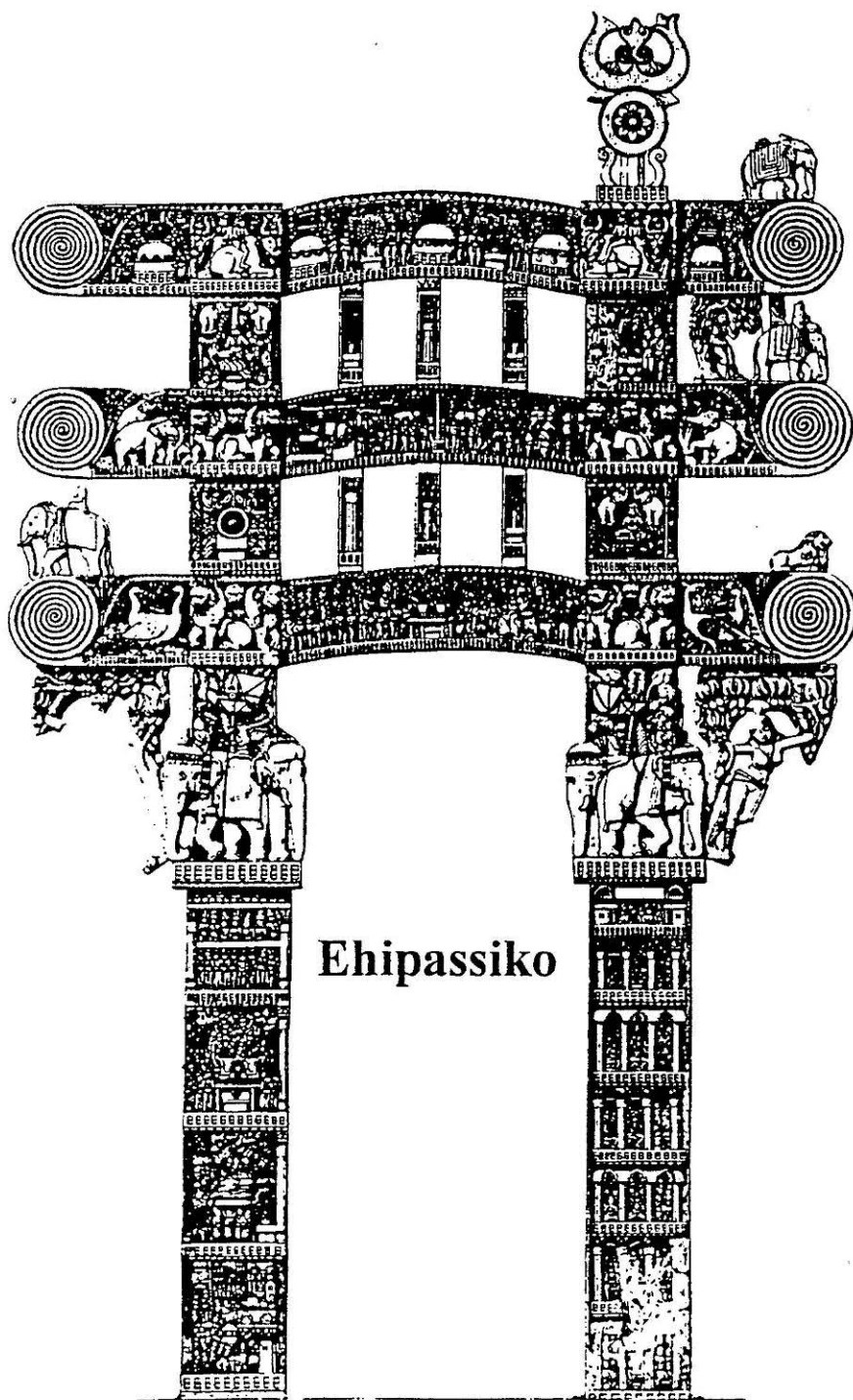


Dhammadūta

Jahrgang 1, Nr. 1

Mai 1997



Ehipassiko

Mach Deine Erfahrungen selbst!

