

Liebe Dharma-FreundInnen,

Karge Zeiten für uns; deshalb auch der Rückgriff auf zwei schon 2005 bzw. 2016 erschienene Bücher. Aber beginnen wir mit Aktuellem:

Pema CHÖDRÖN: *Vom Glück des Scheiterns: Was Buddha uns über Fehlschläge und neue Chancen lehrt*; 160 Seiten, gebunden, Gräfe & Unzer, GU Einzeltitel Lebenshilfe, München 2016. ISBN 978-3-8338-5589-4. Regulärer Preis [D] € 14.99, [Ö] € 15.50; ePUB [D und Ö] € 11.99.

Der Titel der deutschen Ausgabe ist wohl vom Herausgeber zu New Age-mäßig gewählt worden. Denn zum Einen kommt diese radikal positive Formulierung nirgendwo in Ani Pemas Buch vor und der Originaltitel (*Fail, Fail Again, Fail Better* – ein Samuel Beckett-Zitat) trifft den Tenor dessen, was die Autorin vermitteln will, auch wesentlich differenzierter. Aber darf man von einem Verlag, dessen Schwerpunkt (allerdings sehr brauchbare) Koch- sowie Lebenshilfe-Bücher sind, „buddhistisches Fingerspitzengefühl“ erwarten? Man muss wohl eher überhaupt froh sein, dass auch sie Titel für uns herausbringen!

Bei diesem Buch habe ich ein großes ABER anzumerken: Denn mehr als 60% des Seitenumfanges nimmt hier der Text einer Rede ein, die Pema-la bei der Abschlussfeier ihrer Enkelin an der Naropa University hielt. Das wäre weiter nicht erwähnenswert, wären in diesem ersten Buchabschnitt nicht immer lediglich die rechten Seiten (d.h. nur jede zweite) mit Text – und da manchmal auch nur mit einer oder ein paar wenigen Zeilen – bedruckt und die jeweils gegenüberliegende mit einer Grafik verziert oder leer. Solch ein verschwenderisches Layout und die gebundene Ausgabe machen diesen Band relativ teuer und Beides wurde in Online-Rezensionen auch schon an der englischen Originalausgabe kritisiert. Trotzdem schön, hier die anschauliche traditionelle tibetische Geschichte vom Vater, Sohn und dem Pferd eingeflochten zu finden, die die Relativität von Glück und Leid so treffend auf den Punkt bringt.

JEDOCH: der zweite Teil bietet dann auf *beiden* Seiten den gewohnten Volltext und dieser Abschnitt ist es, der diesen Titel *eigentlich* doch so besprechens- und empfehlenswert macht. Denn er enthält die Abschrift eines Interviews zum Thema „Sich in die scharfen Punkte hineinlehnen“ (ein Trungpa-Zitat; gemeint sind damit die Ecken und Kanten unseres Lebens), das der Herausgeber der englischen Originalausgabe mit Pema Chödrön führte. Sie geht darin auf verschiedene Aspekte des Scheiterns ein, wie Perfektion als nie erreichbarem Grenzwert, Angst, Schuldzuweisungen ebenso wie eigenen Schuldgefühlen, der Gefahr in Depression zu verfallen u.a. Sie tut das immer wieder anhand sehr ehrlicher Schilderungen eigener Erlebnissen und Erfahrungen (wie z.B. dem Altern), verhehlt dabei auch die gemachten Fehler nicht und, dass diese schmerzhaft für sie waren. Wie in all ihren Büchern werden jedoch auch hier Lösungsvorschläge angeboten, wie der Ansatz, statt von „Scheitern“ oder „Versagen“ besser von „Fehlern“ (die jedem Menschen mal passieren) zu sprechen und vor unangenehmen Gefühlen nicht wegzulaufen, sondern Umbruchsphasen oder Hindernisse im Leben (gerade als spirituell Praktizierende) als fruchtbaren Boden und Chance zu sehen. Als hilfreich wird auch empfohlen, sich auf das eigene grundlegende Gutsein (in den Shambhala-Lehren von Trungpa Rinpoche das Synonym für die Buddha-Natur) zu besinnen und sich zu bemühen, das tatsächlich Geschehene von der Geschichte abzugrenzen, die wir mit unseren Emotionen und Urteilen drumherum dann im eigenen Geist aufbauen.

