BUDDHISTISCHE MONATSBLÄTTER

1982 – XXVIII 2

I N H A L T S V E R Z E I C H N I S

	Seite
Spruch	26
Die Verhaftungen des Ich / Erich Schmidt	27
Amerikanisches Zen - Erfahrungen aus Kalifornien / Kl.Vollmer	45
Paul Debes in der Heideburg / U.B.	46
Mitteilungen Gyalwa Karmapa starb Wörterbuch	47
Haus der Stille - Heimleitung gesucht	48
Veranstaltungen in Berlin im Februar 1982	48
Einladung zur Jahreshauptversammlung am 28.2.82	49
Die BGH berichtet Die Grundlagen buddh.Lebens für Hausleute Dia-Abend über Sri Lanka Spendenbescheinigungen	50
Veranstaltungen der BGH im Februar	51

Jeder der in den Originalbeiträgen zu Wort kommenden Autoren ist für seinen Beitrag selbst verantwortlich.

Herausgeber und Versand:	Buddhistische Gesellschaft Hamburg e.V. Beisserstr.23, 2 Hamburg 63 Tel. 040/631 36 96
Förderungsbeitrag:	DM 60.- jährlich für die Buddhistischen Monatsblätter
Mitgliedsbeitrag:	DM 80.- jährlich (in diesem Preis ist der Bezug der Buddh.Monatsblätter enthalten).
Konten:	Postscheckkonto Hamburg 188 95-205 Hamburger Sparkasse 1243/121 058

Redaktion des Buddhistischen Monatsblätter: Anne Kröger und Max Glashoff
Augustenburger Ufer 7/I, 2 Hamburg 70, Tel. 040/695 08 11

Das Sein, an welches denkend der
Mensch aus diesem Leben scheidet,
in dieses Sein wird jedesmal er
drüben eingekleidet.

Buddha

Die Verhaftungen des Ich +)

von

Erich Schmidt

Am Anfang des achtstufigen Weges steht eine Erkenntnis, die uns das Auge für unser ureigenes Nichtwissen, unseren Wahn, unsere Verhaftungen und Beschränkungen öffnen soll. Das ist ausschließlich zu verstehen! Mit einem solchen Verständnis würde das Unmaß weltlichen Wissens, soweit wir den Weg des Buddha überhaupt gehen wollen, zum Unwissen werden. Das Unwissen, das uns verblendet, ist so allseitig, daß es auch in die religiösen Bereiche eindringt und z.B. die Lehre des Buddha zu einem Objekt der Verhaftung machen kann. Darum möchte ich mit der Frage beginnen, ob wir denn die Lehre des Buddha auf die rechte Art verstehen oder, konkreter ausgedrückt, wo denn im Buddhismus die befreiende Erkenntnis ihren Anfang nimmt.

Ich habe an mir selbst schmerzlich erfahren, daß wir beim Studium der so wirklichkeitsnahen Lehre des Buddha ständig vor Barrieren stehen, die wir wohl mit unserem intellektuellen Verständnis durchschreiten können, während jedoch unsere eigentliche Wirklichkeit, d.h. unser ausgeprägtes Selbstbewußtsein, unverändert vor der Schranke verharrt. Dieser Ich-Wahn ist ein hartgesottener und listenreicher Geselle. Er lebt eigentlich nur aus Irrtümern und Vorurteilen, die sich oft sehr lebendig zur Geltung bringen. Solange wir diese Dünkelverhaftung nicht durchschaut haben, kann unser Intellekt studieren was er will, er wird dem echten Verständnis der Lehre, das mit einem Erkennen dieses Ich-Wahnes gleichzusetzen ist, nicht näherkommen.

Es wird uns die Lehre des Buddha vielfach von Standpunkten aus nahe gebracht, die kaum etwas mit dem Wesen der Lehre zu tun haben. Die Lehre hat nur die Aufhellung und Aufhebung des Leidens zum Gegenstand. Dessen ungeachtet wird diese auf das Herz des Menschen hinzielende Lehre vom Philologischen, Wissen-

---

+) Dieser Vortrag wurde 1960 auf einem Seminar der BGH gehalten, vom Verfasser 1981 überarbeitet und mit einer Anmerkung versehen.

schaftlichen und Philosophischen aus zerfasert. Der abgenutzte Begriff der Transzendenz wird an ihr von neuem ausprobiert. Sie wird in ihrer komplizierten geschichtlichen Entwicklung weitschichtig dargestellt. Neuerdings liebt man es, sie mit der modernen Wissenschaft zu vergleichen, als ob diese tief gegründete Lehre irgendeines Beweises von einer anderen geistigen Disziplin her bedarf. Auch von der Psychologie und Parapsychologie her versucht man die Lehre zu deuten. Ich glaube, daß dieses alles nichts mit dem zu tun hat, was Buddha meinte und was er uns sagen wollte. Es ist auch eine Gelehrsamkeit am Werke, die z.B. behauptet, daß Buddhas Lehre überhaupt nur verstanden werden kann, wenn wir den Kulturraum kennen, in welchem Buddha groß geworden ist und in welchem er gelehrt hat. Wenn das stimmt, so ist damit eine sehr massive Schranke errichtet worden, die uns verhindert, innerlich weiterzukommen. Es stimmt aber nicht. Wir leiden doch nicht an unserer Kultur oder den Zeitumständen, doch nicht an den Kulissen, in die wir heute gestellt sind; wir leiden doch einfach an unserem Menschsein, an unserer egohaften Gebundenheit, die zu Buddhas Zeiten keine andere war als heutzutage.

Alles was seit Buddhas Tagen über die Lehre geschrieben wurde, hat sich vor uns zu einem gigantischen Gebäude aufgetürmt, so daß wir aus der Fülle des Überkommenen kaum noch zum Ursprünglichen zurückfinden können. Der Weg des Buddha führt zur Vereinfachung unseres Denkens und Tuns; statt dessen füllen wir unseren Geist mit immer neuen Stoffen an, die das Ursprüngliche nur noch mehr verdecken. Sicher steht in den modernen Büchern über den Buddhismus sehr Geistvolles und Tiefsinniges, das unserer Mentalität, unserer Intellektualität entgegenkommt. Aber unser durstverdungener Intellekt kann nicht mehr zwischen dem interessanten Schein und dem, was der leidbefreienden Gesundung dient, unterscheiden. So bleiben wir allzu leicht an der Fülle des dargebotenen Stoffes und im Dornengestrüpp der Ansichten und Meinungen hängen und merken nicht, wie wir uns festgefahren haben.

Oder ist Buddhas Lehre etwa für uns nicht mehr gültige Wahrheit? - Vielleicht wird sie es erst dann, wenn wir die geistige Kraft

gewinnen, den ganzen Spuk des aufgehäuften Wissens der Vergangenheit mit allen Kommentaren und Subkommentaren und mit allen philosophischen Verzierungen auffliegen zu lassen, um nur noch gegenwärtig zu sein. Das Dauerstudium alter - und neuer - Schriften macht kraftlos und siech und verhärtet den Ich-Dünkel. Wir müssen *uns* und *unsere* Umwelt aus der lebendigen Gegenwart verstehen und müssen erkennen, wie sehr wir an sie besitzgierig, neidisch und zielstrebig gebunden sind. Nur in solcher Gegenwärtigkeit unserer Sinne und unseres Denkens sind wir fähig, uns von Buddha unmittelbar ansprechen zu lassen, und haben wir die Möglichkeit, zu verstehen, was er uns auch heute noch zu vermitteln hat. Wir müssen das Empfinden haben, als ob Buddha - der Mensch - unter uns lebt und unmittelbar zu uns spricht - zu jedem von uns. Christus hat einmal gesagt: 'Wenn drei in meinem Namen zusammenkommen, bin ich mitten unter ihnen'; und so müßten auch wir vor dem Wort des Buddha mit unserem Herzen aufgeschlossen sein. Das bedeutet aber sehr viel. Es bedeutet, daß wir uns preisgeben können, daß wir ersterben können vor allem, was wir bisher im Geiste aufgestapelt haben.

Heute wollen wir einmal versuchen, uns der Lehre auf solch eine einfache, menschliche Weise zu nähern, unbelastet durch das grandiose Vorwissen, von dem die Lehre umbaut ist und weiter umbaut wird. Wenn wir mit einfachen Augen auf die Lehre schauen und alles Dogmatische und zum Lehrschema Erstarrte beseite lassen, dann können wir uns mit zwei Fundamenten in dieser Lehre begnügen.

Als der Mensch Gotama die Vollendung erreicht hatte und seine vom Wahne befreiten Augen den Menschen zuwandte, stellte er fest, daß es ein nutzloses Tun wäre, sie das lehren zu wollen, was er gefunden hatte. Zu sehr erschienen ihm die Menschen an Lust und Angst gekettet, als daß sie zwei Dinge verstehen könnten: das *Bedingtsein* aller Erscheinungen und damit die Fragwürdigkeit des menschlichen Seins und die *Aufhebung* dieser Bedingungen und Verhaftungen. Wenn sich der Vollendete dennoch entschied, zu den Menschen zu gehen, geschah es, weil er sah, daß hier und da ein Mensch ist, dessen Augen nicht mehr so sehr von Staub bedeckt sind und der ihn verstehen könnte. Von Liebe

und Mitleid bewogen sprach er zu uns.

Von diesem einen Fundament der Lehre, dem Bedingtsein des Menschen mit all seinen Beschränkungen und Verhaftungen, möchte ich heute sprechen. Denn ich bin sicher, daß niemand zur Freiheit und Wahnlosigkeit hinfinden wird, der nicht zuvor das mit nüchternem Blick durchschaut hat, was ihn bindet und seinen Geist beschränkt.

