

**Kostbarkeiten III**

# Lehren aus der Stille „Das andere Sehen“

**von Geshe Michael Roach**

Unterweisungen vom 20. bis 23. September 2001  
Diamond Mountain Retreat Center  
St. David, Arizona, USA

Aus dem Amerikanischen von Ulrike Schramm  
und lektoriert von Ute Arndt



Ungekürzte Ausgabe  
1. Auflage August 2018  
EditionBlumenau  
Hamburg  
[www.editionblumenau.com](http://www.editionblumenau.com)

Titel der amerikanischen Originalausgabe:  
Second Sight  
Quiet Retreat Teachings, Book 3  
Copyright © 2011 Geshe Michael Roach

Copyright der deutschen Ausgabe: © 2018 EDITIONBLUMENAU, Hamburg  
Das Werk ist urheberrechtlich geschützt.  
Sämtliche, auch auszugsweise Verwertungen,  
bleiben vorbehalten

Titeldesign: Kristin Pötschke  
Titelgestaltung und Satz: Tanja Renz  
ISBN 978-3-9818250-3-9

Wir freuen uns auf Ihren Besuch:  
[www.editionblumenau.com](http://www.editionblumenau.com)

**Weitere Bücher von Geshe Michael Roach bei der Edition Blumenau:**

Karmic Management  
Der Diamantschneider  
Der Garten des Buddha  
Der östliche Pfad zum Himmel  
Damit Yoga wirkt  
Das Karma der Liebe  
Kostbarkeiten I: Lehren aus der Stille - Ins innere Königreich  
Kostbarkeiten II: Lehren aus der Stille - Die Magie des leeren Lehrers

# Inhalt

Vorwort

7

## **Erster Tag**

Donnerstag, 20. September 2001

11

## **Zweiter Tag**

Freitag, 21. September 2001

31

## **Dritter Tag**

Samstag, 22. September 2001

63

## **Vierter Tag**

Sonntag, 23. September 2001

104

Verse

135

Danksagungen

146



# Vorwort

## I. 5-6

**Der Geist hat fünf unterschiedliche Bewegungen.**

**Sie können mit Geistesplagen belegt oder frei sein von ihnen.**

**Die fünf sind korrekte Wahrnehmungen,  
falsche Wahrnehmungen, Vorstellung, Schlaf und Erinnerungen.**

*Virttayah panchatayyah klishhta-aklishtah.*

*'Pramana viparyaya vikalpa nidra smirtayah.*

## I. 7

**Die unterschiedlichen Arten korrekter Wahrnehmung sind jene,  
welche direkt sind,**

**abgeleitet oder aus glaubwürdiger Quelle.**

*Pratyaksha-anumana-agamah pramanani.*

*Meister Patanjali, Yoga-Sutra*

*Zwischen dem 3. März 2000 und dem 6. Juni 2003 absolvierte Geshe Michael Roach mit einigen seiner fortgeschrittenen Schüler ein Dreijahres-Schweige-Retreat in der Wüste im Südosten Arizonas. Während dieser Zeit sah er niemand anderen außer die sechs Retreat-Teilnehmer, erhielt keinerlei Nachrichten aus der Außenwelt, hörte nie den Klang einer anderen Menschenstimme. Weil er es jedoch seinen Schülern vor seinem Aufbruch ins Retreat versprochen hatte, hielt er zweimal pro Jahr mit verbundenen Augen Lehrvorträge in der Nähe des Retreat-Areals. Von überallher in der Welt, aus Australien, Irland, England, Deutschland, der Mongolei, Singapur und den USA, reisten seine Schüler zu diesen Lehrreden an.*