Details dazu findet Ihr unter <http://www.gu.de/buecher/bewusst-gesund-leben/lebenshilfe/1146085-vom-glueck-des-scheiterns/>. Über den „Leseprobe“ button links unterhalb der Cover-Abbildung könnt Ihr eine ebensolche downloaden und in 14 Seiten des ersten Teiles hineinlesen (was aber aus den oben ausgeführten Gründen leider relativ unergiebig ist). Besser in einer Buchhandlung durchblättern, hineinlesen und dann entscheiden, ob man für so relativ wenige Seiten – mit allerdings tiefgehendem Inhalt – diesen Preis auch wirklich zahlen will!

Und noch eine erfreuliche Neuerscheinung, diesmal eines bereits früher vorgestellten Titels in deutscher Übersetzung:

Thubten CHODRON: *Gutes Karma: Wie man Glück erschafft und Leid vermeidet*; 293 Seiten, Taschenbuch, Edition Blumenau, Hamburg 2017. ISBN 978-3-9818250-1-5. Regulärer Preis [D] € 19.00, [Ö] € 19.20.

habe ich Euch in der englischen Originalausgabe (Thubten CHODRON: *Good Karma: How to Create the Causes of Happiness and Avoid the Causes of Suffering*) bereits vorigen Herbst nahegelegt, als einen Kommentar zum Lojong-Wurzeltext *Rad der scharfen Waffen* von Dharmarakshita, einem der beiden Hauptlehrer Atishas. (Siehe http://www.karma-sampheiling.at/home/index.php?option=com_content&view=article&id=96&Itemid=101&lang=de, unter KLS-Buchempfehlung September 2016 als zweitgenannten Titel).

Details zur deutschen Ausgabe unter <http://www.editionblumenau.com/gutes-karma/>, wo Ihr auch eine Leseprobe downloaden könnt.

PRICE, Sean / KANE, Adam / ABOUD, Gerardo (transl.): *The Supreme Siddhi of Mahamudra: Teachings, Poems, and Songs of the Drukpa Kagyu Lineage*; 200 Seiten mit 16 Abb., Hardcover, Snow Lion, Boulder 2017. ISBN 979-1-55939-864-0. Regulärer Preis US\$ 24.95. Kindle Edition US\$ 19.11.

Die Drukpa Kagyü-Linie ist im Westen bisher relativ spärlich vertreten, sowohl was Zentren betrifft als auch bezüglich Buch-Veröffentlichungen auf Englisch oder Deutsch; mit Ausnahme jener der bekannten englischen Nonne und Dharma-Lehrerin Jetsünma Tenzin Palmo.

Die Einführung des Übersetzerteams bietet einen kurzen Überblick über Mahamudra, samt seinen verschiedenen Einteilungen, wie dem Vier Yoga-Modell, das eine Brücke zwischen Sutra, Tantra und Essenz-Mahamudra darstellt. Die nachfolgende Einleitung von Tsoknyi Rinpoche setzt das Thema dann in den größeren Zusammenhang und gibt einen knappen, aber klaren Überblick über die Hauptlehren der Drukpa Kagyü-Linie, wie z.B. die Fünf Speziellen Belehrungen, die Sechs Zyklen von Gleichem Geschmack und die Drei Unerschütterlichen Mantras.

Die Übersetzungen selbst sind sprachlich sehr schön, gut lesbar und inspirierend gelungen, die Abbildungen großteils im Stil von Thangkhas gehalten; bei den Autoren der jüngeren Zeit sind es Fotos.