Liebe Freunde des Buddhistischen Hauses,

in dieser ersten Ausgabe von *Dhammadûta* (Bote der Lehre) möchten wir Sie über die regelmäßig stattfindenden Ereignisse sowie über besondere Veranstaltungen im Buddhistischen Haus informieren. Das Buddhistische Haus wurde von Dr. Paul Dahlke zwischen 1924-1928 erbaut. 1957 wurde es von der *Deutschen Dhammadûta Society* in Colombo (Sri Lanka) übernommen. Es liegt in 13465 Berlin-Frohnau, Edelhofdamm 54; Tel.: 401 55 80. Zwischen 9 und 18 Uhr sind Besucher herzlich willkommen. Für sachkundige Führungen wird um telefonische Anmeldung gebeten.

Jeden Sonntag können Sie jeweils um 15.00 Uhr in der Bibliothek einen Vortrag hören. Die Themen der Vorträge sowie die Namen der Referenten sind im monatlichen Programm angekündigt, das im Buddhistischen Haus ausliegt.

Es finden regelmäßig Meditationen unter fachkundiger Leitung statt, an denen auch Anfänger teilnehmen können: Samstag (16-18 Uhr) mit Dr. Marianne Wachs und Harald Wolf; Donnerstag (18 - 20 Uhr) und Sonntag (17 - 19 Uhr) mit Anagarika Kassapa; Freitag (18 - 20 Uhr) mit dem Ehrw. Devananda Thero bzw. dem Ehrw. Puññarathana Thero und Mittwoch nur für Erfahrene (18 - 20 Uhr) mit Dr. Marianne Wachs und Harald Wolf. Außerdem besteht ein fester Kreis unter der Anleitung von Anagarika Kassapa, in dem regelmäßig der *Abhidhamma* (buddhistische Philosophie) durchgesprochen wird, sowie eine Gruppe, die unter Anleitung des Ehrw. Devananda Thero *Pali* - eine der Sprachen, in denen die buddhistischen Texte überliefert sind - lernt.

Der Tempel ist im Sommer täglich von 8 - 20 Uhr, im Winter von 9 - 18 Uhr geöffnet. In der Bibliothek können Sie jederzeit Ihren Wissensdurst über buddhistische Fragen stillen.

Dann möchten wir Sie auf die verschiedenen Veranstaltungen zur Vesakh-Feier der Berliner Buddhisten hinweisen:

23.05.: 20 Uhr	Vortrag von Ayya Khema im Haus der Kulturen der Welt
24.05.: 10 - 22 Uhr	UFA-Fabrik; verschiedene Vorträge und Workshops
25.05.: 10 - 18 Uhr	Buddhistisches Haus in Frohnau: Meditation und Vorträge
31.05.: 14 - 18 Uhr	Buddhistische Gesellschaft Berlin: Tag der offenen Tür

P r o g r a m m

der **Vesakh-Feier im Buddhistischen Haus am Sonntag, den 25. Mai 1997**

9.00 - 12.00 Uhr:	Uposatha-Pûjâ mit den Mönchen Gedanken zum Vesakh-Tag Uposatha-Anweisungen Meditation im Sitzen und Gehen (mit Anagarika Kassapa)
12.00 - 14.00 Uhr:	Mittagspause (Verpflegung bitte mitbringen)
14.00 - 15.15 " :	Meditation im Sitzen und Gehen
15.15 - 15.45 " :	Teepause
15.45 - 16.30 " :	Meditation im Sitzen und Gehen

Beginn der feierlichen Handlung um 17 Uhr

1. Begrüßung
Ehrw. Devananda Thero, Dr. Wijesiri und Dr. Rainer Noack
2. Pūjā und Pāli-Rezitationen der Mönche
3. Kerzenritual zur Würdigung der 7 Erleuchtungsglieder (Shānti)
4. Vorträge:

Gerhard Pohl	Betrachtungen zum Vesakh-Tag
Dr. Rainer Noack	Über die Geduld
Dr. Marianne Wachs	Buddhismus und Psychotherapie
Anagarika Kassapa	Wegweisungen in Gedichtsform
5. Dankesworte
Dr. I.D. Chandrasiri
6. Segensspruch der Mönche
7. Abendpūjā im Tempel

Zur Einstimmung auf die diesjährige Vesakh-Feier drucken wir die Rede des Ehrw. Devananda Thero.

