

Shaolin Kung Fu der Mythos - das große, einmalige, buddhistische Kulturgut (Basis und Philosophie)

Wenn es noch ein Kampfkunstsystem gibt, das nicht zur reinen Sportart verkommen ist, so muss das Shaolin Kung Fu als Erstes genannt werden.

Dabei ist die Verschmelzung von körperlicher Handlung und bewusst erfahrener Absicht ein Einheitszustand, indem alle Sinne in ihrer Wirkung uneingeschränkt auf zielgerichtetes Verhalten ausgerichtet sind.

Um das Geheimnis des Lebens und des Universum zu ergründen wird eine Erkenntnis gewinnende Methode zur Anwendung gebracht. In der buddhistisch-analytischen Betrachtungsweise wird zum Beispiel eine feste Form oder ein Produkt auf sein wahres Bestehen untersucht und dabei als konventionell, gegenwärtig erscheinend wahrgenommen.

Allerdings wird gleichsam eine konventionelle Form oder ein Produkt als vergänglich bzw. flüchtig erkannt und somit als letztlich (existierende) absolute Wirklichkeit verworfen.

Dabei wird zwischen einer groben, augenscheinliche Vergänglichkeit und einer subtilen Vergänglichkeit, die mit geistigen Auge (also dem Wissen) wahrgenommen wird, unterschieden. Aus diesen „Formen“ der Vergänglichkeit resultiert die „gültige Kenntnis“ einer gegenwärtigen, konventionellen und „flüchtigen Erscheinung“.

Jene „benannte Gültigkeit“ ist die solide Basis jeder weiteren Erkenntnissuche. Damit einhergehend wird erfahren, dass alles was erscheint immer von mehreren Faktoren abhängig ist, beziehungsweise nur unter der Voraussetzung mehrerer zusammenhängender Faktoren besteht oder als bestehend erscheint. Aus dieser Sicht wird ein Erleben angesteuert, das die zusammenhängenden Faktoren erkennt, sie durchschaut und damit überwindet.

Das Ergebnis hieraus, ist die weitere „gültige Kenntnis“ einer „nicht produkthaften Weisheit“. Das zusammenfassende Wahrnehmen dieser beiden gültigen Kenntniserfahrungen durchdringt die gesamte buddhistische „Bestehens-Analyse“.

Mit dieser mentalen Haltung ist der Geist soweit beruhigt, dass sich diese Ruhe wie ein Spiegelbildlicher Seelengrund offenbart.

Sinnbildlich wird dies beispielhaft mit einer stillen, in sich ruhenden, Wasseroberfläche verglichen.

Eine ruhende Wasseroberfläche kann Jegliches widerspiegeln und aufzeigen. Ein Ereignis, das in eine ruhende Wasseroberfläche einwirkt, bleibt nicht ohne Reaktion. Es entstehen sichtbar Wellen als Ausdruck verlorener Ruhe, dadurch ist die reflektierende spiegelbildliche Sicht, je nach Heftigkeit der Einwirkung, verzerrt oder ganz verloren.

In diesem Zusammenhang ist ein Wutausbruch einem verheerendem Sturm gleichzusetzen, der eine gefasste und beruhigte Sicht einer Gemütslage zerstreut, diese unkontrollierbar macht und jede diesbezügliche Erfahrung einer klaren Spiegelsicht zerstört.

Wer sich demzufolge eine offenbarende Weisheit erhofft und diese anstrebt, sollte ein friedliches Gemüt einüben und immer bei sich behalten.

Diese grundlegende und ursächliche Erfahrung ist im Ergebnis die Basis des zivilisierten Miteinander.

Wer diese Beruhigung als Steuerung der Einsichtsmöglichkeit versteht, besitzt das befreiende



Mittel (den Schlüssel) zur Überwindung der Unwissenheit. Damit wird das universelle Schatzhaus, durch individuelle Erfahrung, geöffnet und Weisheit erfahren.