Mein einziger Kritikpunkt betrifft die Auswahl der Texte: Denn von zumindest fünf der 21 gibt es bereits eine oder mehrere deutsche bzw. (in der Mehrzahl der Fälle) englische Übersetzungen und das macht dann immerhin 67 von 165 reinen Text-Seiten (Einleitungen und Endnoten mit einberechnet) aus. Angesichts dessen finde ich den Preis für dieses Hardco-

ver-Buch dann doch recht hoch angesetzt, wiewohl die Übersetzer in ihrer Einleitung u.a. damit argumentieren, dass von diesen Texten über die ca. 1.000 Jahre der Überlieferung mehrere Versionen existieren und sie meinten, sie jetzt im Kontext der Drukpa-Linie neu zu übersetzen wäre ein wertvoller Beitrag. Ich persönlich denke, hier hätte man eher auf bisher Unveröffentlichtes zurückgreifen sollen, von dem es ja sichtlich (siehe oben) aus dieser Überlieferungslinie noch genug zu entdecken gibt.

Noch eine – vielleicht schon wieder überholte – Warnung: Leider ist in den unmittelbar nach Erscheinen ausgelieferten Exemplaren (wie dem meinen) die Seite 29 auf Seite 39 ein zweites Mal eingefügt worden (statt der ersten Seite von Drukpa Künlegs *The Song of Not All*, die dort eigentlich stehen sollte). Unabhängig davon, bei welchem Lieferanten Ihr das Buch bestellt habt: Der Verlag selbst schickt auf Email-Rückfrage allen Betroffenen *direkt* kostenlos ein korrigiertes Ersatzexemplar zu und ich nehme überdies an, dass die fehlerhaften Bücher zwischenzeitlich alle aus dem Handel gezogen wurden. Ein trotz alledem erfreulicher Nebeneffekt: Mein ursprüngliches Exemplar – natürlich mit eingefügter Kopie der fehlenden Seite – findet so den Weg in unsere KSL-Bibliothek!

Details dazu findet Ihr unter https://www.shambhala.com/the-supreme-siddhi-of-mahamudra-14949.html?utm_source=bm23&utm_medium=email&utm_term=LEARN+MORE&utm_content=Four+New+Major+Works+in+Tibetan+Buddhism&utm_campaign=New+in+Tibetan+Buddhism:+Supreme+Siddhi+%26+Finding+Rest+%26+Nyingma+13+%26+14&bta_tid=1319436197547641989236670572364918120098591558610404376765138054806015916555327219888077635352350591493&bta_c=2qd4az3bovkwwwug2v6p02u54td73. Über den „Browse Inside“ button unterhalb der Cover-Abbildung oder direkt unter <http://en.calameo.com/read/0000392575d4dc7877c5e> könnt Ihr im Echt-Format in das Inhaltsverzeichnis und Vorwort, die 10-seitige Einführung der Übersetzer, die 7 Seiten der Einleitung von Tsoknyi Rinpoche und die ersten beiden Texte (Tilopas *Ganges Mahamudra* und Naropas *Condensed Verses of Mahamudra*) hineinlesen.

MACKENZIE, Vicki: *The Revolutionary Life of Freda Bedi: British Feminist, Indian Nationalist, Buddhist Nun*; 208 Seiten mit 26 Abb., Paperback; Shambhala Publications, Boulder 2017. ISBN 978-1-61180-425-6. Regulärer Preis US\$ 16.95. Kindle Edition US\$ 14.96.

Diese Autorin – selbst Praktizierende seit 1976 – hat uns schon in den 1980ern und 1990ern zwei Bücher über westliche Tulkus (darunter eines, in dem auch die Geschichte des damals noch jugendlichen Trinlay Rinpoche erzählt wird) sowie die inspirierende Biographie der englischen Nonne Jetsünma Tenzin Palmo beschert. Diesmal hatte sie zusätzlich zu anderen Quellen auch Zugang zu Bedis persönlicher Korrespondenz und hat all ihre Kinder (eines davon ist der Bollywood-Star Kabir Bedi) und einige ihrer engsten Freunde interviewt. Entstanden ist so eine spannend zu lesende Lebensgeschichte, die aber auch die schwierigen Seiten (wie ihre Auffassung der Mutterrolle) dieser 1911 in den englischen Midlands geborenen schillernden Persönlichkeit sehr ehrlich beschreibt.