Warum ist es so schwer, in diese Lehre, die so einfach sein könnte, einzudringen und sie zu verwirklichen? Unsere große, vielleicht einzige Schranke ist das Ich-Bewußtsein. Es dreht sich in unserem Leben alles um das liebe Ich. Der Mensch hat sich durch sein Ich-Bewußtsein isoliert und von der Umwelt abgesondert. Das Ich-Bewußtsein macht uns eng und egozentrisch. Mit zunehmendem Alter machen wir unbemerkt einen Prozeß der Verkümmerung durch. Der Lebensablauf im allgemeinen ist kein Reifwerden, sondern ein Abreifen der Sinne und des Denkens, verbunden mit einer Verhärtung des Ich-Bewußtseins. So ist es nicht verwunderlich, daß Buddhas Lehre sich nur um dieses Ich dreht. Sie beschäftigt sich nur am Rande mit den großen Fragen, die die Philosophen und Spekulanten gerne aufgreifen: mit dem Nirwana, dem anatta-Problem, dem Jenseits und den Wiedergeburten. Für den, der auf dem Wege mit seinem ganzen Wesen wandelt, verlieren diese interessanten Probleme allmählich ihre Bedeutung. Denn auf Buddhas Weg findet man vom Anfang bis zum Ende das Ich in seinem Wahn und mit seinen Verhaftungen, seinen Herzensfesseln, seinen Hemmungen als unseren größten, ja einzigen Widersacher behandelt.

Buddha legt die Fundamente des Ich bloß als Gier, Haß und Wahn. Diese Ich-Verklammerung versucht Buddha aufzudecken, indem er uns ständig anleitet, dem Ich-Bewußtsein nachzuspüren, um vielleicht in einer glücklichen Stunde mit eigenen Augen zu sehen, daß alles Illusion ist, was wir über uns meinen und was wir in uns hineingeheimnissen. Niemand kann wissen, was in ihm ist, solange er noch in den Grenzen seines Selbstbewußtseins lebt. Auch in der letzten Region des Bewußtseins sind noch begehrliche Ich-Regungen und Wahnvorstellungen am Werke.

Ich bin so kühn, meine Freunde, aus der Kenntnis der Lehre, wie ich sie erfahren habe, den Fundamentalsatz aufzustellen, daß ein Verständnis der Buddhalehre und damit des Lebens nur in dem Maße möglich ist, als wir ein Verständnis von uns selbst gewinnen. Selbstbewußtsein aber ist immer ein begrenztes, durch Bilder und Begriffe bestimmtes Bewußtsein, wie es uns Buddha in der schwer zugänglichen Formel vom Kausalnexus lehrt. Diese Grenzen in ihrer hemmenden Funktion im gegenwärtigen Erlebnis zu erkennen, dieses unmittelbare Gewahrwerden unserer eigenen Bindungen und Beschränkungen kann uns keine Wissenschaft lehren. Diese Schau beginnt erst hinter aller Philosophie, hinter allen großen und klugen Worten. Sich selbst zu erkennen ist eine schwere Aufgabe und verlangt die Hinwendung aller bewußten Kräfte auf den eigenen inneren Prozeß, d.h. auf das, was in mir jetzt unmittelbar geschieht. Anders ist dieses Wort des Buddha gar nicht zu verstehen: 'Geht nicht nach Hörensagen, geht nicht nach dem, was die anderen sagen; ja nehmt selbst von eurem Meister nur das an, was ihr in euch selber versteht, was ihr in euch selber entdeckt.' Es ist wohl das Bescheidenste, was je ein Meister über sich und seine Lehre ausgesagt hat. Wir aber nehmen mit besonderer Begier an, was wir nicht verstehen, und werden nicht müde, über Höchstes mit begrenztem Bewußtsein zu streiten.

Alles, was uns von außen zugetragen wird, was wir erlernen, was wir studieren, sind nur Vorstadien. Wir können von Glück sagen, wenn sie uns den Zugang zu dem Wege in die Freiheit öffnen. Denn das Eigentliche beginnt erst mit der Aufdeckung unserer inneren Hemmungen, der Gier, der Isolierung, der Trägheit, der Unruhe und des Zweifels, die uns bis in die Schauungen hinein verfolgen. Mit dieser "Ein"sicht beginnt erst Erkenntnis, die weiterführt. Wir haben kaum den Mut, uns vorzustellen, wie tief diese Egogebundenheit reicht. Ohne sie zu erkennen und zu entwurzeln, gelangen wir nicht zu der Freiheit des Wahnlosen, die hinter dem Ich sich auftun mag. Und so sagt denn Buddha auch: "Schwer zu sehen ist das Nicht-Ich, schwer zu begreifen ist die Wahrheit".

Begreifen im Sinne der Wahrheit können wir nur das Gegenständ-

liche unserer eigenen Wirklichkeit. Wahrheit ist, solange wir ichbefangen sind, nicht das, was jenseits unserer ichhaften Wirklichkeit liegt, nicht Nirwana, nicht anatta, oder wie wir das Unbenennbare sonst bezeichnen mögen, sondern allein der Prozeß, der jeglichem Menschen innerhalb seiner Ich-Wirklichkeit zugänglich ist. Und darum ist diese Lehre so nahe, so menschlich, weil sie nichts voraussetzt an großen Begriffen und Glaubenssätzen, sondern dem Menschen nur nahelegt, sich einer Lehre zu erschließen, die ihn hinführt zu sich selber in sein eigenes Herz. Die Wahrheit ist uns näher als wir denken können. Die Wahrheit ist uns nahe, wenn wir unsere eigene dahinfließende Wirklichkeit mit ungetrübtem Auge sehen können.

Nun gilt es aber, meine Freunde, diese *menschliche Wirklichkeit* zu verstehen, und ich möchte versuchen, Ihnen diese Wirklichkeit aus meinen eigenen begrenzten Erfahrungen heraus vor Augen zu halten.

Jeder Mensch stellt eine individuelle Einheit dar, zusammengesetzt aus der leiblichen Gestalt, den Gefühlen, Wahrnehmungen, den bewußten wie unbewußten Regungen des Denkens und Handelns (sankhara) und dem Bewußtsein. Buddha hat sich darauf beschränkt, die menschliche Ganzheit mit diesen fünf Gruppen der Verhaftung zu umschreiben. Sie könnten beliebig vermehrt werden, ohne jedoch zum tieferen Verständnis beizutragen. Jeder ist eine aus der Vergangenheit gewirkte geistig-leibliche Einheit. Jeder ist in seiner individuellen Einmaligkeit der Abschluß eines unendlichen Prozesses. In diesem Augenblick, da wir hier sprechen und hören und atmen, haben sich dynamische Kräfte zu einer in sich geschlossenen körperlichen Form *verwirklicht* und verdichtet. Wir sind in der konkreten, sichtbaren Gestalt *gewirkte Form*. Dieser Prozeß hat sich im Laufe der Evolution vollzogen. Und somit leben wir aus der Vergangenheit. Das ist ein zwingendes Schicksal, dem wir nicht entgehen können. Ohne Vergangenheit wären wir nicht lebensfähig, würden wir jetzt und hier nicht da sein. Aber nicht nur körperlich sind wir aus einem unendlichen Entwicklungsprozeß zu einer individuellen Einheit zusammengefügt; auch karmisch leben wir aus dem Fundus unserer Vergangenheit.

Wir sind aber nicht nur in jedem Augenblick als ein Endprodukt in die Gegenwart dieses Augenblicks gestellt, sondern wir sind zugleich ein Anfang, der in jedem Augenblick bestimmend ist für die Zukunft. Unser Ich, wie es sich sehend, hörend, denkend, atmend darstellt, kann als ein Schnittpunkt angesehen werden zwischen der Vergangenheit und der Zukunft. Unsere Tragik ist es, daß die dynamischen Kräfte, die jedem einzelnen von uns seine individuelle Form gegeben haben, so stark sind, so gewaltig, daß sie diesen kostbaren schöpferischen Augenblick des Gegenwärtigen überspringen und hinüberlangen in die Zukunft; und in der Art, wie wir bisher gewohnt waren zu handeln, zu denken und zu fühlen, zwingen uns diese dynamischen Kräfte (sankhara), eben aus diesen Gewohnheiten weiterzuhandeln und an einer Zukunft zu bauen, die mit ihrem Wesensgehalt genau der Vergangenheit entspricht. Obgleich wir in jedem Augenblick die Zukunft *wirken*, schaffen wir doch nichts Neues. Die Vergangenheit *wirkt* in uns die Zukunft und bewirkt damit das Ewig-Gleiche. Wir sind unschöpferisch, obgleich wir sehr tätig sein können. Es ändern sich zwar die Lebensumstände, der Mensch aber bleibt sich immer gleich. Er gibt diesem Gefälle, dieser Dynamik, diesen Sankhara-Kräften nach. Das Bewußtsein, das unendliche Möglichkeiten in sich birgt, hat sich aus der Gewohnheit seiner begrenzten Erfahrungen zu einem festen Ich-Sein verdichtet, das sich in seiner Unvollendung und Unwissenheit weiterträgt und sich auf jegliche Weise in der bisherigen Form zu erhalten, zu schützen, zu sichern sucht. Nur das Vergängliche trachtet nach Ewigkeit und erlangt doch nur Fortdauer in der Zeit. Wir tragen unsere Unvollkommenheit und damit unser Leid weiter durch den Kreislauf der Zeiten.

Das ist unsere Wirklichkeit, die fortzeugend Gleiches und Leidvolles muß gebären.