Diesmal war der Start der Vorträge der 20. September 2001, im 19. Monat des Dreijahres-Retreats. Es war eine schlimme Zeit. Viele Flüge waren storniert worden, und selbst wenn Flugzeuge noch starteten, blieben sie meist leer, denn die Menschen hatten zu viel Angst vor Luftentführungen oder Schlimmerem. Deshalb waren die Schüler mit Zügen, Bussen und Autos angereist. Eng beieinander saßen sie in der Wüste, tauschten sich aus, erzählten, wie sie die schrecklichen Ereignisse des 11. Septembers erlebt hatten. Sie weinten miteinander und fragten nach Freunden, die sich womöglich beim Einsturz des World Trade Centers dort aufgehalten hatten. Die Teilnehmer aus New York waren noch im Schockzustand, einige von ihnen berichteten schreckliche Dinge: wie sie stundenlang im Finsternen gefangen waren, getrennt von ihren Lieben, ohne zu wissen, ob die noch lebten. Wie sie die Schreie gehört hatten. Wie sie die Menschen aus den Fenstern hatten stürzen sehen. Wie die ganze Stadt nach Tod gestunken hatte. Manchen hatte es regelrecht die Sprache verschlagen, sie konnten nicht einmal mehr reden über ihre Erlebnisse. Einige hielten einander einfach fest in den Armen und weinten. Sie waren gekommen zum einzigen Trost, zur einzigen Zuflucht, zu demjenigen, der ihnen dabei helfen sollte, all das zu verstehen, zu dem Lehrer, der ihnen bereits in der Vergangenheit beigebracht hatte, zu verstehen, woher das Leid im Leben kommt.

Dies sind die Unterweisungen, die sie damals bekamen, gehalten von einem der wenigen Menschen auf der Erde, der nichts wusste von der Tragödie des 11. Septembers. Dieser Mensch zitiert das Yoga-Sutra als Erklärung dafür, wie wir unsere Welt wahrnehmen und wie falsch diese Wahrnehmung in der Regel ist. Er spricht über den Trost, den uns Wesen spenden, die wir nicht sehen können, denen wir noch nicht begegnet sind, oder über das erleuchtete Wesen, das wir eines Tages selbst sein werden. Er gibt Hinweise, wie wir Verbindung aufnehmen können zu den großen Meistern der Vergangenheit, indem wir uns ihre Lehren zu Herzen nehmen. Und er erklärt, warum es die Welt, wie wir sie zu sehen glauben, überhaupt nicht geben kann, und wie wir eine Welt ohne Schranken erschaffen können, eine Welt, in der jeder unser Nächster ist.

Die Buchreihe Kostbarkeiten sind Transkripte von Unterweisungen aus dem Schweige-Retreat in der Wüste Arizonas. Es geschieht nur außerordentlich selten, dass ein Lehrer in einem tiefen Retreat vor seinen Schülern Lehrreden hält, und wir wollen die besondere Weisheit und den Segen dieser einzigartigen Lehren mit Ihnen teilen. Wir haben nur sehr wenig editiert, um die frische Sprache von Geshe Michael und die vielen Bedeutungsebenen zu erhalten, die er darin verpackt.





# Erster Tag

Donnerstag, 20. September 2001

Ich habe lange nicht mehr gesprochen. Wenn also meine Stimme versagt, wird Winston helfen.

Ich möchte euch im Namen von uns allen hier im Retreat für euer Kommen danken. Es ist ein großer Segen für uns, denn wir können euch schon spüren, während ihr eure Anreise plant. Es wird laut hier [*Lachen*], und einige unserer Lehrer sind hier, und es bedeutet uns viel, euch bei uns zu haben.

Ich denke, wir sollten erst ein paar Minuten meditieren. Okay, fangen wir an.

In meiner Familie gibt es diese alte Geschichte, und ich glaube, dass sie wahr ist. Einer unserer Großväter war Horatio Sawyer Earle. Er hatte einen Betrieb in seiner Heimatstadt, wo er Werkzeuge und Maschinen herstellte. In derselben Stadt gab es noch eine weitere Werkzeugfirma namens Andrew Company, die von einem anderen Großvater meiner Familie gegründet worden war. Soweit ich weiß, waren die beiden Unternehmen Konkurrenten.

Eines Tages tauchte ein Mann, ein junger Mann, bei Großvater Earle auf und bat ihn um Hilfe. Er wollte eine ganz neue Art von Unternehmen aufbauen, und mein Großvater Earl fragte ihn: „Und was genau haben Sie vor?“

Und der junge Mann antwortete: „Ich will etwas Neues machen, etwas, das noch kaum jemand jemals zuvor gesehen hat.“

Mein Großvater sagte: „Ist das alles?“

Und der junge Mann antwortete: „Nein. Ich möchte es auch auf ganz neue Art machen, wie es noch keiner zuvor gemacht hat.“