Ebenso notwendig wie der Hinweis auf die bevorstehende Vesakh-Feier ist es jedoch, die historischen Grundlagen des Buddhistischen Hauses in Erinnerung zu behalten. So danken wir der Redaktion der *Lotusblätter* für die Erlaubnis, den dort erschienenen Artikel zum "50. Todestag von Bertha Dahlke" von Dr. Martin Baumann veröffentlichen zu dürfen. Die Abbildung des Osttors des Stupas von Sanchi auf dem Titelblatt dieser Ausgabe erfolgt mit der freundlichen Genehmigung des Museums für Indische Kunst in Berlin-Dahlem.

Es ist geplant, die Zeitschrift *Dhammadūta* zunächst zwei Mal jährlich herauszugeben, jeweils Anfang Mai im Hinblick auf die Vesakh-Feier und Anfang Oktober im Hinblick auf das Kathina-Fest. Bitte arbeiten Sie an der nächsten Nummer mit und schicken uns bis zum 10. September Beiträge (2-3 DIN A 4 Seiten) zum Kathina-Fest oder über die Bedeutung von *dāna* (Geben, Gabe, Almosenspende), das wir zur Diskussion stellen wollen. Anregungen jeder Art, aber vor allem eine aktive Mitarbeit (*dāna*?) sind uns stets willkommen. Wir möchten mit der Zeitschrift ein Forum schaffen, um einen Austausch der Freunde des Buddhistischen Hauses untereinander zu ermöglichen.

Die buddhistische Lehre legt großen Wert auf direkte Erkenntnis. Deshalb unsere Aufforderung: *Ehipassika!* (Mach Deine Erfahrungen selbst!) Als Anregung haben wir einen Artikel aus *Mahasi Newsletter* aus Yangon (Myanmar) veröffentlicht und hoffen, daß Ihnen die Lektüre ebenso viel Freude macht und Inspirationen gibt wie uns.

Für die Redaktion


Helmtrud Rumpf

Für die Redaktion dieser Ausgabe verantwortlich sind:

Dr. Helmtrud Rumpf, Joachim-Friedrich-Str. 21, 10711 Berlin, Tel.: 323 34 61
 Dr. Inigo Deane, Mittenwalder Str. 12, 10961 Berlin, Tel.: 693 54 60
 Brigitte Wegner, Prinzregentenstr. 73, 10715 Berlin, Tel.: 853 83 32

Was ist die Vesakh-Feier eigentlich?

Am Vesakh-Fest, in der Vollmondnacht des Monats Mai, wird die Geburt, die Erleuchtung und der Tod Buddhas gefeiert. Alle drei Ereignisse sollen der Legende nach im Mai, im *Vesākha*, stattgefunden haben. Die Bezeichnung des Monats auf *Pali* hat dem Fest seinen Namen gegeben.