Aus ärmlichen Verhältnissen stammend, verstarb Fredas Vater als sie noch jung war. Von ihrer Mutter erbte sie sichtlich die psychische Intuition, die sie immer wieder unter Beweis stellte. Während des Studiums in Oxford verliebte Freda sich in einen jungen Sikh, der noch dazu der 16. Nachfahre von Guru Nanak, dem Gründer dieser Religion, war. Den rassistischen Vorurteilen von Mitstudenten wegen ihrer gemischten Partnerschaft ausgesetzt, einte die beiden zusätzlich ihre Begeisterung für die Befreiung Indiens von der englischen Herrschaft, seit Freda 1931 Ghandi bei seinen beiden Vorträgen in Oxford gehört hatte. Das Paar

heiratete schließlich und wurde zu Globetrottern, lebte eine Weile auch in Deutschland, wo sie Hitlers Aufstieg vorausahnten, und landete schließlich in Indien an. Von den vier Kindern verstarb das Zweitgeborene als Säugling an Typhus, aber nichts konnte sie aufhalten; ja sie gingen sogar beide im Zuge von Gandhis Satyagraha-Bewegung freiwillig ins Gefängnis. Nach der Unabhängigkeit Indiens studierte Freda, die als strenge Methodistin aufgewachsen war, andere Religionen: ein Jahr lang praktizierte sie den Islam, dann das Judentum, danach den Hinduismus. Schließlich lernte sie – als Sozialarbeiterin auf einer UN-Mission – in Burma buddhistische Meditation und danach wussten sowohl sie als auch ihr Mann, dass ihre Ehe in ihrer bisherigen Form Geschichte war. Sie blieben einander dennoch in Liebe verbunden; er ging nach Italien und heiratete bis nach Fredas Tod im Jahr 1977 nicht wieder.

Letztendlich landete Freda beim tibetischen Buddhismus und fand mit 49 Jahren den 16. Karmapa als ihren Wurzellama, dessen erste westliche Schülerin sie wurde. Das ereignete sich zu jener Zeit als die Chinesen gerade Tibet besetzt hatten und in Folge dessen Tausende Flüchtlinge in Indien eintrafen. Nehru, der erste Ministerpräsident Indiens, mit dem Freda seit langem befreundet war, sagte seine Hilfe zu und so wurde im Herbst 1961 am Rand von Delhi die Young Lamas Home School gegründet, die Freda leitete, was ihr bald den Spitznamen „Mummy-la“ bei den Tibetern einbrachte. Einer der Tulkus, die sie dort betreute und unterrichtete, war Chögyam Trungpa Rinpoche, den sie später dazu animierte, nach England zu gehen, womit sie einen ganz entscheidenden Anstoß zur Ausbreitung des Vajrayana nach Westen gab. 1966 wurde Freda von Gyalwa Karmapa ordiniert und war ab da unter dem Rufnamen Sister Palmo weithin bekannt, zumal sie als einzige Frau im Rumtek-Kloster leben durfte. Er war es auch, der sie 1971 für die höhere Bikshuni-Ordination (die Tradition der vollen Nonnenordination hat Tibet nämlich nie erreicht) nach Hong Kong schickte und Ani Khechog Palmo wurde so nach 1.100 Jahren die erste Frau in der tibetischen Tradition, die diese den Mönchen gleichgestellte Ebene der Ordination erlangte. Freda war es auch, die den 16. Karmapa davon überzeugte, seine Reisen in den Westen zu unternehmen und ihn dabei auch begleitete. Von vielen TibeterInnen wurde sie aufgrund ihres unermüdlichen Wirkens als Emanation der Weißen Tara angesehen.

Diese biographischen Eckpunkte alleine würden wohl schon ausreichend Stoff für einen guten Spielfilm liefern. Gusto bekommen? Details dazu findet Ihr unter <https://www.shambhala.com/the-life-of-freda-bedi.html>. Über den „Browse Inside“ button links unterhalb der Cover-Abbildung oder aber stattdessen auch direkt unter <https://en.calameo.com/read/000039257c91bd5bc9c91> könnt Ihr im Echt-Format das Inhaltsverzeichnis einsehen, sowie Vorwort und Einleitung sowie die ersten 23 Seiten (= die ersten drei Buchkapitel) lesen.

Mein Rezensionsexemplar werdet Ihr überdies in Bälde in unserer KSL-Dharma-Bibliothek ausleihen können.

