

Geshe Michael Roach

Der östliche Pfad zum Himmel

*Die Lehren von Jesus in Tibet –
ein Wegführer zum Glücklichen*

Aus dem Englischen von Roger Eisemann



BLUMENAU



BLUMENAU

Möge jeder, der sucht,
seinen eigenen wahren Pfad
zum Himmel finden.

Ungekürzte Ausgabe
Januar 2012
2. Auflage Januar 2013
EditionBlumenau
Hamburg
www.editionblumenau.com

Titel der amerikanischen Originalausgabe:
The Eastern Path to Heaven.
A Guide to Happiness from the Teachings of Jesus in Tibet,
Seabury Books, New York, USA
Copyright © 2008 Geshe Michael Roach

Copyright der deutschen Ausgabe: © 2011 EditionBlumenau, Hamburg
Das Werk ist urheberrechtlich geschützt.
Sämtliche, auch auszugsweise Verwertungen bleiben vorbehalten.

Titelkonzept: Silvia Engelhardt
Titelgestaltung: Kati Krüger, Hamburg
ISBN: 978-3-9813888-7-9

Wir freuen uns auf Ihren Besuch:
www.editionblumenau.com

Weitere Bücher von Geshe Michael Roach
bei der Edition Blumenau:
Der Diamantschneider, *Die Weisheit des Diamanten*
Karmic Management, *Erfolg durch Spiritualität*
Damit Yoga wirkt, *Eine Erzählung*

INHALTSVERZEICHNIS

1	Der Mut, alles zu haben	11
2	Was ist „alles“?	12
3	Ein Stern im Osten	13

Teil I KRAFT

4	Der eine Schlüssel von Christus	16
5	Das wahre Bild	17
6	Erst kam das Wort	18
7	Wie das Wort begann	19
8	Tue Deinem Nächsten	20
9	Meines Bruders Hüter	21
10	Du sollst nicht töten	22
11	Das Geringste meiner Gebote	23
12	Krieg funktioniert nicht	24
13	Weisheit für unsere Entscheidungen	25
14	Ein einziger Sperling	26
15	Schönheit	27
16	Die Kunst des Essens	28

Teil II SICHERHEIT

17	Mein einziger Herr und Meister	32
18	Ein lebender Lehrer	36
19	Dir wird gegeben	37
20	Sie gedeihen nicht	38

21	Die Dinge beschleunigen	39
22	Der einfache Akt des Verstehens	40
23	Unseren Fortschritt verfolgen	41
24	Das Senf-Korn	43
25	Ein sehr christliches Verhalten	44
26	Das Ende der Armut	45
27	Das Ende des Wettbewerbs	46
28	Die wunderbare Verwirrung zwischen „Ich“ und „Du“	47
29	Wie man dieses Traumhaus bekommt	48
30	Himmel und Erde	51
31	Mich habt Ihr nicht allezeit	53
32	Das Gesetz der zehn Prozent	54
33	Eine praktische Anmerkung	55

Teil III LIEBE

34	Das Ende der Liebe, wie wir sie kennen	58
35	Unser Recht zu lieben	61
36	Die drei Schritte	62
37	Flugzeuge, die fliegen – manchmal	63
38	Zwei schlechte Alternativen	64
39	Option Drei	65
40	Erst zeichne ein Bild	66
41	Meister der Gebetskunst	67
42	Mustergebet	70

43	Der Beweis ist, dass wir hier sind	71
44	Dein Glaube hat dir geholfen	72
45	Das Auge des Betrachters	73
46	Die Korrelationen	74
47	Was immer es braucht	76
48	Blockaden	77
49	Schöne Bekenntnisse	78
50	Niemals endende Schönheit	80
51	Eher dumm als unmoralisch	81
52	Teilen	82
53	Unendliche Grenzen	83
54	Ein kleiner Ausblick	84
55	Liebe und das tiefere Gedächtnis	85

Teil IV GLÜCK

56	Was ist Glück?	88
57	Dämonen sind zu erschlagen	89
58	Wir wissen nicht	90
59	Wut	91
60	Verärgerung	92
61	Neid	94
62	Traurigkeit	95
63	Depression	96
64	Schlaflosigkeit	98
65	Mangel an Energie	99

66	Geringe Selbstachtung	100
67	Freudlosigkeit	101
68	Angst	102
69	Nervosität	103
70	Aufmerksamkeitsstörung	104
71	In der Vergangenheit oder der Zukunft leben	105
72	Trauer	106
73	Besessenheit: Essen, Sex, Besitz	107
74	Abhängigkeit	108
75	Hochmut	109
76	Verlust des Glaubens	110
77	Selbstsucht	111