Aber, meine Freunde, dieser Augenblick bietet dem Menschen die einzige Möglichkeit, die Konsequenzen aus der Lehre des Buddha zu ziehen. Nur in diesem Augenblick und nicht irgendwann sonst ist es möglich, daß der Mensch das, was ihn *wirkend* aus der Vergangenheit aufgebaut hat, nicht mehr *fortwirken* läßt in die Zukunft, d.h., daß das Ego des Menschen in diesem Augenblick zu

einem wirklichen Ende kommt. Nicht umsonst bezeichnet man den Erhabenen als den *Voll-Endeten*, in dem alle Kräfte, die ihn durch die Äonen hingeführt haben zu dem Augenblick der Erlösung, in Kräfte leuchtenden Wissens und umfassender ichloser Liebe verwandelt sind. In der Vollendung endet alles Vergangene und wird zur Lösung, zur Auflösung, zur Erlöschung gebracht. Was bleibt, ist lebendige, unmittelbare Gegenwärtigkeit ohne Hintergründigkeiten. Denn die Vergangenheit ist im Vollendeten nicht mehr wirkend und ist mitsamt der Zukunft in ewiger Gegenwärtigkeit aufgehoben. Erloschen ist der Wahn von einer zukünftigen oder jenseitigen Ewigkeit. Ewigkeit und Augenblick verschmelzen in eines und heben Zeit und Werden auf. Wenn wir so nicht enden können, wenn wir diesen Augenblick nicht zu dem erlösenden machen, wird uns unser Selbstbewußtsein, das sich aus Wähnen und Wünschen speist, in die Zukunft weitertragen.

Damit habe ich versucht, darzustellen, wie ich die Wirklichkeit, von der Buddha spricht, als ein ständig Wirkendes sehe, das uns ebenso sehr bindet wie es uns aber auch die Möglichkeit gibt, die Vergangenheit aus dem Erlebnis-Augenblick aufzulösen. So haben sich denn in unserer Vorstellungsweise - so hoffe ich - die Wirklichkeit und unser Ich-Prozeß, um dessen Durchschauung es im Kausalnexus einzig geht, zu einem sehr lebendigen Prozeß verbunden, der unsere Auffassung von einem wesenhaften, unvergänglichen, göttlichen Selbst erschüttern müßte, damit sich die Aufmerksamkeit ganz dem gegenwärtigen Selbst - dieser einzigen Wirklichkeit - zuzuwenden die Kraft findet.

Wir sind nach der Lehre des Erhabenen nur ein Prozeß von wirkenden Kräften. Dieser Prozeß spielt sich leider vor allem in unserem Denken ab. Und damit stehen wir vor einer neuen Schranke. Wir müssen uns fragen, inwieweit denn unser Denken überhaupt zuverlässig ist, inwieweit es "wirklichkeitsgemäß" ist. Und das ist für uns Europäer und Abendländer sehr schwer festzustellen, weil uns das Denken als ein Höhepunkt unserer Entwicklung erscheint und der Denker in der Stufenfolge unserer geistigen Hierarchie an der Spitze steht. Die Erfolge der modernen Wissenschaft und Technik unterstützen die Auffassung, daß das Denken das Wertvollste am Menschen ist. Das Denken hat heute unendliche

Dimensionen erreicht. Wir durchdringen das Weltall nach allen Seiten, außen wie innen, und haben damit Erkenntnisse gewonnen und Entdeckungen gemacht, die phänomenal sind. Aber dieses alles geht uns, soweit wir dem Wege des Buddha folgen wollen, überhaupt nichts an. Buddha hat dieses tiefsinnige und tief in die Materie eindringende Denken wie mit einer Handbewegung abgetan, indem er einem Neugierigen antwortete, daß die Welt nicht ausschreitbar sei. Buddha hat uns klargemacht, daß der unwissende Weltling, der über die "nicht zu erwägenden Dinge nachdenkt", das Wesentliche versäumt: das fort- und fortzeugende Wirken seines Ich-Prozesses zu durchdringen. Darum haben wir uns vor dem Denken in acht zu nehmen, und wir müssen uns überlegen, wohin und wie weit uns das Denken überhaupt tragen kann.

Das Denken ist zielstrebig; es sucht nach Resultaten; es will festlegen und sichern. Das Denken konstruiert aus sich selbst heraus neue Welten, wie wir es vielfach sehen. Das Denken ist voller Urteile und Vorurteile, mit denen es operiert. Diese Fixierungen sind notwendig, damit wir auf dieser Erde überhaupt existieren können. Wir brauchen feste Haltepunkte in dieser schwankenden Welt. Wir verlangen nach Sicherheiten in dieser ungesicherten Welt. Das alles besorgt das Denken, und es hat zu diesem Zweck eine beachtliche Fähigkeit und Klugheit entwickelt. Aber ist es damit "wirklichkeitsgemäß" im Sinne der Buddhalehre? Hat es uns glücklicher und freier gemacht? Kann es uns auf dem Weg des Buddha weiterhelfen? Ist das Denken nicht eine Lähmung der schöpferischen Kraft, die wir in uns befreien müssen, um das Namenlose in uns zu verwirklichen?

Ich möchte darauf grundlegend antworten, daß das Denken, so wie wir es logisch und diskursiv betreiben, eine Abriegelung unseres Ichs gegen die Ewigkeit ist.

Um die Ohnmacht des Denkens nicht nur vom meditativen Erlebnis aus zu verstehen, wollen wir untersuchen, wo denn das Denken in der Lehre des Buddha verankert ist. Es ist nicht in den Begriffen nama-rupam - Geist und Körper -, und auch nicht dort, wo es eigentlich stehen müßte, im Kausalnexus, enthalten, dessen Begriffe ja einen Querschnitt durch die lebendige Wirklichkeit

des menschlichen Seins darstellen. Den Denkprozeß hat Buddha in die Sinnentätigkeit eingeordnet. Er hat den uns geläufigen fünf-Sinne-Apparat um das Denken als sechsten Sinn vermehrt. Für uns Europäer bedeutet das eine Abwertung des Denkens, weil wir das Denken ebenso hoch einschätzen, wie wir der Sinnentätigkeit zu wenig Beachtung schenken. Aber, meine Freunde, der Sinnenprozeß ist eines der wesentlichsten Dinge, die ich in der Lehre des Buddha gefunden habe. Für mich ist der Sinnenprozeß zu einer ewigen Melodie innerhalb der Lehre geworden. Überall finden Sie die Begriffsreihen der Sinnentätigkeit, mit dem Auge beginnend, mit dem Denken aufhörend, dann wieder mit den Formen beginnend und mit den Ideen aufhörend, u.s.f. Sie werden es alle kennen. Mir scheint es unendlich wichtig, daß wir uns über die Bedeutung dieser Sinnenprozesse, denen das Denken zugeordnet ist, völlig klar werden. Ohne ein umfassendes Verständnis dieses ebenso lebendigen wie zermürbenden Prozesses werden wir auf dem Wege des Buddha nicht vorankommen.

Was bedeutet das Sinnesorgan? Es ist einbezogen in den Körper und ist das Kontaktorgan zur Welt der Dinge und des Geistes. Das Sinnesorgan ist ganz und gar Körper, ja, ich möchte sagen: es ist ganz und gar Haut. Wir müssen dieses Zusammenspiel des Körperlichen, des Sinnenhaften und des Geistigen als eine Einheit verstehen. Wir müssen verstehen lernen, daß das Leuchten oder der Schmerz oder das Staunen in dem Auge eines anderen Menschen mehr über diesen Menschen aussagt als irgendeine gelehrte Analyse. Wo Analyse eines inneren Prozesses beginnt, ist die Einheit bereits zerstört und das unmittelbare und "wirklichkeitsgemäße" Verstehen verhindert. Wir müssen lernen, den Menschen in seiner Totalität zu sehen, und ihn herauslösen aus den Mechanismen wissenschaftlicher Objektivierung, zu denen uns auch die Texte des südbuddhistischen Kanons verführen. Die orthodoxe Systematik und Schematisierung der Lehrtexte ist dem religiösen Erlebnis durchaus abträglich.

Ich möchte darum versuchen, Ihnen dieses Erlebnis der Einheit von seiten der Evolution nahezubringen, um damit zugleich aufzuzeigen, wie abgrundtief jeder durch den Sinnesprozeß und das Denken gebunden ist. Soweit ich dabei wissenschaftliche Fakten

berühre, wollen Sie das bitte als unverbindlich ansehen. Vergegenwärtigen Sie sich das erste organische Wesen, das diesen Erdball belebt haben mag. Es war eine Protoplasmazelle, die vor vielleicht drei Milliarden Jahren den unendlichen Ozean bewohnt hat. Das kaum sichtbare Wesen bestand aus nichts als einem Organ, das zugleich Haut war. Wenn dieser undifferenzierte Körper von außen berührt wurde, streckte er aus sich ein Tastorgan heraus, das draußen zu einem Greiforgan wurde und fähig war, einen Fremdkörper an sich heranzuziehen. Das Greiforgan verwandelte sich an der Haut zu einem Mund, wurde innen zu einem Schlund, zu einem Magen, zu einem Darm und schließlich zu einem After, der den verarbeiteten Fremdkörper wieder entließ. In diesem Vorgang, der sich als Materie darstellt, ist ein geistiges Element enthalten, das in dem menschlichen Körper mit seinem Fühlen, seinen Wahrnehmungen, Willensregungen und seinem Bewußtsein nicht eindrucksvoller in Erscheinung treten kann - nur unendlich differenzierter. Vom Lebensprozeß der Amöbe her können wir erahnen, daß auch der vielgegliederte Organismus des Menschen aus einer Einheit lebt, in der Geist und Stoff sich eng durchdringen.