Diese Weisheit ist, neben der perfekten Ausführung der technischen Abläufe, unter Berücksichtigung aller ethischen Verhaltensweisen, wie sie im Shaolinkloster praktiziert werden, das einzige Ansinnen eines Schülers.

Bei aller Komplexität des vorher Beschriebenen, wird im Shaolin Kung Fu hauptsächlich die Beruhigung aller Denkprozesse durch entschlossenes Handeln herbeigeführt. Eine emotionale Entscheidungsproblematik entsteht erst gar nicht oder entfällt. Letztlich wird immer das Einfachste (das dem Allgemeinwohl Dienende) realisiert.

*Diese Absicht kann nur mit einer **allumfassenden Motivation** und der daraus resultierenden Entschlusskraft erreicht werden. Durch **Weisheit**, gepaart mit **Mitgefühl**, wird das eigene Leben mit Hilfe des Shaolin Kung Fu zum Wohle aller Wesen **altruistisch gemeistert** und damit das **Eigenwohl vollendet**.*

Die Entstehung

*Der 28. Patriarch * **der Wortlosen Übertragung** * des Buddhadharma, der indische Mönch Bodhidharma der in China Damo(spricht: Tamo) genannt wird, war ein Sohn des indischen Königs Sughanda und hatte die im sechsten Jahrhundert übliche Ausbildung in der damaligen Kriegs- und Waffenkunst Indiens erhalten. Davon und vom Chan-Buddhismus beeinflusst, entwickelte er in China im Shaolinkloster, in der Provinz Henan, auf einem heiligen Platz im Songchan Gebirge gelegen, eine ganzheitliche Kampf- und Bewegungskunst, die zum ersten Mal in der nachweisbaren Geschichte der Menschheit in den Stand einer religiösen Praxis erhoben wurde. Diese Praxis gipfelt im vollkommenen Erwachen, der direkten Sicht in die unverschleierte Wirklichkeit. Das Eigenwohl des Adepten wird vollendet und dem Wohle aller Lebewesen dienlich gemacht, welche dadurch Stütze und Hilfe erfahren. Die Praxis ist bis in die heutige Zeit überliefert, erfährt ununterbrochene Kontinuität und wird sich bestimmungsgemäß hoffentlich nie ändern.*

Bodhidharma hinterließ im Shaolin Kloster, neben der Chan-Praxis, 18 überschaubare Grundübungen des Kung Fu.

Nachweisbar überliefert sind, neben dem Text welcher „Wu De“ genannt wird, drei Formen, die als Fundament und Leitfäden dienen:

- 1. Die Qi Gong Form „Yi Jin Jing“, die für die Leistungsbereitstellung der Sehnen und Muskel entwickelt wurde.*
- 2. Die Qi Gong Form „Xi Sui Jing“, die für die Reinigung des in den Knochen befindlichen Marks angelegt wurde und beinhaltet zudem eine zu trainierende Lenkung des Qi im Körper.*
- 3. Die Form „Luohan Shiba Shou“, die zur allgemeinen Kräftigung von Körper und Geist, sowie zur Verbesserung der Wehrfähigkeit eingebracht wurde.*

Aus einem kleinen Grundstock von 18 Techniken wurden so, im Laufe der Jahrhunderte, unzählige Übungsvarianten entwickelt. So gibt es die Langfausttechniken „Chang Quan“,



die Langbeintechniken „Tan Tui“ und die Kurzfausttechniken „Duan Da“ .

1. Der Stil Chang Quan und der Stil Tan Tui wird dem nördlichen China zugeordnet. Im Nordstil kommen überwiegend extrem tiefe Stände und Langfausttechniken zur Anwendung. Weiterhin werden hohe, lang-führende und starke Fußtechniken ausgeführt.
2. Der Stil Duan Da wurde vom südlichen China beeinflusst und dem sogenannten Südstil zu- und eingeordnet, bei dem insbesondere die extrem schnellen kurzen und starken Kurzfausttechniken zur Anwendung kommen.