Bereits in vorbuddhistischen Zeiten versammelten sich die Menschen in Indien am *Upasatha*, am Vorabend der drei Mondstadien - Vollmond, Neumond und Halbmond -, um ihre Ansichten über verschiedene Dinge des Lebens zu diskutieren. Dieser Brauch wurde von den Anhängern Buddhas beibehalten. *Upasatha* bot ihnen Gelegenheit, die Lehre (dhamma) darzulegen, die Ordensregeln (*pātimokkha*) vor der versammelten Mönchsgemeinde vorzutragen und den Laienanhängern die Möglichkeit zu geben, freiwillig die acht Übungsregeln (*sikkhāpada*) für einen Tag auf sich zu nehmen. Das sind: Absehen vom Töten, "Nicht-Gegebenes nicht nehmen", keine sexuellen Beziehungen pflegen, Vermeiden von Lüge, Verzicht auf Rauschmittel, nach dem Mittagssmahl bis zum nächsten Tag nichts mehr essen, Tanz und Musik fernbleiben, auf Schmuck und Kosmetika verzichten und auf einfachen Nachtlagern ruhen. Am *Upasatha* im Mai, im *Vesākha*, wird insbesondere der Geburt, der Erleuchtung und des Todes des Buddhas (*Parinibbāna*) gedacht. Die Buddhistische Zeitrechnung beginnt mit dem Eingang Buddhas ins *Parinibbāna*.

Jeden Augenblick durchleben auch wir - allerdings meistens unbewußt - eine Veränderung, so etwas wie einen ständigen "kleinen Tod" und eine "kleine Geburt". Geburt und Tod sind nicht voneinander zu trennen. Sie stellen denselben Vorgang dar - "nur von zwei verschiedenen Seiten gesehen: so wie dieselbe Tür als Eingang oder Ausgang bezeichnet werden kann, je nachdem ob wir sie vom Äußeren oder Inneren eines Raumes betrachten. In anderen Worten: Wir sind schon unzählige Male durch die Pforte des Todes und der Geburt gegangen, und unser jetziges Leben ist nichts anderes als das 'Jenseits' oder, richtiger, die Fortsetzung unserer vorigen und aller vorhergegangenen Existenzen," wie Anagarika Govinda beschreibt. So ist auch die Geburt von Gautama Siddhārtha nur ein kurzer Augenblick in einer langen Reihe seiner Existenzen.

Gautama Siddhārtha wurde um 560 v. Chr. in Kapilavastu im nepalesischen Himālaya geboren. Sein Vater war der Sākyerfürst Suddhodana. Der Legende nach soll er als Bodhisattva, als ein der Erleuchtung entgegengehendes Wesen, von den Göttern gebeten worden sein, auf die Erde hinabzusteigen, um den Menschen die Lehre vom Leiden, vom Ursprung des Leidens, vom Ende des Leidens und den zum Ende des Leidens führenden achtfachen Pfad zu verkünden. Seine Mutter Māyā hatte einen Traum, in dem sie einen weißen Elefanten vom Himmel herabsteigen sah. Im Rüssel trug er eine rosafarbene Lotusblüte und legte sie in den Körper der Königin. Kurz danach erblickte ihr Sohn Gautama Siddhārtha im Hain von Lumbinī das Licht der Welt. Ebenso wie im Augenblick seiner Empfängnis erbebte die Erde. Ihm wurde auf Grund besonderer körperlicher Merkmale vorhergesagt, daß er ein großer Weltherrscher oder ein religiöser Führer werden würde. Später entschließt er sich in einer Vollmondnacht im Mai, Frau und Kind zu verlassen, um nach einem Weg zur Überwindung des Leidens zu suchen.

Wieder in einer Vollmondnacht im Mai hat Gautama Siddhārtha unter einem Feigenbaum in Uruvelā, in der Nähe von Vesālī, folgende

drei Erkenntnisse: Er schaut zunächst alle Daseinsformen, die er in früheren Leben durchlaufen hat, und erkennt das dynamische Geschehen des Werdens und Vergehens alles Geschaffenen. Als zweites begreift er das Gesetz des Karma, des Scheidens und Wiederkommens aller Wesen entsprechend ihren Taten – in Gedanken, Reden und Handlungen. Jedes Wesen muß die positiven und negativen Folgen seiner Taten tragen. Und schließlich erlangt er die Erkenntnis der vier edlen Wahrheiten, durch die er zum Buddha, zum Erwachten wird: Er durchschaut die Wahrheit des Leidens, die Entstehung und Aufhebung des Leidens. und erkennt den Pfad, der zur Aufhebung des Leidens führt. Er entschließt sich, die Lehre weiter zu geben. Dies geschieht, als er im Isipatana in Benares seine erste Rede über die vier edlen Wahrheiten hält.