Doch wir wollten der umfassenden Bedeutung des Sinnenprozesses näher kommen.

Durch die Vervielfältigung der ersten Protoplasmazelle sind Organe entstanden, die sich spezialisierten, und jedes Organ bekam seine besondere Funktion. Außen bildeten sich auf der empfindsamen Haut Zentren und wurden zu Sinnesorganen. Jedes Sinnesorgan entstand aus zwei Motiven: aus der Notdurft zu leben (Begehren) und aus der Angst (Haß), durch die Umwelt vernichtet zu werden. Jedes Auge und jedes Ohr, das sich bildete, waren erweiterte Empfindungsorgane der Haut, um die Gefahren zu erkennen und um die Nahrung sicherer ergreifen zu können; es bildeten sich Geruchssinn und Geschmack, um die Nahrung sicherer unterscheiden zu können.

Das Sicherungsbedürfnis schien dem waltenden Geist vordringlich zu sein. In einer Zwischenperiode umbaute er die Tiere mit Panzern, um sie vor den Gefahren der Welt zu schützen; aber diese Panzer wurden wieder aufgegeben, denn der schöpferische Geist,

der in der Materie lebt, braucht für sein Tasten und Suchen Bewegungsfreiheit. Als sich dann das Tier zur Menschengestalt aufrichtete, war diese mit Brust und Leib den Gefahren der Umwelt mehr als das Tier preisgegeben. Da genügten die Sinne nicht mehr, um den Menschen zu schützen, und es kamen der Verstand und das Denken als ein erweitertes Sinnesorgan hinzu. Der Wurm hatte zur Abwehr nur das Tastorgan der Haut. Mit dem Auge und anderen Sinnesorganen langte das Tier weit über die Haut hinaus, wo/hingegen es dem Verstand vorbehalten war, die Menschen über jede Notdurft und über das zeitliche Bedürfnis hinaus zu sichern.

Der Verstand hat den geistigen Horizont des Menschen zunächst sinnvoll und heute maßlos erweitert. Seine Klugheit, seine Umsicht, seine Sicherungstendenzen haben dabei zugleich den aus der Tiefe waltenden Geist eingemauert, nicht anders, als es zuvor die Natur vorübergehend mit den gepanzerten Kreaturen getan hatte. Aber konnte der Verstand in seinem blinden Drange anders handeln? Ist er doch aus nichts anderem entstanden als vorher die Sinne, deren Aufgabe es war, die Notdurft zu befriedigen und die Gefahren abzuwenden. Aus Notdurft und Angst ist in dem verstehenden Bewußtsein auch der erste und mittelbare Eindruck von der Welt geprägt worden. 'Das gebrannte Kind scheut das Feuer' ist ein Gleichnis, das auch Buddha verwendet, um die Art erster menschlicher Erfahrung klarzumachen. Klug zu werden, um gesichert in dieser unsicheren Welt zu stehen, ist Inhalt und Aufgabe unseres Verstandes. Er hat diese Aufgabe bewältigt, uns isoliert, eingeengt und damit aber die heimliche Angst vermehrt und uns für den Weg in die Freiheit bewegungsuntüchtig gemacht. Denn alles, was unser Bewußtsein in unendlichen Zeitläufen an Erfahrungen angesammelt hat, ist ego-gebunden, ist begierde- und angstbedingt. Alle unsere Erfahrungen sind vornehmlich Schmerz- oder Lusterfahrungen. Aus ihnen bezieht unser Denken seinen Stoff an Bildern und Begriffen, über die es nicht hinausdringen kann - es sei denn in der Phantasie und Illusion.

Die Sinnesorgane und der durch sie hergestellte Sinneskontakt sind die einzige wunde Nahtstelle, durch die die Welt Einlaß findet in unser inneres Leben. Doch in welcher begrenzten Form

wird die Welt in uns lebendig! Denn alles, was unser Interesse je zuvor schmerzhaft oder lustvoll erweckt hat, hat sich in einem rückläufigen Prozeß in unserem Bewußtsein als Bild und Begriff abgesetzt, d.h. alles, was in unserem Gedächtnis sich angesammelt hat und weiterhin ansammelt, ist auf praktischen Nutzen, Bequemlichkeit, Besitzanhäufung und Sicherung abgestimmt - auch da noch, wo es sich um die zarten Empfindungen unserer seelischen Nöte, unseres Erleidens handelt. Auch unsere höchsten Denkakte speisen sich aus diesem Zentrum des "Selbst"-bewußtseins, dem alle Sinne dienen. Man beobachte sich nur selbst, wie das Verlangen nach Ruhe, Frieden und Trost der sinnenhaften Ebene des Ego entstammt und nicht aus jener Tiefe jenseits des Sinnens und Denkens, in der die schöpferischen Kräfte wohnen, die allein imstande sind, die Ego-Bindungen aufzulösen.

Wir haben einleitend gefragt, welche Bedeutung das Denken auf dem Wege des Buddha hat. Und hier möchte ich die Antwort geben: Das Denken, das eingeordnet ist in den Sinnesprozeß und zugleich die Basis dieses Prozesses darstellt, geht über die Bedeutung dessen, was uns die Sinne über die Welt vermittelt haben, nicht hinaus. Das Denken lebt nicht aus der unmittelbaren Wirklichkeit des schöpferischen Augenblicks, sondern aus den abgelebten Erfahrungstatbeständen der Vergangenheit, die sich im Bewußtsein abgesetzt haben. Das Denken lebt im Raume der Vergangenheit. Das Denken scheint mir gerade das *wirkende* Element zu sein, durch das unser begrenztes Ichbewußtsein geschaffen wurde und für alle Zukunft erhalten wird. "Vom Denken gehen die Dinge aus." Empfindet nicht jeder von Ihnen, wie er durch den Mechanismus gewohnten Denkens versklavt wird?

Die Bilder und Begriffe, die dem Denken allein zur Verfügung stehen - mögen sie durch die generative Entwicklung der Jahrtausende angesammelt oder in diesem Leben erworben sein -, sind Vergangenheit. Und immer, wenn die Welt uns durch einen neuen Sinneskontakt reizt, durch ein Objekt, das durch die Sinne in uns eingeht, wird von der Welt nur das eingelassen, was bereits als ein Erfahrungsbestand innerhalb dieses Bewußtseins vorhanden ist. Sariputta hat es einst ausgeführt, daß diese beiden Dinge, das Bewußtsein und seine Erfahrungsinhalte, nur in gegenseitiger

Abhängigkeit existieren. Beide zusammen haben das Selbstbewußtsein erzeugt, woran wir leiden und leiden werden, solange die ich-bezogenen und gefühlsgeladenen Vorstellungen über uns wie mit magischer Gewalt bestimmen. Hier hat der Ich-Wahn seinen Hort und ergreift mit seinen Irrtümern und Illusionen - dem Nichtwissen - den ganzen Menschen, den wir als Einheit kennengelernt haben, und alles, was der Mensch sieht und hört und denkt und tut (sankhara), trägt den Stempel dieses Wahnes, der selbst vor göttlichen Vorstellungsbereichen nicht halt macht, ja, in der Transzendenz sein olympisches Sportfeld findet.

Die Sinne aber sind die unschuldigen Vermittler; sie lassen von der Welt nur das herein, was im Innern bereits vorgezeichnet ist. Das wird vielleicht klarer, wenn Sie mit Ihrem Hunde spazierengehen und der Hund sich auf einen Knochen stürzt, der am Wege liegt. Ihre Augen mögen diesen Knochen auch gesehen haben, aber die unmittelbare Beziehung besteht nur zwischen dem Knochen und dem Hund und nicht zwischen Ihnen und dem Knochen. Und so geht es von dieser untersten Stufe der Interessenbindung bis zu den höchsten Bezogenheiten, bis zu der Möglichkeit, daß einer nach Gott oder Nirwana *begehrlich* verlangt und für einen anderen dieses Nirwana völlig belanglos ist, weil er die Zielstrebigkeit des Denkens erkannt hat, weil er erlebt und erschaut hat, daß seine Sehnsucht nach Gott oder Nirwana auch noch egogebunden ist und bestimmt wird durch diese Notdurft, durch Ungewißheit und Angst und durch das Begehren nach Trost und Frieden.

Spät erst setzt die Erkenntnis ein, daß wir uns davor hüten müssen, vom Denken her irgendwie einen Gott oder einen höchsten Wert bestimmen zu wollen. Erst wer aus seiner Vorstellungswelt *alle* Werte eliminieren konnte, hat die Tore der Sinne und des Denkens für die ego-gebundenen Objekte unpassierbar gemacht; er lebt in der Erwartung des Unbenennbaren, das sich dem wunschfreien Blick in jedem Ding und jeder Gemütsregung offenbaren mag. Diese große Erwartung ist das Schöpferische im Menschen; sie ist die Empfangsbereitschaft des still gewordenen Geistes. Sie beginnt mit der gegenwärtigen Achtsamkeit vor den inneren Regungen und den äußeren Bewegungen, vor denen sich das Auge nicht verschließt, sondern hinschaut, um sie zu durchdringen.