Der Vielvölkerstaat China ist ein großes Land mit vielen Gegensätzen, so ist der Norden Chinas deutlich kühler als der Süden. Die unterschiedlichen geographischen Begebenheiten führten dazu, dass sich unterschiedliche Belastungsarten während des Trainings in den jeweiligen Regionen etablierten. Sowohl die unterschiedlichen thermischen als auch die kulturellen Unterschiede Chinas nahmen Einfluss auf die Erwerbs- und Anwendungsarten, die im Shaolin-Kung Fu zusammengeführt wurden.

Shaolin Kung Fu vereint natürlich alle Anwendungen insgesamt, allerdings dominieren die Anwendungsarten je nach Herkunft, so wurden die Nord- und Südfaust, sowie die Langbeintechnik in ihren entsprechenden Formen eingebracht. Es ist davon auszugehen, dass dies alles niemals abgeschlossen sein wird und ständige Weiterentwicklung erfährt. Zusammenfassend wird diese Übungsart Shaolin Quan (Shaolin Faust) oder Tempelboxen genannt. Der tieferliegenden Sinn der Praxis des Kung Fu aus dem Shaolintempel ist die Verbreitung der einmaligen, speziellen Anwendungs- und Ausführungsart des Chan-Buddhismus, wie er innerhalb und außerhalb des Klosters praktiziert wird.

Ergänzung:

Die Legende von einem Shaolin Südkloster

Es wird immer wieder von einzelnen Gruppierungen ein Bezug zu einem Süd-Shaolinkloster konstruiert. Ein Beweis dafür, dass ein solches Kloster wirklich jemals existierte gab und gibt es nicht. Die folgende Beschreibung soll zu einem besseren Verständnis beitragen. Fakt ist, dass der Kaiser Jia Jing, der während der Ming Dynastie regierte, den Abt des Shaolinkloster um Hilfe für die bedrohte Bevölkerung der südlichen Küstenregion des Landes bat.

Dort waren immer wieder japanische Piraten und andere Banditen auf Beutezügen unterwegs. Diese mordeten, brandschatzen und hinterließen eine Spur der Verwüstung. So wurde eine kleine, aber übermenschlich starke Mönchsgemeinschaft des Klosters, angeführt von dem Mönch Shi Yue Kong, in diese Region beordert, um den kaiserlichen Truppen Unterstützung zu leisten. Es gelang den Mönchen die Piraten in dem Gebiet von Song Jiang zu stellen. Bei dieser Schlacht verloren auch einige der Mönche auf heldenhafte Art und Weise ihr Leben. Der größte Teil der überlebenden Mönche ging nach der Zerschlagung der Banditenhorden und dem Zurückdrängen der Invasoren wieder in ihr Kloster nach Shaolin zurück. Einige verblieben jedoch im Süden in der Armee des Kaisers und schützten so



weiterhin Chinas Grenzen.

Sicherlich hatten die Mönche in dieser Zeit Kontakt mit der dortigen Bevölkerung und hinterließen vermutlich auch einige Shaolin Techniken. Daher ist anzunehmen, dass diese Ereignisse und Begegnungen nachhaltig zu der Legende der Gründung eines Shaolin Südklosters beigetragen haben.

Denn es gibt tatsächlich, wenn auch fragmentarisch, Shaolintechniken der Nordschulen im Süden Chinas, die in Familien seit Jahrhunderten gehalten und überliefert werden. Inwiefern diese Techniken original geblieben sind mag jeder selbst entscheiden. Es bleibt aber immer klar erkennbar was eine tatsächliche Ableitung der traditionellen Shaolintechniken aus dem Klosterbetrieb ist und was nicht. Wie vorher schon erwähnt, im Shaolinkloster wird die Südfaust „Nan Quan“ genannt und ist ein Bestandteil der allgemeinen Ausbildung im Kung Fu. Im Südlichen China spricht man den Namen Shaolin im kantonesischen „Siu Lam“ aus, welche im Norden mit „Nan = Süd“ assoziiert wird. Auch in unserer Schule werden neben der „Nan Quan“ einige Siu Lam Kuen = Formen, mit und ohne Waffen, eingeübt und ausgeführt. Die Herkunft entstammt einer hochangesehenen Familie die über die Landesgrenzen Chinas hinaus bekannt und ist.