Und mein Großvater fragte erneute: „Ist das alles?“

Und der junge Mann sagte: „Nein. Es gibt noch einen dritten Punkt: Diese Sache wird fast das ganze Jahresgehalt eines normalen Arbeiters kosten, und ich glaube, dass jeder sie haben wollen wird.“

Mein Großvater sagte: „Sie wollen also etwas machen, das noch kaum einer kennt. Sie wollen es auf ganz neue Art machen, und Sie erwarten, dass jeder ein ganzes Jahresgehalt investieren wird, um eins dieser Dinge zu kaufen?“

Und der junge Mann antwortete: „Genau!“

Da schüttelte Großvater Earle den Kopf, rief: „Sie sind ja verrückt!“ und schickte den jungen Mann fort, ohne ihm auch nur einen Cent Unterstützung angeboten zu haben.

Und dann ging Henry Ford zu jemand anderem in Detroit und gründete die Ford Motor Company. Meine Familie geht davor aus, dass wir damals ungefähr 500 Millionen Dollar verloren haben. Ich glaube, das ist eine ganz gute Schätzung.

Mit dem Retreat ist es genauso. Wir sind zu Menschen gegangen und haben gesagt: „Bitte helft uns. Wir wollen etwas wagen. Wir wollen etwas erreichen, das noch kaum einer kennt, besonders nicht in diesem Land. Wir hoffen, dass es eines Tages ein Massenprodukt sein wird. Wir hoffen, dass jeder es in seiner Garage, in seinem Zuhause haben wollen wird, beziehungsweise in seinem Herzen und Geist.“

Wir haben Menschen gesucht, die an etwas glauben, das sie nicht sehen können und das auch sonst noch kaum einer je gesehen hat. Ihr seid diese Menschen. Wir wissen, dass die meisten hier uns unterstützen. Wir wissen, dass ihr nicht viele seid. Wir wissen *[weint]*, welche Opfer ihr bringt, einige von euch geben so viel Lebenszeit, einige von euch geben fast alles, was sie besitzen, alles, um uns zu helfen. Wir wissen, dass wir nicht so kostengünstig zu versorgen sind wie die Yogis im alten Tibet. Wir wissen, wie schwer das für euch ist.

Wir bekommen mit, wie unsere heiligen Betreuer jeden Tag zu kämpfen haben. Sie kamen am heißesten Tag des Jahres, ich glaube, die Temperatur war um die 45 Grad Celsius. Trotzdem haben sie gearbeitet, Dinge für uns gemacht, für uns gekocht. Jeden Tag haben sie neue Leute um Unterstützung gebeten, uns jeden Tag Dinge gebracht, wie von Zauberhand sind sie einfach da. Alles für etwas, das keiner sehen kann.

Und so wie sie gibt es viele Menschen. Unsere Lehrer kommen. Heilige Lehrer kommen und helfen uns dabei, besser zu meditieren, besser auf uns zu achten. Menschen senden uns wunderschöne Dinge für unsere Altäre, Darbringungen, kostbare Bücher. Alles für etwas, das keiner sehen kann.

Und auch die Retreat-Teilnehmer selbst arbeiten hart, jeden Tag. Sie spüren die Verpflichtung, die aus dem Dienst der anderen an ihnen erwächst. Sie achten peinlich darauf, nicht eine einzige Minute zu verschwenden. Sie arbeiten hart, den ganzen Tag, die ganze Woche, alles für etwas, das niemand sehen kann, etwas, das nur sehr, sehr wenige Menschen jemals gesehen haben. Sie arbeiten daran, es zu erreichen, um anderen damit zu helfen.

Ihr seid also alle sehr besondere Menschen. Von all den Menschen in der Welt seid ihr die kostbaren wenigen, die ihr Leben dafür einsetzen, etwas zu erreichen, das kaum einer je gesehen hat, ihr widmet euer Leben, eure Zeit, euer Geld, eure Familie, um anderen dabei zu helfen, etwas zu erreichen, das noch kaum einer gesehen hat. Ihr seid besonders, ihr alle. Was für ein Glück, dass wir zusammen sind!