Doch kehren wir noch einmal zu dem Denken zurück, weil es uns ja den ganzen Tag über bewegt. Das Denken ist ein unsagbar Belastendes. Es ist der Sammelpunkt aller hemmenden Kräfte des Begehrens und Bekümmerns, der Unruhe und des Zweifels. Ist das Bewußtsein Behältnis des Vergangenen, so sorgt das Denken dafür, daß das Gestrige und Gewesene in die Zukunft projiziert wird. Das Denken ist - vielleicht mehr als alles andere gewohnheitsmäßige Tun - das Wirkende, das die Zukunft an die Vergangenheit bindet und des schöpferischen Augenblicks nicht achtet. In dem Augenblick, da die unterbewußten Erfahrungsinhalte durch die Sinne ein Stück der Welt aufgegriffen haben, um denkend daran zu nagen, ist schon die Entscheidung zugunsten Maras gefallen; in diesem Augenblick läuft der leidvolle Prozeß weiter in die Zukunft hinein, wird das Ich mit all seinen Beschränkungen, Begehrungen und Nöten auf dem Strome des Lebens weitergetragen. An das andere Ufer zu gelangen, wo Ruhe und Schönheit wohnen, fällt dem Ich so schwer - denn sein oberflächlich erscheinendes Denken hat Tiefgang. Jedes Bild, jeder Begriff, jede Erinnerung ist in unserem Innersten an Gefühle gebunden - wenn auch in latenter Art. Kein Sinneskontakt, kein Denkakt hätte Dauer und die oft versehrende Auswirkung, wenn ihm nicht wie in einem parallel laufenden Prozeß die Gefühlsgewalten beigeordnet wären. Wir nehmen überhaupt kein Objekt als Erfahrungstatbestand in uns auf, wenn ihn nicht ein Gefühlsimpuls begleitet. - Das verbrannte Kind scheut das Feuer. - Und eben diese Gefühlswertung ist in unserem Innern mit jeder Erfahrung verbunden. Wird das Interesse durch die Sinnenberührung wachgerufen, so strömt das Gefühl unweigerlich in den Sinnes- und Denkprozeß ein, strömt über die Sinne hinaus in die Welt und ergreift - verstärkt durch den Durst - die Objekte der Welt, verhaftet sich an die Objekte der Welt im Guten und Bösen und einbezieht den Menschen in den Werdeprozeß von Geburt und Tod - in den Samsara. Wohin wir gewohnheitsmäßig sehen, was wir denken und fühlen, bestätigt und verhärtet die engen Kreise, innerhalb derer wir uns bewegen. Die Welt eines jeden Menschen setzt sich im Grunde genommen nur aus den Öfen zusammen, an denen er sich die Finger verbrannt hat, und der Idealist baut um diese Öfen seine Illusionen. Der Idealist hat unbewußt vor der Wirklichkeit kapituliert.

Dieses ganze Gefüge des Lebensprozesses wird von zwei Dingen durchpulst und durchbebt: vom Nichtwissen und von den durch das Nichtwissen bedingten Unterscheidungen (Sankhara) +). Das ist es vielleicht, was wir uns am allerwenigsten klarmachen, daß, solange wir nicht aus dem Augenblick leben, solange wir nicht aus unserem Sinnen und Denken das Sehnen, Hoffen, Wünschen und Neiden vertilgen konnten, wir noch vom Nichtwissen geleitet werden - wir noch von animalischen Instinkten beherrscht werden. Die Unterscheidungen, die wir liebend und hassend, redend und handelnd, hörend und sehend, denkend und urteilend in jedem Augenblick unseres bewußten Lebens vollziehen, werden - uns unbewußt - von dem dumpfen triebhaften Zwang des Unwissens über uns selbst geleitet. Unser Gedächtnis ist voll des toten Wissens und seiner Gefühlswerte, voll der Ansichten und Meinungen, die nur unser Ich-Bewußtsein verstärken und die wir mit allen Mitteln verteidigen.

Diesen Verhaftungen unseres Ich-Wahnes beizukommen, zeigt uns Buddha den Weg. Er beginnt mit der Erkenntnis eben dieser Verhaftungen und Hemmungen. Erkenntnis in der uns gewohnten analytischen Art, die da etwa sagt: 'Ich weiß, daß ich diesen oder jenen Fehler habe', kann nie zur Loslösung und Freiheit führen. Im Gegenteil wird mit Betonung des Mangels dieser nur gefestigt

---

+) Die Übersetzung von sankhara mit "Unterscheidungen" durch Karl Eugen Neumann ist insofern trefflich, als mit diesem Wort die bewegenden und umfassenden Sankharakräfte von Körper, Gedanken und Sprache in die spezifisch menschliche Sphäre gehoben werden. Was im Innersten des Menschen vor sich geht, entzieht sich als normales Erlebnis dem Zugriff; es ist ein Prozeß, dem der Mensch dumpf und blind ausgeliefert ist - dem Instinktleben der Tiere verwandt. Erst im Bewußtwerden der Triebregungen beginnt die menschliche Wirklichkeit, dort nämlich, wo der Mensch erwägt und wertet, unterscheidet und wählt und fähig ist, sein Interesse dem Guten oder Bösen zuzuwenden. Erst auf dieser bewußten Ebene wird individuelles Karma (sankhara) geschaffen. Auf der Trieb- oder Instinktebene bleibt Karma Kollektiv. Das "Bewußtwerden" der inneren Regungen ist der menschliche Ansatzpunkt der Sankharakräfte.
Buddha faßt den Menschen in seiner Totalität; er spaltet das Bewußtsein nicht in oben und unten. Der organische geistige Prozeß durchläuft mit *einem* Bewußtseinsakt alle Zonen, so daß dort, wo das Sinnen- und Denkbewußtsein an einer verlockenden Gestalt oder an einem bösen Wort unterscheidend und urteilend hängen bleibt, das innerste Wesen des Menschen einbezogen ist. Darum ist das Sinnen- und Denkbewußtsein Mitte und Schwerpunkt der menschlichen Gebundenheit (des Kausalnexus), und seine Bewältigung löst im Bewußtwerden die karmabildenden Kräfte (sankhara) der Tiefe auf.

und ihm zugleich Vergebung erteilt. So kann moralische Analyse und Fixierung der Untugenden zu einer Verstärkung der Verhaftung führen. Erkenntnisse auf dem Wege des Buddha sind nicht Feststellungen, Zergliederungen, Vergleiche, sondern sind Schauungen, sind unmittelbar erlebte Gegenwart meines Ich-Prozesses. Wer sich auf diese spontane Art ent-decken und sehen kann, dem löst sich im Hinschauen die Verhaftung auf. So ist mit solcher Erkenntnis das Erlöschen der Bindungen und Beschränkungen verbunden, der Ich-Wahn kommt zur Auflösung. An seine Stelle tritt nicht der Tod oder das Nichts oder die Vernichtung, sondern ein neues Leben, von dem wir nichts aussagen können. Es ist da, wenn "wir" nicht mehr sind, wenn wir, wie es Eckehart sagt, in ein Nichtwissen über uns selbst gekommen sind, oder wie es Bodhidharma ausdrückt, als er auf die Frage des Kaisers Wu-ti: 'Wer ist es, der mir gegenübersitzt?', antwortete: 'Ich weiß es nicht'.

Wir werden also, solange noch ein "Selbst"bewußtsein in uns ist, an die Objekte der Welt durch die Sinnesberührung lustvoll und leidvoll gebunden bleiben. Aber der Kausalnexus, der den Menschen in seinem Wahn darstellt, ist von Buddha auch aufgebaut worden, um uns zu zeigen, wo der Hebel für die Freiheit des Menschen anzusetzen ist. Dort, wo die Welt ein- und ausgeht, in den Sinnen, ist die Leidensstelle des Menschen, in der Sinnes- und Denkverhaftung offenbart sich "unser Wundsein" und "Wehesein". Wohin sich unsere Sinne wenden, dort sind wir mit unserem Ich-Sein gefangen. Doch die gleichen Tore öffnen auch den Weg in die Freiheit. Die Dinge, an die wir sinnend und denkend nicht mehr gebunden sind, die wir überwunden haben, berühren uns nicht mehr, vor ihnen sind wir frei vom Begehren und Bekümmern, frei von dem blinden Zwang des wahnhaften Unterscheidens, das uns einmal 'Ja' und ein andermal 'Nein' sagen läßt.

Doch wieviele Dinge mögen noch in unserem Innern lauern, deren wir uns noch nicht bewußt geworden sind, weil uns die Welt daraufhin noch nicht angesprochen hat? Zu viele eitle Interessen und ich-beschränkte Bezugspunkte verhindern, daß die Tiefe bewußt und gegenwärtig wird. Erst wenn wir die gewohnte

Ebene des Bewußtseins, auf der wir im Augenblick leben, preisgeben können, wenn wir eine Gewohnheit, einen Widerstand, einen Gedanken, ein Vorurteil spontan aufgeben können, dann geschieht es in diesem Prozeß, daß unser Ich-Wahn und unsere Verhaftung an das Werden und an die Welt dahinschwinden. Und die Kräfte, die an diese Gewohnheit gebunden waren, die verhaftet waren an ganz bestimmte Objekte der Welt, werden frei und verwandeln sich ohne unser Zutun in Kräfte, die sich in uns als Stille des Geistes und als Heiterkeit des Gemütes auswirken. Und erst in solcher Verfassung öffnet sich uns der Heilige Weg, um uns nicht mehr freizugeben.

"Dies Leben ist die Wirkensstätte, hier öffnet sich der Heilige Pfad."

Anmerkung des Verfassers

Dem Vortrag liegen die Begriffe des sogenannten Kausalnexus zugrunde. Sie beziehen sich alle auf den Menschen in seinem gegenwärtigen Dasein - nicht auf ein Vorher oder Nachher. Hören wir dazu den Erhabenen: "Nur insoweit, Ananda, einer geboren wird oder altert und stirbt, vergeht oder entsteht, nur insoweit rollt das Rad, um in der *gegenwärtigen Lebensform* offenbar zu werden - und das ist der lebendige Organismus mitsamt dem Bewußtsein." Die kausale Begriffsreihe wird nachstehend in ihrer dogmatischen Formulierung wiedergegeben, zugleich mit dem Versuch, sie aus ihrer festgefahrenen Systematik herauszulösen.