Diese Shaolin-Formen sind vermutlich auch den südlichen Gegebenheiten Chinas angepasst und dahingehend weiterentwickelt worden. Dieses Shaolin Kung Fu wurde über Generationen hinweg in dieser Familie gehalten und weitergegeben.

Allerdings ist alles was mit der Bezeichnung „Siu Lam“ hofiert mit äußerster Vorsicht zu begegnen. Fast alle Kung Fu Schulen präsentieren nur all zu gerne eine **sinngemäße Anlehnung** ihrer Tradition zu „**Shaolin bzw. Siu Lam**“. Das wäre dann aber auch schon der **einzig gemeinsame Nenner**, denn weitere technische Abläufe dieser Systeme sind mit Shaolin Kung Fu nicht identisch. Es sind und bleiben Eigenkonstrukte mit eigener Stil-Benennung.

Ein weiterer Faktor, der entscheidend zur Legendenbildung beigetragen haben könnte, ist die Zerstörung zahlloser buddhistischer Klöster und Tempel gegen Ende des 9. Jahrhundert und Anfang des 10. Jahrhunderts, während der Tang-Dynastie. Das Reich wurde in der Mitte des 9. Jahrhundert von Unruhen erschüttert. In erster Linie waren die in Zorn geratene bäuerliche Bevölkerung und einige sympathisierende Soldaten für die Aufstände verantwortlich. Diese Rebellion wurden von den kaiserlichen Truppen niedergeschlagen und beendet. Der buddhistische Orden wurde als eine der Quelle und tatkräftiger Unterstützer des Widerstands angesehen. Der amtierende Kaiser und seine Ratgeber sahen den Buddhismus, da er ursprünglich aus Indien nach China kam, als fremd und nicht chinesisch an. Sie gingen daher davon aus, dass dieser nicht mit der chinesischen Lebensauffassung vereinbar sei und die Unruhen deshalb ausgelöst habe.

Im Anschluss an die Unruhen wurden ungefähr 4000 große buddhistische Klöster und circa 40 000 buddhistische Tempel auf Befehl des Kaisers systematisch zerstört.

So wurde auch das Shaolinkloster mit seinen Nebentempel nicht verschont, die Mönche und Nonnen wurden getötet oder vertrieben. Durch diese Vorgänge wurde der Untergang der Tang-Dynastie eingeleitet. Obwohl der Buddhismus sich in der nachfolgenden Zeit wieder erholte, fand er nicht mehr zu seiner alten Größe und seinem vorherigen Einfluss zurück.

Eine weitere Variante der Shaolin-Südkloster-Legende besagt, dass dieses Kloster bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts unangetastet geblieben wäre und dann von den Mandschus zerstört und niedergebrannt worden sei.

Bei der langen und beeindruckenden Kulturgeschichte Chinas, die tausende von Jahren



zurückreicht und bis in die heutige Zeit die Weltgeschehnisse beeinflusst, wurden die Entwicklungen und gesellschaftlichen Umbrüche durch Geschichtsschreiber (Chronisten) akribisch festgehalten. Umso merkwürdiger erscheint die lückenhafte, oder besser gesagt fehlende und sich widersprechende Überlieferung eines angeblichen Shaolin Süd-Klosters, welches bis ins in die Mitte des 19. Jahrhunderts existiert haben soll.