# I

**Wir können den Himmel sehen. Blau,  
von innen heraus leuchtend, schöner als jeder Saphir.**

**Wir können die Sterne sehen, das Feuer selbst,  
strahlender als jeder Diamant.**

**Wir können die Berge sehen,  
die Wärme der Erde spüren in unserer Hand.**

**Wir können das Leben sehen,  
Funken der Intelligenz und der Güte:  
Wir können einander sehen.**

**In unseren Straßen sehen wir  
Schulen, Krankenhäuser, Altenheime,**

**Kirchen, Menschen jeder Art.  
Frieden,  
der Versuch, diesen kostbaren gegenwärtigen Moment  
zu erreichen, zu berühren.**

**Ein Punkt  
auf einer unsichtbaren Ebene  
bar jedes Horizonts.**

**Ein Punkt  
in einem unsichtbaren Fluss,  
der fließt ohne Ende.**

**Es ist  
zu viel, es nicht zu sehen.**

**Es ist  
Wo kommen wir her?  
Wo gehen wir hin?  
Warum sind wir hier?**

**Es sind  
all die alleinigen Dinge,  
um die es geht.**

**Um zu sehen,  
musst du einen Grund haben,  
zu sehen. Es ist  
die eine Sache, ungesehen,  
weil wir sie nicht sehen  
wollen.**

**Kaninchenjunges  
im Dunkel Tausender  
Meilen leerer Wüste.**

**Gefangen in den Fängen der Schlange.  
Wer wird uns helfen?**

**Du kennst uns.**

**Im Guten und im Schlechten  
arbeiteten wir schwer,  
Seit' an Seite.**

**Du siehst unsere Heimstatt.  
Du weißt, wo wir wohnen.  
Du weißt, was wir erstreben.**

**Wie kannst du uns also im Stich lassen,  
rundernd im Dreck?  
Wie kannst du uns hier im Stich lassen?**

Ich war früher im Diamantengeschäft. Es gibt in New York ein Gebäude, an der Ecke Fifth Avenue und 47. Straße, vierzig Stockwerke hoch, ein riesiges Haus mit Aberhunderten von Büros, und jedes davon handelt mit Diamanten und anderen Edelsteinen. Ich glaube, fast Dreiviertel der milliardenschweren Diamanteinfuhren in die USA laufen durch diese Büros.

Ich erinnere mich an Termine in einem Büro ganz oben, der Himmel war ganz nah, im Osten, ein wunderschöner Himmel, während wir da saßen und einen Diamanten-Deal aushandelten. Dabei wird laut gestritten, geschrien und gebettelt. Es macht Spaß, und es ist anstrengend. Manchmal dauert es Tage, einen großen Deal zu verhandeln, wir mussten immer wieder am nächsten Tag wiederkommen. Und dann, am Schluss: „Mazal. Mazal u’bracha. Ich gebe mein heiliges Ehrenwort, diesen Deal einzuhalten.“

Keine Papiere. Keine Verträge. Millionenschwere Diamantengeschäfte nur mit einem Handschlag besiegelt. Anwälte sind im Diamant-Club nicht zugelassen, denn hier gibt es keine Rechtsstreite.

Und wenn alles vorbei ist, dann hängen alle glücklich und erschöpft in ihren Sesseln, jede Seite überzeugt, dass sie den besseren Schnitt gemacht hatte. Man trinkt ein Gläschen zusammen und fühlt sich wie beim Familientreffen. Die Brasilianer stoßen mit dickem, stark gesüßtem Kaffee an, die Chinesen mit ihrem wundervollen Jasmintee, die Israelis mit Diet Coke.

Und dann kommt jener Moment, wo der Besitzer des Büros sich in Richtung seines Safes zurücklehnt und ruhig sagt: „Ich habe da diesen besonderen Stein.“ Im Diamantgeschäft ist ein „besonderer Stein“ ein großer Stein. Zum Beispiel ein Diamant mit mehreren Hundert Karat, etwas, das nur wenige Menschen schon einmal gesehen haben.



Ich erinnere mich an einen Händler aus Indien. Er öffnete seinen Safe. Im Raum war es totenstill. Er zog eine in weißen Samt geschlagene Kiste heraus und öffnete sie. Wir alle beugten uns still darüber. In der Kiste schimmerte ein riesiger Kaschmir-Saphir, er muss mehr als 60 Karat gehabt haben, ein nahezu unbezahlbarer Edelstein.