Durch das Nichtwissen bedingt sind die bewegenden Kräfte des Sankhara; beide sind karmisch bedingt und bestimmen auf der ihnen entsprechenden Ebene alles Tun.

Durch Sankhara bedingt ist das Bewußtsein mitsamt seinen Bildern und Begriffen; sie sind eng verbunden und stellen sich dar als Selbstbewußtsein.

Durch Bilder und Begriffe bedingt sind die Sinnesorgane; es sind die Kontaktorgane zur Welt.
Durch die Sinnesorgane bedingt ist die Sinnesberührung, in der die Einheit von Mensch und Welt in Erscheinung tritt.

Durch die Sinnesberührung bedingt ist das Gefühl, und durch das Gefühl bedingt ist der Durst; durch beide wird das Selbstbewußtsein gesteigert.

Durch den Durst bedingt ist die Verhaftung an die Objekte der Welt.

Durch die Verhaftung bedingt ist der Kreislauf des Werdens und mit ihm Geburt und Tod.

Amerikanisches Zen - Erfahrungen aus Kalifornien

von

Klaus Vollmer

Im Sommer dieses Jahres, zwischen Juni und Oktober, hatte ich anläßlich eines studienbedingten USA-Aufenthalts Gelegenheit, für zwei Mo nate im Zen Center von San Francisco zu leben. Das Herzstück des Cen ters "Beginner's Mind Temple", in der Innenstadt San Francisco's gelegen, wurde Ende der 50iger Jahre von Shunryu Suzuki Roshi gegründe er war eigentlich nur für einen zeitlich begrenzten Aufenthalt in di Vereinigten Staaten gereist, jedoch, vom "Anfängergeist" der mit ihm meditierenden westlichen Menschen tief bewegt, entschloß er sich, nicht mehr nach Japan zurückzukehren, wo er bereits seit 20 Jahren ein angesehener Meister des Soto-Zen gewesen war. Heute ist das Zen Center zu einer ansehnlichen Größe gewachsen, der Sangha setzt sich aus ungefähr 400 Menschen zusammen, Laien und Mönchen.

Außer dem "Beginner's Mind Temple" besteht das Zen Center aus dem 1967 von Suzuki gegründeten "Zen Mountain Center" in Tassajara, gelegen in völlig einsamen Bergen, 300 km südlich von San Francisco. Dieser Tempel ist streng nach dem Vorbild japanischer Klöster aufgebaut, mit der Gästesaison im Sommer und einer harten Übungsperiode während der Wintermonate, zu der nur sehr Fortgeschrittene vom Meister zugelassen werden.

1972 kaufte die Gemeinde des Zen Centers, die in San Francisco auch ein Restaurant, eine Bäckerei, einen Gemüseladen, ein Textilgeschäft und eine Buchhandlung betreibt, die "Green Gulch Farm", ein Bauernho nördlich von San Francisco, unweit der Pazifikküste.

Besonders die Erfahrungen und Erlebnisse in Tassajaran hinterließen einen tiefen Eindruck bei mir. Denn gerade, wenn man die Hektik des amerikanischen Alltags intensiv erlebt hat, die mit einem Übermaß von Reizen aller Art Bewußtsein und Nervensystem des Menschen durchdringt, vermag das Leben an einem Ort wie Tassajara einem Begegnunge mit dem buchstäblich "ganz anderen" zu vermitteln. Weit abgelegen, nur über eine 25 km lange, beschwerliche Schotterstraße durch unberührte Wildnis zu erreichen, liegt das Meditationszentrum und Kloste in einem dichtbewachsenen, kleinen Talkessel. Außer dem elektrischer Strom fehlen dort auch all die dem westlichen Zivilisationsmenschen so lieb- und selbstverständlich gewordenen Luxusartikel. Doch so wir Raum geschaffen für die wirklich wesentlichen Dinge.

Der nach einem festen Plan ablaufende Alltag ist ganz auf diese Erfahrung ausgerichtet: Die ersten Meditationsperioden zwischen 4.30 und 7 Uhr finden noch im Dunkeln statt; die daran anschließende Arbe die sich mit Unterbrechungen durch Sutrenrezitation und Meditation bis zum frühen Abend erstreckt, wird nicht mehr getrennt vom Meditieren erlebt. Tatsächlich lernt man hier etwas über den Sinn der "umfassenden Übung", die keinen Bereich des Lebens ausschließt. Denn ganz gleich, ob man in der Küche oder im Gemüsegarten arbeitet, oder auch Maurer- und Malerarbeiten verrichtet - immer kommt es darauf an, welches Verhältnis man zu seiner Arbeit entwickelt. So gewinnen auch sog. "meschanische" Arbeiten, wie etwa Geschirrspülen, mit einem Mal eine ganz andere Bedeutung und Dimenension: Man lernt viel über sich selbst.

Als sehr glücklich hatte es sich erwiesen, daß ich zur Lektüre nach Tassajara "nur" einen Band Ramana Maharshi und Sri Nisargadattas "Ich bin" mitgenommen hatte. Ich las darin immer sehr kurze Abschni

gewissermaßen Stichworte, die aber weit mehr bedeuteten, da die Aussprüche und Empfehlungen dieser großen Menschen eben meist auf viel offenere, "innere" Ohren fallen. Sie gehen auch in solch einem meditativen Alltag nicht verloren, werden nicht"vergessen", sondern ihre Wahrheit wird bei unzähligen kleinen Begebenheiten in diesen selbst wiedererkannt.

Nie zuvor hatte ich mich an einem so unberührten Ort aufgehalten; die sich hier bietende einzigartige Tier- und Pflanzenwelt sowie die vielschichtige Stille der Natur unterstützen die Bemühungen der Übenden. Da es kein elektrisches Licht gibt, ist auch der Lebensrhythmus der Menschen dem der Natur angepaßt: So wird man viel sensibler und achtsamer, entdeckt, wie jede Tageszeit ihre ganz eigene Stimmung und Schönheit besitzt.

Sehr eindrucksvoll sind die Meditationen, die jeweils am Anfang und Ende des Tages stattfinden. Sind es in der Frühe die Laute der Nachttiere, die den Geräuschen der langsam erwachenden Vogelwelt weichen, so ist nach der abendlichen Meditation der südliche Sternenhimmel mit seiner unendlichen Weite und dunklen Klarheit ein unbeschreibliches Erlebnis.

Wenn einen dann wieder der Alltag umfängt, so wie jetzt, während ich diesen Artikel skizziere, lernt man dankbar für solche Zeiten des stilleren Lebens zu werden. Und dies umso mehr, wenn man bemerkt, daß ein wenig dieser tief aufgenommenen Erfahrungen uns durch den Alltag begleiten und daß nach dieser Begegnung mit amerikanischem Zen vieles anders geworden ist.

+++

Paul Debes in der Heideburg

In der Zeit vom 18.-20.12.1981 reisten, trotz winterlicher Reisebedingungen und nur wenige Tage vor Weihnachten, aus allen Himmelsrichtungen Deutschlands etwa fünfundachtzig Freunde nach Hamburg. In der tief verschneiten Landschaft auf der Heideburg, einem evangelischen Freizeitheim, trafen sie sich zu einem zweiten Einführungsseminar von Paul Debes.

Es diente zur Einführung in die Grundlehren des Buddha und hatte das Thema:

"Die Lehre des Buddha über Karma und Wiedergeburt für das praktische Leben".

Erfreulich war die große Anzahl junger Menschen, zu denen sich noch der "buddhistische Nachwuchs", die Kinder langjähriger buddhistischer Eltern, im Alter von 13-17 Jahren, gesellte.

Konzentrierte Aufmerksamkeit in die klaren, einfachen und anschaulichen Ausführungen über die Lehre des Buddha von Herrn Debes vereinigte viermal am Tage für eine Stunde diesen harmonischen Zuhörerkreis. In den Zwischenzeiten fanden die Freunde ausreichend Zeit zum eigenen stillen Bedenken des im Vortrag Gehörten, zu persönlichen Gesprächen untereinander, zu ausgiebigen Spaziergängen bei klirrender Kälte in den bewaldeten Harburger Bergen.

Die Lehre des Buddha über Karma und Wiedergeburt wurde von Herrn Debes in so großer Einfachheit und Klarheit dargelegt, daß wohl mancher Zuhörer die ganze Größe und Tiefe dieses umfassenden Daseinsgesetzes wenn nicht erkannte, so doch erahnte.

Auf einen ganz einfachen Nenner gebracht können wir sagen:
das Leben - es besteht aus Wollen und Wahrnehmen, beides geistig.
Karma - bedeutet sowohl Wirken als auch Wirkung und das bedeutet Saat und Ernte beides geistig.

Die erste Regulative aber ist die Anschauung, sind die Wertmaßstäbe, aus denen heraus wir zweitens planen, bedenken, uns besinnen; das drittens unser Herz, unsere Triebe, unsere Charaktereigenschaften macht, aus denen heraus wir viertens wirken im Reden und Handeln und fünftens die entsprechende Wirkung ernten, was die Gesamtheit unseres Erlebens ausmacht.