Eine dokumentierte, authentische Quelle, woraus man schließen könnte, dass ein solches Kloster jemals existierte, wurde weder von chinesischen Historiker, noch von dem jetzigen ehrwürdigen Abt des Shaolinklosters in Henan, Shi Yong Xin, gefunden. In keiner der authentischen buddhistischen Schriften wird ein solches Kloster erwähnt.

Einzig überliefert sind die vielen Legendenbildungen, die sich im Volksmund festgesetzt haben und die auch heute noch weiter ausgeschmückt werden. Da eine ehemalige Existenz eines Südklosters für Einzelne aber nicht definitiv auszuschließen ist, bietet dieser Umstand den Nährboden für gezielte Legendenbildungen jeglicher Art und ist geradezu dafür prädestiniert, um bestimmte Kung Fu-Richtungen als direkte Shaolin Traditionslinien auszugeben. Die unklare Situation wird derzeit ausgenutzt, um Pseudo-Alibis für einige Kung Fu-Richtungen zu schaffen. Dies geschieht vermutlich mit der Absicht, die Techniken dieser Schulen ideell und kommerziell aufzuwerten, da vorgegeben wird eine Übertragungslinie zum Shaolinkloster vorweisen zu können.

Schlussendlich lässt sich sagen, dass die Existenz eines Shaolin Südklosters nicht stichhaltig nachweisbar ist. Behauptungen, die sich auf Original-Shaolin-Disziplinen aus einem Shaolin Südkloster beziehen, stehen somit bestenfalls auf tönernen Füßen.

Trotzdem erheben drei Städte in China einen Anspruch darauf, früher Standort des Klosters gewesen zu sein. Im Auftrag der chinesischen Provinzregierung wurde 1998 beschlossen ein Südkloster in der Provinz Fujian zu errichten; vermutlich als Touristenattraktion.

Dieses Projekt wurde darauffolgend realisiert, wird allerdings nicht von Mönchen geleitet. Die interessante Frage ist nun aber, wie dieses Kloster dann einen Abt haben kann; welcher Gruppierung beziehungsweise welchem Orden steht dieser Abt vor? Er ist jedenfalls kein vom Shaolinkloster legitimerter und eingesetzter Abt!

Hierzu kann nur gesagt werden: „Wiederholt man eine Lüge nur oft genug, so kann sie irgendwann als wahr erscheinen und sogar von einem selbst geglaubt werden“. So die Vermutung derer, die diese Unwahrheiten gezielt in die Welt setzen. Das Shaolin-Kung Fu hat sicherlich zur Bildung vieler Stilrichtungen beigetragen oder diese begünstigt. Trotzdem können sie nicht als originale Shaolin-Traditionslinien bezeichnet werden.

Da die Standardtechniken aus dem Shaolintempel und die traditionellen Formen und Anwendungen in diesen Schulen nicht erlernt und geübt werden, können die entsprechenden Tiefen, die in den Übungsanteilen verborgen sind und daraus hervorgehen, auch nicht erfahren werden. Dabei ist der integrale Bestandteil der Praxis des Chan-Buddhismus hier nicht mal erwähnt und der Segen des Klosterabtes aus Shaolin ist zudem nicht präsent.

Auch wer glaubt, dass eine grob eigennützige Interpretation des Taoismus, des Konfuzianismus und des Buddhismus für sich selbst oder für die Schüler dienlich wäre, der irrt sich gewaltig.

Bei allem Enthusiasmus, den die entsprechenden Übungsleiter an den Tag legen und auch wenn sie im Rahmen ihrer Bemühungen vielleicht die ein oder andere Shaolin-Technik zu vermitteln versuchen, bleibt das Kundtun, dass sie Shaolin Kung Fu trainieren würden bedenklich (Sprich, eine Lüge). Das fragmentarische Nachahmen einer Technik beinhaltet nicht die Methode eines dazugehörigen und umfangreichen Systems. Wenn sie buddhistische



Meditationstechniken, bei sich selbst und in der Schülerschaft, zu kultivieren versuchen, dann sollten sie entsprechend ausgebildete Meditation-Lehrer aufsuchen.