Und ich erinnere mich, wie ich damals aus dem Fenster geschaut habe. Ich habe den Himmel betrachtet und gedacht: Der Himmel ist viel schöner als dieser Stein. Ja, es ist ein schöner Stein, aber der Himmel leuchtet blau aus sich selbst heraus, und er kostet nichts. Jeder von uns kann den Himmel sehen. Er ist so schön. Ich denke, wenn man viel meditiert, oder wenn man womöglich im Gefängnis sitzt, oder wenn man nur noch kurze Zeit zu leben hat, dann wird der Himmel etwas sehr Kostbares – besonders, wertvoll, für alle kostenlos, wundervoll, azurblau.

Genau wie die Sterne. Diese Lehrveranstaltung findet immer rund um Neumond statt. Hier habt ihr einen unglaublichen Blick auf die Sterne. In Antwerpen, Belgien, waren wir oft mit großartigen Jain-Händlern zusammen. Einer von ihnen hat mich einmal in einen besonderen Raum mitgenommen. Überall standen Säcke voller Diamanten. Riesige Säcke! Ich habe sie mir angeschaut. Es war Abend, und das Büro ging nach Norden. Es war schon dunkel, und am Himmel leuchteten die Sterne. Ich habe sie angeschaut und mir gedacht: Die Sterne sind viel schöner, jeder hat seine ganz eigene Farbe, sein ganz eigenes Feuer.

Wir haben so viel Glück, es geht uns so gut. Wir sind umgeben von unbeschreiblicher Schönheit. Die Berge vor euch versinken bei Sonnenuntergang in einem unglaublichen Feuerrot. Es ist ein wunderschöner Anblick nach einem langen Arbeitstag. Und der Anblick ist kostenlos: Himmel, Sterne, Berge, Sonne. Der Boden, auf dem ihr sitzt, besteht aus ganz besonderem Kies, herbeitransportiert über Millionen von Jahren durch die Frühjahrsflut. Wenn ihr ihn berührt, spürt ihr noch die Wärme der Sonne. Es ist so wunderbar, die Erde mit den Händen zu berühren.

In den ländlichen Regionen der Mongolei, dort, wo einst die inzwischen zerstörten Einsiedeleien der buddhistischen Meditationsmeister standen, findet man heute noch ein paar Menschen, die das, was sie besitzen, mit einem teilen. Und nach dem gemeinsamen Essen nehmen sie einen großen, runden Stein vom Herd und sagen: „Nimm ihn in die Hand.“ Und das ist dann der Nachttisch: einfach die Erde in Händen halten, die Wärme des Feuers spüren, das Herz ruhig werden lassen.

Wir können all diese Dinge sehen. Sie kosten nichts. Um uns herum die Bäume, besonders die alten Eichen, sind voller Leben. Manchmal stelle ich mir vor, sie wären Wohnhäuser, Hochhäuser in New York. Ganz oben wohnen die Blauhäher, Krähen, Spatzen, jeder mit seinem ganz eigenen Gesang. Ein bisschen tiefer leben die Krabbeltiere, Gottesanbeterinnen, Eidechsen. Noch tiefer sind die Behausungen der Eichhörnchen und kleine Löcher für die flinken Mäuschen, so viele Arten, und dann die majestätischen Schlangen, die die Mäuse fressen. Die Bäume sind voller Leben, aber man sieht es nicht gleich.

Wenn man eine ganze Weile allein gewesen ist oder sehr lange meditiert hat, ist der Anblick des Lebens sehr kostbar. Diese Lebewesen sind nicht einfältig. Sie sind voller Intelligenz, voller Güte. Wenn du lange mit kleinen Lebewesen lebst, siehst du, wie sie sich umeinander kümmern. Die kleinen Spatzen, kaum so groß wie deine Hand, kommen und picken an den Keksen, die ihr uns schickt, und wenn sie einen besonders schönen Krümel finden, dann fliegen sie damit zu einem anderen Spatzen und füttern ihn damit, von Schnabel zu Schnabel. Und man hört ihre wundervollen Stimmchen, es klingt, als sängen sie einander unaufhörlich „Danke!“ zu. Die Blauhäher umschwärmen die Wasserschale, die wir aufgestellt haben. Mit großer Würde und gegenseitigem Respekt trinkt der älteste Häher zuerst, während die anderen an der Seite warten. Es ist so wundervoll, das zu beobachten.

Sogar bei den Kühen kommt sofort der Stier angelaufen, wenn man sich ihnen nähert. Er schützt die weiblichen Tiere und die Kälber, und