Am Ende des Seminares wies Herr Debes eindringlich darauf hin, daß die Wirkung eines solchen Seminares nicht überschätzt werden dürfte. Ein Seminar kann nicht mehr als ein Anstoß sein, sich nun künftig intensiv und selbständig um das Verständnis der Aussagen des Buddha zu bemühen. Nur häufige Wiederholung der verstandenen Wahrheit mehrt die Verständniskraft. Und nur immer tiefere Verständniskraft bewirkt ganz allmählich die innere Wandlung. Und um Wandlung geht es.

U.B.

+++

M I T T E I L U N G E N

Gyalwa Karmapa,

das spirituelle Oberhaupt der Kagyü - Schule des Tibetischen Buddhismus, beendete am 5.November 1981 seine sechzehnte Inkarnation. Sein Körper starb in Chicago an Krebs. Sein Geist verblieb noch drei Tage bei dem in Meditations-Haltung aufgerichteten Körper. Dann kehrte er in den Dharmakaya zurück.
Gyalwa Karmapa (Rangjung Rigpe Dorje) wurde 1923 in Osttibet geboren. Zur 2500-Jahrfeier des Buddhismus besuchte er 1956/7 die buddhistischen Stätten Indiens. Er verließ dann Tibet (1958) mit einer großen Schar seiner Mönche und ging nach Bhutan. Der Maharaja von Sikkim gestattete ihm, nahe seiner Hauptstadt das alte Kloster Rumtek zu erneuern und als neuen Sitz der Karmapa-Tradition aufzubauen (1962). Der 16.Karmapa ließ auch in Indien, Bhutan und Nepal Klöster seiner Schule errichten.
1974/5 führte ihn und 16 Lamas, die ihn stets begleiteten, auf eine erste Besuchs-Tournee durch die USA und Europa, wobei er zu Sylvester 1974 in Roseburg, wie überall, wohin er kommt, die Zeremonie der Schwarzen Krone zelebrierte (siehe BM 1975,48). Ein zweites Mal kam er im September 1977 nach Deutschland und gab u.a. im Juli Veranstaltungen in Kiel und Hamburg. Danach entstanden an vielen Stätten der westlichen Welt Karmapa-Zentren, so auch in Deutschland: Berlin, Duisburg, Hamburg, Kiel usw.

+

Wörterbuch Deutsch/Englisch und Englisch/Deutsch

Ein buddhistischer Freund, der seit 20 Jahren in Hongkong lebt, die deutsche Sprache fast verlernt hat, möchte wieder mit Buddhisten in Verbindung treten und bittet um Zusendung der "Buddhistischen Monatsblätter", die er jedoch nur anhand eines Wörterbuches lesen könnte, die in Hongkong nicht erhältlich sind; er bittet daher um Überlassung eines Exemplares. Freunde, die hier helfen könnten, wollen das Buch bitte an die Geschäftsstelle senden.

+++

H A U S D E R S T I L L E

2059 Roseburg, Mühlenweg 16
Telefon 04158/214

HEIMLEITUNG GESUCHT

Im Haus der Stille in Roseburg bei Hamburg, in dem seit 1962 buddhistische Seminare und Veranstaltungen verwandter Thematik abgehalten werden, legt Frau Hager, die das Haus seit 14 Jahren geführt hat, im Frühjahr 1983 die Hausleitung nieder.

Wir suchen nun eine Nachfolge für sie. Das tägliche Leben im Haus muß gestaltet werden, soweit es nicht Sache des Seminarleiters ist. Die Teilnehmer brauchen Zimmer, Essen, manchmal Zuspruch. Die Finanzen müssen geführt werden, Haus und Gelände in Ordnung gehalten, das Programm fürs nächste Jahr vorbereitet und alles Wichtige mit dem Vorstand gemeinsam überlegt werden.

Nicht ein Job, sondern eine volle Aufgabe, eigentlich zuviel für eine Person. Deshalb denken wir uns, daß das Haus zukünftig von einem Team, zu zweit oder zu dritt, geführt wird, das die Arbeit unter sich teilt und sich bei Urlaub usw. gegenseitig vertritt. Die Mitglieder des Teams sollten hinter den Zielen des Hauses stehen; sie sollten genug von dem haben, was man Lebenserfahrung nennt, und zur Zusammenarbeit bereit sein. Für die ausfüllende Arbeit bieten wir eine gute Atmosphäre und eine schöne Umgebung. Mit dem festen Gehalt lassen sich zwar keine Reichtümer erwerben; aber es ist mit den üblichen Sozialleistungen verbunden. Wohnen und Essen sind frei.

Bitte überlegen Sie einmal, ob dies etwas für Sie wäre. Wenn ja, schreiben Sie bitte bald, spätestens aber bis zum 1.Mai 1982.

+++++

Veranstaltungen in B e r l i n im Februar 1982

Buddhistische Gesellschaft Berlin e.V.

Geschäftsstelle: Dr.Bodo Angermann, 1 Berlin 28 (Hermsdorf), Seestr.12, Tel. 404 38 38, Postfach 28 0101

Freitags:

5.,12.,19., und 26.II.82	TREFFEN STADTMITTE, 1/30, Ansbacherstr.63 v.p.l., Klingel Frauenbund
15.00 - 20.00 Uhr	Gesprächsrunde, Lehr-Ergründung, Lehrrede, Satipatthana, Klarbewußtheitsübungen, Teetrinken, Meditation. - Nach 19.45 kein Einlaß!
Samstag 20.II.82 um 15 Uhr	TREFFEN FROHNAU im Buddhistischen Haus Frohnau, 1/28, Edelhofdamm 54 Vortrag von Herrn ALAGIYAWANNA (Ceylon) in deutscher Sprache über BETRACHTUNG DER KHANDHA ALS ALLTAGSÜBUNG

E I N L A D U N G

Am 28.Februar 1982 um 15.00 Uhr

findet

die Jahreshauptversammlung der Buddhistischen Gesellschaft Hamburg

in der Beisserstraße 23

statt.

Es werden alle Mitglieder (aber auch Freunde der Gesellschaft) eingeladen.

Tagesordnungspunkte:

1. Bericht über die Tätigkeit des Vorstandes und die Aktivitäte im Hause, anschließend Diskussion. Erweiterung des Vorstande um einen Bau- und Hausverwalter.
2. Bericht des Kassenwartes und Rechnungsprüfers.
3. Entlastung des Vorstandes.

P a u s e

4. Neuwahl des
   a) ersten und zweiten Vorsitzenden
   b) Kassenwartes
   c) erweiterten Vorstandes (Organisation, Schriftführer, Bau- und Hausverwalter)
   d) Kassenprüfers
5. Änderung der Satzung (Briefwahl).

Wir bitten Sie, Ihre Anteilnahme am Wachstum der BGH und am Gedeihen des Hauses dadurch zu zeigen, daß Sie mit uns gemeinsam Probleme und Pläne erörtern.

Da das Finden geeigneter Kandidaten zu unseren Problemen gehört, können Sie mit der Anteilnahme gleich anfangen, indem Sie uns bis zum 20.2.82 Kandidaten benennen, die bereit sind, im Vorstand mitzuarbeiten (an die Geschäftsstelle Beisserstr.23, 2 Hamburg 63).

Wir beschreiben nochmals die Tätigkeiten

a) des Organisationsleiters:

Koordination der Kurs- und Vortrags-Daten, Listenführung der Kurs-Mitglieder, Kassenführung der Kurse.
Abwicklung des Schrift- und Telefonverkehrs mit Dozenten und Kursleitern. Aufstellung des Veranstaltungskalenders.
Die Festlegung der Veranstaltungen geschieht in Abstimmung mit dem Vorstand.

b) des Bau- und Hausverwalters:

Überwachung der Bau-Substanz, Bestellung von Handwerkern, Kalkulation und Setzen von Prioritäten in Abstimmung mit dem Kassenwart, Bericht an den Vorstand.

Der Vorstand

Die BGH berichtet:

Sila, Dana, Bhavana - die Grundlagen buddh.Lebens für Hausleute

Am 27.11.1981 hielt Wolfgang Krohn nach längerer Pause einmal wieder einen Vortrag in der BGH, und zwar über das Thema: Sittlichkeit, Geben, Meditation für Hausleute. In einem einstündigen, freigesprochenen Vortrag gab er einen gestrafften Überblick über diese drei Gebiete des buddhistischen Heilsweges. Dabei steht für den Hausner die Sittlichkeit (Tugend, Ethik) im Mittelpunkt. Das Geben dient ihm zu deren sozialer Einübung, die Meditation zu deren individueller Vertiefung. Um hier dem Buddha nachzufolgen, bedarf es schon Aufmerksamkeit und Zucht. Die ungebrochene Einhaltung der fünf Tugendregeln (nicht töten, stehlen, ausschweifen, lügen und nicht Rauschmittel benutzen), die konsequente Einhaltung des wöchentlichen Feiertages (Uposatha) und die Einhaltung einer schlichten Lebensführung bedeuten schon sehr viel. Die Maßlosigkeit der Welt in Gier, Haß und Verblendung wird der Anhänger des Buddha nicht mehr bedenkenlos folgen, aber er weiß auch etwas besseres als dagegen zu demonstrieren: Indem er selber all des Vielfaltsgerümpels allmählich unbedürftiger wird, bestärkt er durch sein Vorbild jene geistigen Strömungen, die ebenfalls auf Besinnung, Einfachheit und Nächstenliebe ausgerichtet sind. Die anschließende Diskussion gab Gelegenheit, über den dabei zu praktizierenden Mittleren Weg zu sprechen, der sowohl den hemmungslosten Sinnengenuß als auch bitteres Abkneifen vermeidet.