Wenn sie tatsächlich Shaolin Kung Fu, in ihren Schulen, lehren wollen, dann sollten sie entsprechende Shaolinmeister aufsuchen.

*Man sollte sich fragen, warum die Ausbilder dieses nicht tun und versuchen die originalen Grundstände und Grundformen zu erlernen. Keine Shaolinschule würde ihnen die Techniken vorenthalten. Das fortgesetzte und weiterführende Üben, unter dem segensreichen Einfluss des Übertragungsmeisters, könnte dann tatsächlich als Original-Shaolin-Kung Fu bezeichnet werden, „ **nichts Anderes** “ !*

Die einzige Ausnahme für eine Verweigerung eines solchen Anliegens wäre eine festgestellte Charakterlosigkeit des Bittstellers oder hintertreibendes Verhalten, was auf das Gleiche hinausläuft. Es sei hier für alle Involvierten die folgende Frage gestellt: „Wohin wollen sie ihre Schüler eigentlich führen?“ Die wahren Pfade beginnen und enden mit der zu erlebenden, ungekünstelten Wirklichkeit, nämlich der Wahrheit. Im Shaolin Kung Fu ist für alle Beteiligten, Meister wie Schüler, eine klare und offen ersichtliche Zielvorgabe für die nachkommenden Generationen hinterlassen worden. Diese kann nicht willkürlich und aus einer egoistischen Geistesverdunkelung heraus geändert werden.

Das philosophische Fundament des angestrebten Wahrheit-und Weisheitskörper ist für die Ausübenden des Chan- Buddhismus unabänderlich. Nur ein dilettantischer Despot versucht andere Ziele zu erklären.

Der Chan-Buddhismus

Der Chan Buddhismus gehört zur „Wortlosen Übertragung der Buddhalehren“ und ist im Mahayana Buddhismus eingeordnet.

Im Buddhismus werden zwei Gruppen oder Verwirklichungsrichtungen unterschieden, die Fahrzeuge genannt werden. Da wären das große Fahrzeug, welches Mahayana genannt wird und das kleine Fahrzeug, das Hinayana genannt wird. Das Hinayana ist mehr auf die Eigenverwirklichung ausgerichtet, wohingegen im Mahayana die Eigenverwirklichung zwar auch angestrebt wird, allerdings wird beim Beschreiten der Pfade, vor allem bei der Buddha-Realisierung, ein größerer Wert auf die Einbeziehung anderer lebender Wesen gelegt als auf die eigene Person. Die Befreiung der mitleidenden Wesen ist bei einem Anhänger des Mahayana von Anfang an der motivierende Aspekt seiner zum vollkommenen Erwachen führenden Persönlichkeit. Nur so ist es überhaupt nach ihrer Ansicht möglich das Buddhapotential zu erreichen. Diese Zielvorgabe führt dazu, dass sie ein großes Fahrzeug benutzen müssen, sonst könnte man, dem Grundgedanken obiger Umschreibung folgend, die unendlich vielen Wesen nicht zum rettenden Ufer des Erwachens befördern.

Im kleinen Fahrzeug (Hinayana) wird überhaupt verworfen, dass ein normaler Mensch in der Lage wäre, in einem Leben die vollkommene Buddhaschaft zu erreichen. Nach Meinung der Anhänger des Hinayana kann nur eine Person zum vollkommenen Buddha werden, wenn diese, genauso wie Buddha Sakyamuni, in unvorstellbar viele Leben gutes Karma angesammelt hat. Nach deren Vorstellung kann die vollkommene Buddhaschaft nur ein voll-ordiniertes Sangha Mitglied (Mönch) erreichen.