Teil V FREIHEIT

78	Befreiung von Sinnlosigkeit	114
79	Die Lüge von der Metapher	115
80	Die Lehre lebt	116
81	Der Körper tötet sich selbst	121
82	Ich werde heute sterben	122
83	Während sie unsere Hand ergreifen	123
84	Der Körper ruht auf dem Geist	124
85	Eine größere Freiheit	126
86	Unerbittliche Mahnungen an uns selbst	127
87	Dinge brechen auseinander	128
88	Ein Wort zur Wissenschaft	129
89	Nicht erschlagene Dämonen erschlagen uns	132

90	Das Ende des Todes	134
91	Sie sind nicht genug	135
92	Die Quelle der erforderlichen Stärke	137
93	Keine Falten	139
94	Von Wundern	140
95	Eine fehlende Seite in der Morgenzeitung	141
96	Die Bedeutung liegt nicht in Worten	144

Teil VI ERFÜLLUNG

97	Bestimmung	148
98	Unendlich	149
99	Jedes einzelne Gesicht	151
100	In den Himmel gleiten	152
101	Engeln begegnen	155
102	Gott begegnen	156
103	Jesus erreichen	157
104	Die Transformation des Körpers	158
105	Ausstrahlung	160
106	Die Transformation des Geistes	162
107	Was werden Sie lehren?	164
108	Bitte um Hilfe	166
109	Eine mächtige Kraft	168
	Über den Autor	170
	Mehr Informationen: Star in the East	171

1

Der Mut, alles zu haben

Jesus sagte,

Bittet, so wird Euch gegeben.

Suchet, so werdet Ihr finden.

Klopft an, so wird Euch aufgetan.

Lasst uns den Mut haben alles zu bekommen, was wir in diesem Leben wollen.

Wie die Kinder haben wir versucht, uns glücklich zu machen, und es ist uns nicht gelungen.

Zu früh haben wir die Hoffnung aufgegeben, dass wir alles haben können.

Wenn einer käme und uns einen Weg zeigte, wie wir alles haben könnten, hätten wir keine Angst, diesem Weg zu folgen. Was uns schreckte, ist vielmehr die Vorstellung, dass alles wahr werden könnte.

Also lasst uns zuerst den Mut aufbringen.

2

Was ist „alles“?

Jesus sagte,

Alles ist möglich.

Keiner braucht uns zu erklären, was uns glücklich machen würde. Wir wissen es von unserer Geburt an. Wir wissen, dass wir nicht in diese Welt kamen, um zu essen und zu arbeiten und zu sterben.

Wir haben ein Recht darauf, gesund und stark zu sein. Wir haben ein Recht darauf, all die Dinge zu haben, die wir brauchen. Wir haben ein Recht darauf, Liebe zu finden.

Und wir haben höhere Rechte. Wir haben das Recht, glücklich zu sein, jeden Tag den ganzen Tag. Wir haben das Recht, uns von der Angst vor dem Tod zu befreien. Wir haben das Recht, unsere wahre Bestimmung zu erfüllen: Es ist unser Recht, jemand zu werden, der sich um jede andere Person auf der Welt kümmern kann.

Nehmen wir uns, was uns rechtmäßig zusteht.

3

Ein Stern im Osten

Nach dem Tod Jesu versammelten sich die Jünger gemeinsam in Jerusalem:

Und es erschienen ihnen Zungen, zerteilt wie von Feuer, und sie setzten sich auf einen jeden von ihnen und sie begannen, in all den verschiedenen Sprachen der Welt zu sprechen.

So begann Christus die Mission der Apostel. Petrus wurde in den Westen gesandt. Er legte das Fundament für die großen Kirchen um uns herum; seine Taten sind in Stein gemeißelt.

Thomas aber wurde von Jesus nach Osten, entlang der Straßen des Handels und der Ideen geschickt, die von Alexander dem Großen über Persien nach Indien gepflastert worden waren. Zeit und Krieg haben seine Fußabdrücke ausradiert wie Spuren in geschmolzenem Schnee.

Doch die Weisheit von Thomas erreichte sogar die Berge von Tibet, wo sie über Tausende von Jahren geborgen blieb.

Jeder Jünger und jedes Land und jede Sprache hat uns verschiedene Seiten von Jesus bewahrt. Der lang verlorene östliche Zweig unserer christlichen Familie kann uns zeigen, was wir bereits haben.

Teil I



KRAFT

4

Der eine Schlüssel von Christus

Jesus sagte,

*Es ist keiner unter Euch
der nun nicht empfangen wird
hundert Male mehr,
und ein Leben ohne Ende
in der Zeit, die kommt.*

Und so beginnen wir mit etwas Kleinem und Weltlichem.
Lehre mich, wie man gesund, kräftig und schön bleibt.