Als Buddha im Alter von 80 Jahren erkrankt, zögert er seinen Tod um 3 Monate hinaus, um die Mönche auf seinen Eingang ins *Parinibbāna* vorzubereiten. Er hinterläßt ihnen die Botschaft: "Die Lehre und Ordnung, Ananda, die ich euch verkündet und festgesetzt habe, die ist euer Meister nach meinem Hingang..." Der Legende nach stirbt er in Kusinârâ, nachdem er bei Cunda, eines Schmiedes Sohn, etwas gegessen hatte.

Ein andersgläubiger Asket fragt Sâriputta: "Was ist nun Nirvana?" Und dieser antwortet ihm: Der Begier Ende, des Hasses Ende, der Verblendung Ende: das mein Freund, nennt man Nirvana."

HR

Rede des Ehrw. Devananda Thero zur Vesakh-Feier 1996

Heute ist ein ganz besonderer Tag, denn wir feiern die Geburt, die Erleuchtung und *Parinibbāna* von Buddha.

Ich möchte heute über Dhamma sprechen. Was ist Dhamma? Dhamma hat viele Bedeutungen. Buddha hat acht Wörter für Dhamma verwendet: Dhamma-Dharma, Sabba-Sarva, Sathwa-Sanna, Lōka-Dhātu. Dhamma ist die Bezeichnung für alles in der Welt, für die gesamte Natur und Materie.

Alles in der Welt verändert sich jede Sekunde. Es entsteht, es besteht und es vergeht. Diese Veränderungen kann man nicht immer sofort sehen oder verstehen. Wir Menschen glauben deshalb, daß die Dinge unveränderlich und dauerhaft sind. Daraus entstehen unsere Probleme, denn wir sehen die Wirklichkeit nicht so, wie sie ist.

Ich gebe Ihnen ein Beispiel: Wenn Sie den Tisch hier sehen, sieht er sehr schön und stabil aus. Aber auch dieser Tisch verändert sich ständig. Er entsteht, er besteht und er vergeht in jedem Augenblick. Wir sehen es nur nicht. Erst nach etwa hundert Jahren, wenn der Tisch unbrauchbar geworden ist, wird er weggeworfen. Dann kauft man einen neuen Tisch. Der Tisch ist aber nicht erst in diesem Augenblick unbrauchbar geworden, sondern der Prozeß der Zersetzung oder des Sterbens hat unaufhörlich und stetig schon lange vorher stattgefunden.

Und noch ein anderes Beispiel: Wenn Sie an einen Fluß gehen, können Sie das fließende Wasser beobachten. In jedem Augenblick se-

hen Sie anderes Wasser, obwohl es das Wasser des gleichen Flusses ist. Ebenso wie sich das Wasser verändert, verändert sich auch unser Leben jeden Augenblick.

So verändert sich alles in dieser Welt in jeder Sekunde. Man sieht es nur nicht. Weil wir aber glauben, daß die Welt unveränderlich und dauerhaft ist und die Wirklichkeit nicht so sehen, wie sie ist, haben wir viele Probleme. Durch die Meditation lernen wir, die Welt der Wirklichkeit entsprechend zu sehen.

Jetzt möchte ich über Karma sprechen. Was ist Karma? Karma ist das Ergebnis unseres Denkens, unserer Reden und unserer Taten. Es gibt gutes (kusala) und schlechtes (akusala) Karma oder in anderen Worten: gute und schlechte Energie. Diese Energie ist sehr wichtig. Wenn wir etwas Schlechtes gedacht, geredet oder getan haben, dann schaffen wir schlechte Energie. Wenn wir etwas Gutes gedacht, geredet oder getan haben, dann schaffen wir gute Energie. Die schlechte und gute Energie - oder dieses Karma - bleiben in unserem Leben erhalten.

