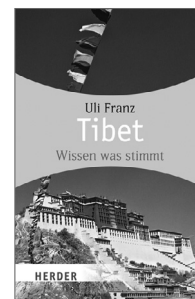
Der tibetische Kulturraum macht den Hauptteil des Büchleins aus. Kultur, Religion, Geschichte, Medizin, der Alltag unter der chinesischen Besatzung und deren Folgen werden dargestellt. Dabei macht der Autor aus seiner Sympathie für das tibetische Volk keinen Hehl. Zur großen Stärke des Buches gehört dabei, dass es nichts verschweigt, aber gleichzeitig darauf verzichtet, die Tibeter ausschließlich als Opfer zu sehen.

Andererseits enthält der kleine Band aber auch viel – zu viel – Befremdliches. Das fängt bei den Begriffen an: Von „Rotchinesen“ sprachen kalte Krieger in den 1960er Jahren; „lebende Buddhas“ ist ein Begriff der chinesischen KP; dass der Dalai Lama kein „Gottkönig“ ist und Heinrich Harter nicht sein „ausländischer Lehrer“ war, sollte sich zumindest unter Tibetkennern herumgesprochen haben. Ganz abwegig wird es dann, wenn z.B. behauptet wird, der Dalai Lama selbst habe zu der Delegation gehört, die im Mai 1951 in Peking das 17 Punkte-Abkommen paraphiert habe, und ebenso

wenig traf der Dalai Lama bei seiner Flucht 1959 in „Himachal Pradesh“ ein. Tezpur im Bundesstaat Assam war seine erste Station in Indien.

Fehler dieser Art sind zahlreich, und sie schmälern die Lust an der Lektüre erheblich. Der Verdacht drängt sich auf, dass der Band nach den Unruhen in Tibet vom März 2008 auf die Schnelle produziert wurde, weil man von der großen medialen Aufmerksamkeit für Tibet profitieren wollte. Dabei ist leider einiges an „Wissen was stimmt“ auf der Strecke geblieben.

Klemens Ludwig



ULI FRANZ: TIBET.
WISSEN WAS STIMMT
Herder Verlag,
Freiburg 2008.
127 S., 7,95 €



JOE FAR TOURS - Ihr Partner für Tibet-Reisen

- ▶ Reiseleitung durch den bekannten Buchautor Prof. Hans Först
- ▶ langjährige Erfahrung und kompetente Partner vor Ort
- ▶ Sonderreisen zu religiösen und weltlichen Festen

zum Beispiel:

"Neujahrsfeste der Dong, Miao und Tibeter (Aba!!)"

25. 1. - 13. 2. 2009, Euro 3.790,-

"10x Weltkulturerbe in China"

3. - 19. 4. 2009, Euro 3.490,-

"Kulturreise Westt Tibet (ohne Kailashumrundung)"

27. 4. - 22. 5. 2009, Euro 5.050,-

"Feste in Zentraltibet"

29. 5. - 16. 6. 2009, Euro 3.850,-

"Feste in Osttibet (erstmal mit 4 Festen!!)"

22. 7. - 11. 8. 2009, Euro 4.290,-

"Verborgene Schätze in Tibet (mit Fest)"

Sept 2009, Preis auf Anfrage

Informationen, Programme und Buchung bei:

JOE FAR TOURS Reisen GesmbH
Otto-Bauer-Gasse 18
A - 1060 Wien

Telefon: +43 (0)1 504 13 86
Fax: +43 (0)1 504 13 89