FELDMAN, Christina: *Compassion: Listening to the Cries of the World*; 192 Seiten, Paperback; Rodmell Press, Berkeley 2003. ISBN 978-1-930485-11-2. Regulärer Preis US\$ 18.95. Kindle Edition US\$ 15.97.

Eigentlich doch seltsam, dass es über so zentrale Mahayana-Praktiken, wie die Vier Unermesslichen oder die Sechs Paramitas lediglich eine Handvoll ausführlicherer Monografien gibt, obwohl diese Themen in fast jeder Buddhismus-Einführung zumindest überblicksmäßig dargestellt werden. Umso erfreuter war ich, diesen schon vor 13 Jahren erschienenen Titel zu entdecken, zumal mich bereits ihr jüngstes Buch zu Liebender Güte, das ich Euch emp-

fohlen hatte, sehr begeistert und zu mehrfachem Durchstudieren angeregt hat (siehe der drittgenannte Titel in der Aussendung vom Mai 2017, unter http://www.karma-sampheling.at/home/index.php?option=com_content&view=article&id=96&Itemid=101&lang=de).

Christina Feldman ist als Dharma-Lehrerin v.a. im Vipassana des Theravada tätig, hatte aber auch tibetisch-buddhistische Lehrer und Praxiserfahrung. Daher ist ihr Blickwinkel auf das Thema sehr wohl vom Mahayana geprägt. Nicht nur stellt sie es dementsprechend sehr umfassend dar, sondern besonders hilfreich dabei ist auch, dass sie die recht zahlreichen „nahen Feinde“ von Mitgefühl (wie Mitleiden etc.) ausführlich erörtert, das sind – gemäß Lojong-Terminologie – jene Einstellungen bzw. Gefühle, die Mitgefühl zwar sehr ähnlich, aber der Entwicklung desselben hinderlich sind und u.U. sogar „Sackgassen“ im Sinne von Fehlentwicklungen und Praxishindernissen darstellen können. Auch wird in einem eigenen Kapitel Selbst-Mitgefühl sehr ausführlich besprochen und dabei auch versucht, eine klare Abgrenzung von Ich-Anhaften zu treffen.

Da der Buchaufbau im Übrigen aber eher einem vernetzten System folgt als einer starren Gliederung in thematische Abschnitte, hier – nur „splitterartig“ herausgegriffen – ein paar jener ihrer Ansätze, die mich ganz subjektiv angesprochen und zum weiteren Nachdenken und Kontemplieren angeregt haben:

- Mitgefühl ist nicht nur ein Gefühl (wie auch Shamarpa in seinem Lojong-Buch betont), sondern umfassender: es ist eine Antwort auf Schmerz, wurzelt in Weisheit und findet daher auch seinen Ausdruck in weisem Handeln.
- Mitgefühl ist tiefgründiger als nur altruistische Gedanken zu haben oder ihre zukünftige Verwirklichung zu idealisieren; es muss vielmehr verkörpert werden.
- Meditationspraxis ist ein Hilfsmittel, den Geist nicht zu zähmen, sondern zu trainieren (Zitat Buddha Shakyamuni).
- Mitgefühl wird – ebenso wie Geduld – nicht in der Abgeschlossenheit, vom Leben abgehoben, geübt, sondern inmitten von Tragödien, Leiden und Schmerz.
- „Ein Viertel des Leidens im Leben ist unvermeidbar, aber die restlichen drei Viertel entstehen daraus, zu versuchen das erste Viertel zu vermeiden!“
- Wir tendieren dazu, uns selbst mit einer Härte und einem fordernden Anspruch zu behandeln, die wir zögern würden, Anderen anzutun – selbst unseren ärgsten Feinden.

Der Verlag Rodmell Press ist übrigens seit Mai 2016 Teil von Shambhala Publications. Daher findet Ihr Details zu diesem Titel sowohl unter <https://www.shambhala.com/compassion-3717.html> als auch über [https://www.amazon.com/Compassion-Listening-Cries-Christina-Feld-](https://www.amazon.com/Compassion-Listening-Cries-Christina-Feldman/dp/1930485115/ref=tmm_pap_swatch_0?encoding=UTF8&qid=1518272362&sr=1-1)

[man/dp/1930485115/ref=tmm_pap_swatch_0?encoding=UTF8&qid=1518272362&sr=1-1](https://www.amazon.com/Compassion-Listening-Cries-Christina-Feldman/dp/1930485115/ref=tmm_pap_swatch_0?encoding=UTF8&qid=1518272362&sr=1-1).