Diese Energie ist sehr wichtig. Sie ist unsichtbar. Man kann sie mit elektrischem Strom vergleichen. Wenn ich beispielsweise das Licht anmache, können Sie es sehen, auch wenn Sie nichts von elektrischer Energie verstehen. Erst wenn Ihre Hand mit dem Stromkreis direkt in Berührung kommt, zucken Sie mit der Hand zurück und spüren die Energie.

Die schlechte und gute Energie, die Sie durch Ihr Denken, Reden und Handeln geschaffen haben, bleibt erhalten. Unser schlechtes Karma - unser Geist und unsere Gedanken -, diese Energie führt zu einer schlechten Wiedergeburt. Unser gutes Karma - unser Geist und unsere Gedanken -, diese Energie führt zu einer guten Wiedergeburt. Die Energie sucht sich einen Ort, an dem sie wieder ins Leben tritt.

Buddha hat gesagt, daß der Mensch das höchste Lebewesen ist. Von seiner Geburt an hat er mehr Geist als die Tiere. Dieser Geist ermöglicht es dem Menschen, Gutes oder Böses zu denken, zu reden und zu tun. Er hat die freie Wahl für seine Entscheidungen und folglich über sein Leben.

Zum 50. Todestag von Bertha Dahlke

Am 25. Januar 1997 jährte sich zum 50. Mal der Todestag Bertha Dahlkes (1860-1947). Sie war die wohl erste Buddhistin in der Geschichte des deutschen Buddhismus, die eine führende Rolle innerhalb der seinerzeit fast ausschließlich männlich geprägten buddhistischen Bewegung spielte.

Bertha Dahlke wurde am 25.9.1866 als drittes von fünf Kindern des preußisch-protestantischen Beamten Dahlke in Osterrode/Ostpreußen geboren. Nach der Schulzeit studierte sie in der Schweiz und war dort als Lehrerin tätig. 1914, bei einem Besuch auf Sylt im Haus ihres Bruders Paul Dahlke (1865-1928), führte dieser sie in die buddhistische Lehre ein. Bertha Dahlke wurde so Paul Dahlkes erste Schülerin. Sie verblieb in Berlin, wo ihr Bruder, den sie aufs höchste verehrte, eine

homöopathische Arztpraxis unterhielt. Sie blieb unverheiratet, war Vegetarierin und führte ein anspruchsloses, materiell bescheidenes Leben.

1924 zog Bertha Dahlke zusammen mit ihren zwei jüngeren Zwillingsschwestern Anna und Marie sowie ihrem zweiten Bruder Georg und dessen Familie in das 'Buddhistische Haus', das Paul Dahlke in einem parkähnlichen Anwesen in Frohnau, einem Vorort Berlins, hatte errichten lassen.

Paul Dahlke lebte nur vier Jahre an der Stätte, die den deutschen Buddhismus in den 1920er und 1930er Jahren prägte; er verstarb im Februar 1928. Bertha Dahlke setzte zusammen mit ihren Schwestern die Arbeit des Bruders fort. Sie gab weiterhin Dahlkes Zeitschrift 'Brockensammlung' heraus und organisierte das Leben und die Finanzierung des Hauses. Das Zusammenleben mit anderen Hausbewohnern gestaltete sich mit der rigiden und durchaus bestimmenden Bertha Dahlke nicht immer leicht.

Trotz finanziell knapper Mittel gewährte Bertha Dahlke großzügig Gastrecht. So lebten im 'Buddhistischen Haus' zu Beginn der 30er Jahre zeitweise der Jodo-Shinshu-Priester Juni Sakakibara und Mönche aus Ceylon. Zu den Uposatha-Feiern (Feiern zum Vollmond) lud sie verschiedene Redner ein, sie selber hielt bei den Feiern keine Vorträge.

