

Liebe Dharma-Freundinnen,

Diesmal nur Deutschsprachiges, denn auch der US-Büchermarkt hat – wegen der Wirtschaftskrise – in letzter Zeit seine Dharma-Neuerscheinungen wesentlich eingeschränkt:

Tschogye Tritschen Rinpoche: *Sich Lösen von den Vier Anhaftungen: Ein Kommentar zu Djetsün Dragpa Gyaltsens "Gesang der Verwirklichung über das Geistestraining und die Sicht"*; 280 Seiten, davon 16 Seiten vierfarbige Bilder, Tushita Verlag - Edition Tibet, Duisburg 2007. ISBN 978-3-86547-001-0. Preis (D) € 18.95

Tschogye Tritchen (auch Chogye Trichen geschrieben) Rinpoche, 2007 im Alter von 88 Jahren verstorben, war ein großer Meister der im Westen bisher eher wenig vertretenen Sakya-Tradition des tibetischen Buddhismus und einige von uns hatten das Glück, diesen beeindruckenden Dharma-Lehrer auf der Pilgerreise 2001 in Kathmandu treffen zu dürfen. Der kommentierte Vajra-Gesang beruht auf einem lediglich vier Zeilen langen Wurzeltext, den Djetsün Dragpa Gyaltsens Vater, Sachen Kunga Nyingpo, einer der Gründungsväter der Sakya-Linie, im Alter von nur 12 Jahren direkt von Manjushri, dem Bodhisattva der Weisheit, erhalten hat. Trotz seiner Knappheit enthält dieser Vierzeiler die Essenz der Lehren des Geistetrainings (lojong) vollständig und stellt überdies eine klassische Zusammenfassung des gesamten Mahayana-Pfades dar.

Weitere Details dazu findet ihr unter

<http://www.tushita.de/index.php?page=product&info=5192&x98575=e9a72330ed527631ac1adc5dc509c20e>

Tsele Natsok Rangdröl: *Wegweiser durch die Vier Bardos: Unterweisungen zur Befreiung aus dem Kreislauf von Tod, Sterben und Wiedergeburt*; 174 Seiten, Taschenbuch, Joy Verlag, Oy-Mittelberg 2009. ISBN 3-928554-73-5. Preis (Ö) € 18.50

Zu diesem Text, der damals nur in englischer Übersetzung erhältlich war, hat Khenpo Rinpoche 2005 in Wien sehr ausführliche Erklärungen gegeben. Der Autor aus der Drikung Kagyü- und Nyingma-Tradition des 17. Jhdts. stellt darin alle vier Bardos in sehr ausgewogener und anschaulicher Weise dar und befasst sich u.a. im Detail mit den Phasen der Auflösung der Elemente und Energiebahnen im Sterbeprozess, aber auch mit den verschiedenen Arten von Phowa.

Weitere Details dazu findet Ihr unter [http://www.joy-ver-](http://www.joy-verlag.de/epages/62685029.sf/de_DE/?ObjectPath=/Shops/62685029/Products/24)

[lag.de/epages/62685029.sf/de_DE/?ObjectPath=/Shops/62685029/Products/24](http://www.joy-verlag.de/epages/62685029.sf/de_DE/?ObjectPath=/Shops/62685029/Products/24)

Ein in Buchform erhältlicher Kommentar von Chökyi Nyima Rinpoche zu diesem Wurzeltext findet Ihr unter [http://www.hospiz-](http://www.hospiz-oebr.at/home/index.php?option=com_booklibrary&task=view&id=16&catid=45&Itemid=43)

[oebr.at/home/index.php?option=com_booklibrary&task=view&id=16&catid=45&Itemid=43](http://www.hospiz-oebr.at/home/index.php?option=com_booklibrary&task=view&id=16&catid=45&Itemid=43)

Tsele Natsok Rangdröl: *Leuchte des Mahamudra: Die makellose Leuchte, welche die Bedeutung von Mahamudra – der Essenz aller Phänomene – perfekt und vollständig erhellt*; 174 Seiten, broschiert, Manjugosha Edition, Berlin 2012. ISBN: 978-3-9812827-8-8. Preis (D): € 16.90

Vom selben Autor wie der 2. Titel, beleuchtet dieses Werk den gesamten Weg der Entwicklung beim Üben von Mahamudra, beginnend mit dem Grund (der Sichtweise) über die verschiedenen Aspekte des Pfades (shine und lhagthong, die 4 Yogas von Mahamudra, den 5-fachen Pfad und die 10 Bodhisattva-bhumis) bis zur Frucht, vollkommener Erleuchtung (der Verwirklichung der 3 kayas). Eine Einleitung von Tulku Ugyen Rinpoche aus der Nyingma-Tradition, einem der Wurzel-Lamas des 16. Karmapa, sowie ein ausführliches Glossar runden diese willkommene Bereicherung zu den gar nicht so zahlreichen bisher auf Deutsch zu diesem Thema erschienenen authentischen Texten ab.

Weitere Details dazu findet Ihr unter

<http://www.manjugosha.de/shop/bucher/deutsch/leuchte-des-mahamudra.html>

Chögyam Trungpa: *Buddhas Rezept für die Befreiung vom Leiden – Die Vier Edlen Wahrheiten*; 190 Seiten, broschiert, Windpferd Verlag, Oberstdorf 2012. ISBN: 978-3-86410-012-3. Preis (Ö): € 15.40

Gerade rechtzeitig vor Beginn von Khenpo Rinpoches Belehrungszyklus zu den Vier Wahrheiten der Edlen kam diese deutsche Übersetzung heraus. Wiewohl die Behandlung des Themas nicht so umfassend und detailliert ist wie in Mipham Rinpoches Wurzeltext, ist dieses Büchlein dennoch als Ergänzung gut geeignet. Trungpa Rinpoche (1940-87) betont darin stark die Wichtigkeit, zu erkennen, wie sehr wir in die Gewohnheitstendenzen des Leidens verstrickt sind und wie nötig es daher denn auch ist, dass wir mit unseren üblichen Vermeidungsmustern und Erwartungshaltungen brechen. In seiner Präsentation der Vier Wahrheiten bezieht sich der Autor sehr oft auf den 1. Jamgön Kongtrul Rinpoche Lodrö Thaye, auf dessen umfassendes Werk auch Khenpo Rinpoche in seinen Belehrungen immer wieder gerne zurückgreift.

Weitere Details dazu findet Ihr unter <http://www.windpferd.de/das-beruehmteste-rezept-fur-glueck.html>, unter dem Icon „Jetzt im Buch lesen“ (rechts neben dem Cover-Photo) könnt Ihr auch in die ersten 15 Seiten hineinschauen.

Zur Erinnerung nochmals mein Bestell-Tipp zum Geldsparen bei *englischen* Büchern (bis zu 30%, auch auf Neuerscheinungen): das Website www.bookbutler.com durchsucht ca. 100 Online-Anbieter und reiht sie ansteigend nach Preis. Details dazu findet Ihr in meiner letzten Aussendung.

Ich wünsche Euch interessantes Studium und Lesen und gute Praxis

Euer Georg, der Dharma-Bücherwurm