Denn wenn es einen Schlüssel zum Universum gibt, dann
sollte er sowohl für unsere unmittelbaren Bedürfnisse wie
auch für unsere ewigen Bedürfnisse funktionieren.

Das heißt, vielleicht sind diese Welt und die jenseitige Welt
tatsächlich am selben Platz zu finden. Vielleicht ist es so,
dass durch die Perfektionierung meiner kleinen Welt hier die
ewige Welt kommt.

Lasst uns den Mut haben, zu sehen, dass das ewige Glück
damit beginnt, unser Glück hier zu machen.

Das wahre Bild

Auf dem Berg gab Gott Moses die Zehn Gebote, und unter ihnen fand sich Folgendes:

Du sollst Dir kein Bildnis machen.

Aber was hat das zu bedeuten? Und warum ist es so wichtig für uns?

Auf der einen Seite sind wir schlicht nicht in der Lage, uns ein Bild vom Göttlichen zu machen. Jeglicher Versuch, den wir unternehmen, wird unvollkommen und irreführend sein, so wie ein Kind das Gesicht seiner Eltern malt.

Aber Bilder sind auch auf eine tiefere Art unvollkommen. Wenn verschiedene Leute dieselbe Sache betrachten, sehen alle etwas leicht Unterschiedliches.

Wo ist also das Echte? Was ist Gottes wahres Bild? Vielleicht ist kein Bild, das wir schaffen, das wahre. Vielleicht liegt darin das einzig wahre Bild.

Seid geduldig. Wir müssen diese Dinge wissen. Wenn es einen Schlüssel zum Universum gibt, muss es etwas sein, woran wir bisher nicht gedacht haben.

6

Erst kam das Wort

Die ersten Worte des Johannesevangeliums sagen:

Am Anfang war das Wort.

Warum sehen wir alle etwas anderes, wenn wir auf dasselbe schauen?

Ich betrachte ein Bild und sehe etwas Wunderschönes. Sie betrachten dasselbe Bild und sehen etwas Hässliches.

Das beweist, dass die Schönheit, die ich sehe, nicht von dem Gemälde kommen kann.

Also muss sie von mir kommen.

Wir *sahen* unser erstes Auto, und Mutter lehrte uns das Wort dafür, „Auto“.

Aber Sie sahen das Auto, bevor Sie das Wort dafür kannten. Sie wussten, wo es anfang und aufhörte. Und so war es irgendwie bereits in Ihnen. Ein Bild im Kopf: das wahre Wort für „Auto“. Und dieses Wort kam zuerst.

Vielleicht kommt die Art, wie mein Körper aussieht und sich anfühlt, auch ... von mir.

Wie das Wort begann

Jesus sagte,

*Ich schwöre euch, dass ihr eines Tages
Zeugnis ablegen werdet,
über jedes Wort,
das ihr jemals gesprochen habt.*

Wort-Bilder steigen aus unseren Herzen auf und entscheiden, wie wir die Welt sehen. Aber wer hat sie zuvor in unseren Geist gelegt?

Wir haben ein Arbeitsgedächtnis, das uns daran denken lässt, auf dem Weg von der Arbeit nach Hause noch etwas aus dem Supermarkt mitzunehmen.

Und wir haben ein tieferes Gedächtnis, das jede Einzelheit, die wir je getan oder gesagt oder gedacht haben, über unsere ganze Lebenszeit aufzeichnet.

Ich laufe auf dem Gras. Ein Schmetterling landet auf meinen Füßen. Ich mache einen Schritt zur Seite, sodass ich ihn nicht zertrete.

Diese eine freundliche Handlung geht in mein tieferes Gedächtnis ein. Sie verbleibt dort und wird langsam ein Wort, ein Bild. Und dann steigt das Bild auf, als die Schönheit eines Gemäldes.

8

Tue Deinem Nächsten

Jesus sagte,

*Alles nun, was ihr wollt, dass euch die Leute tun sollen,
das tut ihr ihnen auch.*

Und so kommt die Schönheit eines Gemäldes von einem Bild
oder einem Samen, den ich in meinem eigenen Geist gepflanzt
habe, als ich anderen etwas Gutes tat.

Wenn ich ein schönes Leben haben möchte oder einen kräftigen
und gesunden Körper, dann ist alles, was ich tun muss, die
richtigen Samen in meinem Geist zu säen.

Indem ich das Gleiche für andere tue.

Lasst uns den Mut haben, die Wahrheit zu sehen: Wir können
nur haben, was wir anderen geben.