Der Unterhalt des 'Buddhistischen Hauses' konnte in den 30er und frühen 40er Jahren nur durch Landverkäufe auf Sylt bewerkstelligt werden. Das Land hatte Paul Dahlke noch 1927 (!) zum geplanten Bau eines Klosters für mönchisches Leben günstig erworben. Als die Kriegsfront näherrückte, zog Bertha Dahlke 1944 nach Sylt. Wie eine Zeitzeugin, die die damals 78-Jährige betreute, berichtete, wurde Bertha Dahlke in ihren letzten Lebensjahren zunehmend 'unnahbarer' und 'schrulliger', eigentümlicher. 80-jährig verstarb sie am Geburtstag ihres verehrten Bruders am 25.1.1947 und wurde im Familiengrab der Dahlkes auf dem Keitumer Friedhof beigesetzt.

Bericht: Dr. Martin Baumann

aus: *Lotusblätter* 1/97

Direkte Erkenntnis

Es geht hier nicht um bloßes Wahrnehmungsvermögen, sondern um direkte Erkenntnis, die nur durch wirkliche Praxis gewonnen werden kann. Wenn Sie selbst Menschen beobachten, die ein Tor durchschreiten, werden Sie selbst ihr Kommen und Gehen sehen; Sie bedürfen keiner anderen Menschen, um aus zweiter Hand zu erfahren, daß die Menschen durch das Tor ein- und ausgehen. Ebenso beobachten und werden Sie sich selbst durch die sechs Sinnestore – Auge, Ohr, Nase, Mund, Hand und Denken – bewußt, wie *nāma* und *rūpa* entstehen und vergehen, ohne darüber nachdenken zu müssen.

Nehmen Sie ein anderes Beispiel. Wenn Sie einen Spiegel an den Straßenrand stellen, werden alle Fußgänger und Fahrzeuge in ihrer wahren Natur im Spiegel widergespiegelt. Wenn Sie die Vorgänge in dem Spiegel beobachten und sich dessen bewußt werden, sehen Sie sie, wie sie wirklich sind. Wenn Sie ebenso achtsam alles beobachten und be-

wußt machen, was vor den sechs Sinnestoren erscheint, werden Sie begreifen, wie die Sinnesobjekte (die kein Bewußtsein haben) entstehen, während der Geist (das Subjekt, das bewußt ergreift) sich dieser Entstehung bewußt wird. Dann schwinden Objekt und Subjekt. Dieser Vorgang wiederholt sich. Der Meditierende wird sich bewußt, daß dies ein Charakteristikum von *nāma* und *rūpa* ist: entstehen und vergehen. Denn Bewußtsein und Körperlichkeit sind nicht immerwährend. Sie sind nicht ewig. Sie sind Leiden. Sie sind ohne Substanz.

Wenn Sie die Tätigkeit von *nāma* und *rūpa* beobachten, werden Sie sich deren wahrer Natur bewußt. Wenn Sie deren wahre Natur begriffen haben, was bleibt dann noch zu betrachten und zu begreifen? So wird niemand die Natur der Dinge durch bloßes Nachdenken über *nāma* und *rūpa* begreifen, ohne ihr Entstehen und Vergehen direkt erfahren zu haben. Wenn Sie diese Erfahrung gemacht haben, werden Sie dann weiterhin über deren Natur diskutieren? Es macht keinen Sinn, wenn jemand bloß rezitiert: "Entstehen! Vergehen!", ohne diese Erfahrung direkt gemacht zu haben.

Wissen, das durch Denken oder Rezitieren erlangt wird, ist keine direkte Erkenntnis, sondern bloßes Wissen aus zweiter Hand oder Büchern.

Das Wesen der direkten Erkenntnis besteht also darin, selbst alle Dhammas oder Daseinserscheinungen zu beobachten und zu erfahren.

aus: *Mahasi Newsletter*, vol. 4, no. 1, jan. 1997