Auf der letztgenannten Webseite könnt Ihr über den „Look Inside“ button rechts oberhalb der Cover-Abbildung oder direkt über https://www.amazon.com/Compassion-Listening-Cries-Christina-Feldman/dp/1930485115/ref=sr_1_2?s=books&ie=UTF8&qid=1518273275&sr=1-2#reader_1930485115 im Echt-Format in das Inhaltsverzeichnis, die ersten vier Seiten der Einleitung, die ersten sechs Seiten des ersten Kapitels, die Endnoten und eine Kurzbiographie der Autorin hineinlesen.

Liebe Dharma-Geschwister: Dies hier ist meine letzte Aussendung, nachdem ich in den letzten etwa 13 Jahren fast 150 Dharma-Buchbesprechungen fürs Website und später für diese vierteljährlichen Literaturempfehlungen an Euch verfasst habe. Ich bitte für diese Entscheidung um Verständnis und werde Euch daher auch meine Gründe dafür nicht vorenthalten.

Zum Einen ist meine Dharma-Bibliothek randvoll, obwohl ich bereits vor Jahren begonnen habe, Titel, die ich nicht so unmittelbar verfügbar zur Hand haben muss, an unsere KSL-Leihbibliothek oder das ÖBR-Archiv bzw. (meine Zen-Bücher) den Bodhidharma Zendo zu spenden. Wegen dieses Platzmangels kann ich nun auch keine weiteren Neuerscheinungen mehr bestellen. Zum Anderen gibt es seit der bedauerlichen Schließung unserer buddhistischen Buchhandlung „Octopus“ selbst in Wien auch nur mehr wenige Möglichkeiten, buddhistische Neuerscheinungen – v.a. kleinerer Verlage – einmal einfach so in Ruhe durchzublättern und in sie hineinzulesen. Auch scheint mir aus dem spärlichen Feedback, das mich im Laufe der letzten neun Jahre erreicht hat (und bitte, das nicht als Vorwurf aufzufassen), das allgemeine Interesse – insbesondere an den englischen Publikationen, deren Angebot aufgrund des größeren KäuferInnen-Kreises natürlich umfangreicher und vielfältiger als jenes auf Deutsch ist und wohl immer sein wird – doch ziemlich begrenzt zu sein.

Und schließlich war mein Wunsch, Euch *alle* vorgestellten Titel auf unserem KSL-Website unter „Buchempfehlung“ in die dort schon angelegten Themenkategorien *geordnet* (und damit auch User-freundlich leichter auffindbar) einzugliedern in all diesen Jahren – aus Gründen, die sich meinem Einfluss entziehen – leider nicht umsetzbar. Ihr findet dort zwar immer noch alle Aussendungen *chronologisch* gereiht im Archiv, müsst sie dann aber mühsam alle einzeln durchsehen, um das Gesuchte – sei es einen spezifischen Titel oder Literatur zu einem bestimmten Thema – zu finden. Für mich eine unbefriedigende, weil zu umständliche Lösung für Dharma-Studierende/Praktizierende und andere Interessierte.

Nichtsdestotrotz noch einmal zuletzt zur Erinnerung wie immer mein (immer noch gültiger) Bestell-Tipp zum Geldsparen bei *englischen Büchern* (bis zu 30%, auch auf Neuerscheinungen): das Website www.bookbutler.com durchsucht dzt. 49 Online-Anbieter und reiht das Gefundene ansteigend nach Preis. Nähere Details dazu findet Ihr am Schluss meiner allerersten Aussendung (vom Sommer 2011; Download unter http://www.karma-sampheling.at/home/index.php?option=com_content&view=article&id=96&Itemid=101&lang=de)

Ich danke Euch und wünsche Euch interessantes Lesen, Studium und Kontemplation sowie gute Praxis!

Euer Georg, der Dharma-Bücherwurm