Hellmuth Hecker

+

Dia-Abend über Sri Lanka

Für einige Freunde Ceylons - jene, die schon dort waren, solche, die das Land eventuell noch besuchen möchten, und auch solche, die ohne die Absicht eines Besuches interessiert waren, gab Herr Jörg Butkereit am 5.Dezember einen Dia-Vortrag über seinen letzten Aufenthalt im Jahre 1981 auf der Insel.
Da Herr Butkereit sich diesmal für ein paar Monate in einem Kloster zur Meditation zurückgezogen hatte, war sein Bericht über die Möglichkeiten eines solchen Versuches, die Schwierigkeiten und auch positiven Erlebnisse besonders interessant.
Freunde, die vor 10 Jahren die Insel besuchten, haben es sicher mit Bedauern zur Kenntnis genommen, wie sehr die Substanz der Lehre auch hier geschmolzen ist. Ein Raubüberfall auf ein buddhistisches Kloster z.B. wäre wohl damals kaum zu vermelden gewesen.
Herr Butkereit hatte wieder sehr schöne Aufnahmen zu zeigen. Wir wünschen ihm für seinen Aufenthalt in diesem Jahr in Sri Lanka eine positive Zeit.

H.J.

+

Spendenbescheinigungen

Alle Freunde, die eine Spendenbescheinigung benötigen, diese aber bei der Nr.1 der "Buddhistischen Monatsblätter" nicht vorgefunden haben, bitten wir, sich an die Geschäftsstelle Beisserstr.23, 2 Hamburg 63, zu wenden; Sie erhalten sie umgehend.

+++++

Veranstaltungen der Buddhistischen Gesellschaft Hamburg

im F e b r u a r 1982 im Gemeinschaftszentrum in der Beisserstr.23. Evtl. Auskünfte und Anmeldungen telefonisch freitags von 11-18 Uhr (040/631 36 96), sonst schriftlich an die Geschäftsstelle.

Kursus Nr.	Datum	Beschreibung
1	1.2./19 Uhr Montag	Meditation unter der Leitung von Herrn Manhold
2	3.2./19 Uhr Mittwoch	Der Weg nach innen gemäß der Buddhalehre Leitung: Dr.Wiebke Jensen und W.Krohn
3	5.2./19.30 Freitag	Stunde der Besinnung (Puja)
4	5.2. 18-21 Uhr Freitag 6.2. 9-21 Uhr Sonnabend 7.2. 9-21 Uhr Sonntag	Satipatthana-Vipassana Meditation, Schweigekursus mit Ven. V i m a l o Zwei einfache Mittagessen können bestellt werden, Tee wird gereicht, für Abendbrot muß selbst gesorgt werden. Einige Sitzkissen sind vorhanden.
5	8.2./19 Uhr Montag	siehe Kursus Nr.1
6	10.2./19 Uhr Mittwoch	siehe Kursus Nr.2
7	13.2. Sonnabend 15 Uhr	Buddhismus im Alltag. Gesprächsrunde. Buddhisten helfen sich gegenseitig. Leitung: Frau H.Tradel
8	18 Uhr	Erarbeitung einer Lehrrede aus dem Pali-Kanon. 16 Herzenstrübungen anhand der M 7 (Das Gleichnis vom Kleide).
9	14.2./11 Uhr Sonntag	Einführung in die Lehre. Leitung: Frau H.Tradel. Wir bitten alle neuen Freunde, eine halbe Stunde früher zu kommen, damit sie eine kurze Einführung in das bisher Erlernte bekommen können.
10	15.2./19 Uhr Montag	siehe Kursus Nr.1
11	17.2./19 Uhr Mittwoch	siehe Kursus Nr.2
12	19.2./19 Uhr Freitag	Arbeits-Gesprächskreis (siehe Heft 12/1981) Frau Dr.W.Jensen wird ein kurzes Referat halten über "Buddhismus - hier und jetzt?" Leitung: Herr M.Glashoff anschließend Rundgespräch.
13	22.2./19 Uhr Montag	siehe Kursus Nr.1
14	23.2./19 Uhr Dienstag	Lao-tse und Dschuang-tse - Sinnsprüche und Gleichnisse über Tao und Te. Lesung und Kommentar des Tao te King, sowie Beispiele aus dem Buch vom südlichen Blütenland. Geschlossener Kreis. Leitung: Herr Manhold

Veranstaltungen der BGH (2)

Kursus Nr.	Datum	Beschreibung
15	24.2./19 Uhr Mittwoch	siehe Kursus Nr.2
16	27.2./15 Uhr Sonnabend	siehe Kursus Nr.7
	28.2. Beginn 15 Uhr Einlaß 14.30	Jahreshauptversammlung siehe Einladung Seite 49

Neue Freunde sind für alle Veranstaltungen (außer Kursus 14) herzlich willkommen!

Unkostenbeiträge für die einzelnen Kurse:

Wir wiesen bereits im Heft Nr.1 auf unsere Unkosten hin; daher müssen wir alle Freunde um einen Unkostenbeitrag bitten, der wie folgt festgelegt wurde:

Kurse Nr. 7, 8, 9, 12 und 16 = DM 3.- pro Abend

Kurse Nr. 1, 2, 5, 6, 10, 11 und 15 = mtl. DM 20.- f. Mitglieder
DM 25.- f.Nichtmitglieder

Kursus Nr.4 = DM 40.- für Mitglieder)
DM 50.- für Nichtmitglieder) für das Wochenende

ZENDO im Gemeinschaftszentrum: ZA ZEN Kreis um Taisen Deshimaru Roshi
Auskunft erteilt Herr M.André, Münstermannsweg 4, 2/60, Tel.632 11 16

Folgende Kurse finden außerdem in der Beisserstraße unter Verantwortung der jeweiligen Leiter statt:

E u t o n i e Leitung und Anmeldung bei Frau Liese Lotte Ziemann, Woermannsweg 18, 2/63, Tel. 50 66 84

H a t h a - Y o g a und Vertiefung (es werden Körperübungen in Verbindung mit Sitzmeditation gemacht). Schweigeseminar
Zeit: 21.2.82 von 10-18 Uhr.
Mindest Teilnehmerzahl 10 Personen / Gebühr DM 40.-
Leitung und Anmeldung bei Frau Karin Börnsen, Tel. 520 36 26

S h i a t s u (Die sanfte japanische Heilkunst; als Partnerübung in der Gruppe wird Shiatsu auch Akupressur genannt) zum Erlebnis der Entspannung und Offenheit.
Zeit: freitags 12.2.,19.2. und 26.2. (das genaue Datum im März wird noch bekanntgegeben!) von 19-21 Uhr.
Mindestteilnehmerzahl 8 Personen, Gebühr DM 60.- für 4 Abende. Ermäßigung nach Absprache möglich.
Leitung und Anmeldung bei Herrn Wolfgang Hermann, Tel. 460 45 89

Im April sind im "Haus der Stille" Roseburg folgende Kurse vorgesehen:

Nr.2 7.4.-12.4. Meditation mit Ven. Bhikkhu Vimalo

Am 25.4. findet die diesjährige Jahreshauptverammlung statt. Alle Mitglieder und Freunde sind herzlich eingeladen.

Die Bücher des Ehrwürdigen Nyanaponika Mahathera

In deutscher Sprache sind erschienen und lieferbar die folgenden Bücher:

Geistestraining durch Achtsamkeit

Die buddhistische Satipatthana-Methode.
Zweite, revidierte Auflage. 200 Seiten. Paperback. DM 19,80.

Dies ist die veränderte Neuauflage des seit Jahren vergriffenen Werkes »Satipatthana« des Verfassers. »Diese Schrift ... ist vor allem auch praktisch brauchbar: Sie setzt keine mönchische Isolation, keine außergewöhnliche Konzentrationsfähigkeit voraus ...« (aus einer in der Badischen Zeitung am 80. Geburtstag des Ehrwürdigen Mahathera – 21.6.1981 – erschienenen Laudatio von Dr. Ludger Lütkehaus).

Kommentar zur Lehrrede von den Grundlagen der Achtsamkeit

Mit Subkommentar in Auswahl. Übersetzt von Nyanaponika.
155 Seiten. Paperback. DM 12,80.

Photomechanischer Nachdruck des Kommentars aus dem Werk »Satipatthana«, der in »Geistestraining durch Achtsamkeit« nicht aufgenommen ist.

Der einzige Weg

Buddhistische Texte zur Geistesschulung in rechter Achtsamkeit. Aus dem Pali und Sanskrit übersetzt und erläutert von Nyanaponika. (Band 9 der Buddhistischen Handbibliothek.)
Zweite, revidierte Auflage. 144 Seiten. Paperback. DM 12,80.

Sutta-Nipata

Frühbuddhistische Lehrdichtungen aus dem Pali-Kanon. Mit Auszügen aus den alten Kommentaren. Übersetzt, eingeleitet und erläutert von Nyanaponika.
Zweite, revidierte Auflage. 400 Seiten. Paperback. DM 21,80.

Ferner ist noch lieferbar:

Des Geistes Gleichmaß

Festschrift zum 75. Geburtstag des Ehrwürdigen Nyanaponika Mahathera.
204 Seiten mit einem Porträtfoto. In Leinen mit Goldprägung. DM 19,80.

In seinem Beitrag »Die Bedeutung des Ehrwürdigen Nyanaponika Mahathera für die westliche Welt« schreibt Prof. Erich Fromm: »Ich bin überzeugt davon, daß sein Werk die Aussicht hat, einer der wichtigsten Beiträge zur geistig-seelischen Erneuerung Europas zu werden, wenn es nur genügend Menschen bekannt wird und so den Lärm der falschen Gurus übertönen kann.«

Zu beziehen durch Ihre Buchhandlung

Verlag Christiani · Konstanz