Die Aufteilungen in diese zwei Fahrzeuge ist lediglich sinnbildlich zu verstehen, eine buddhistische Zugehörigkeit zu einer dieser ideellen Richtungen ist immer allumfassend. Die praktizierenden Anhänger des Hinayana nennen sich korrekterweise „ Theravadins “



(die Schule der Alten - oder Älteren). Diese Schule hält die Ur-aussagen des Buddha Gautama unveränderlich rein und bildet somit eine verlässliche Grundlage für alle Buddhisten. Zudem sollte zumindest gewusst werden, dass es insgesamt 84000 Unterweisungen des Gautama Buddha gibt, die in 108 Bänden niedergeschrieben worden sind. Grundlegend hat der Buddha dem Orden in diesem Zeitalter insgesamt drei Lehrmeinungen hinterlassen. Eine vierte Lehrmeinung ließ der über allem Erhabene nicht mehr zu. Dies lässt sich damit begründen, dass in den von Ihm in die Welt gebrachten drei Lehrdoktrinen alles Ergründbare und zur Befreiungführende enthalten ist. Die Lehrmeinungen sind äußerst subtil und sollten nur von einer Person, die die Lehrmeinung auch wirklich verstanden und vollendet hat, offen gelegt werden. Diese drei scheinbar unterschiedlichen Lehraussagen Buddhas besagen nichts anderes, als das jede einzelne dieser Lehrmeinungen in sich den gesamten Pfad enthält und ein Schüler je nach Einsichtweise, Intelligenz und Motivation sich einer dieser Lehrmeinungen anschließt und sie zu vollenden versucht. In allen drei Lehrmeinungen werden die Pfade über das Schriftstudium und über die Entwicklung der Kenntnisse der Lehrinhalte, durch ständiges Denken und Reflektieren beschritten. Somit summiert sich das tugendhafte Verhalten und das Schriftverständnis für die Praktizierenden ins Unermessliche, wie schon erwähnt, bis zur Vollendung. Die Lehrmeinungen aber sind wegen ihrer Komplexität dem Mönchsorden und den Yogis vorbehalten. Für die Praktizierenden, die Nicht-Ordinierten und Nicht-Yogis gab Buddha zusätzlich Sutras (Leitfäden), gehaltvolle Gleichnisse und Ratschläge, die selbstverständlich auch für den Orden allgemeingültig bindend sind. Dies geschah natürlich nicht um bestimmte Personen oder Personenkreise auszuschließen. Einzig die Auffassungsgabe und die personenbezogene Zeitbegrenztheit der Belehrungen bestimmten die Belehrungsformulierungen des Buddha. Buddha selbst hielt nichts von seinem Wissen zurück und tat alles Machbare, um den Wesen sein vollkommenes Wissen, angepasst an die Auffassungsgabe jedes einzelnen Lebewesen, verständnisvoll also optimal, zu vermitteln.

*Zusätzlich gibt es noch die „**Geheimen - oder Geflüsterten Lehren**“ des Vajrayana (die buddhistischen Tantras), die nur von Meister zu Schüler, in einem überlieferten Einweihungsritus, direkt offenbart werden. Auch hier wird nichts vorenthalten und nichts verborgen. Jede/r der das Glück, den Mut, eine entsprechende ethische Intelligenz besitzt und auch bereit ist, die entsprechenden nötigen Gelübde abzulegen, erfährt auch die nicht öffentlichen (geheimen) Initiationsriten. So wurde dieser Einweihungsritus seit Buddhas Zeiten in einer ununterbrochenen Übertragungslinie gehalten. Doch weil, wie so oft, Wörter, in geschriebener oder gesprochener Form - seien sie auch noch so gut gemeint - falsch verstanden werden können und somit für weitere Verwirrung sorgen, begab es sich nun so;*

*dass der Buddha mit seinem Orden auf dem Felsmassiv „Geiergipfel“ bei Rajagriha verweilte. Er saß mit gekreuzten Beinen in der Diamanthalung und hielt mit der rechten Hand zwischen Daumen und Zeigefinger, in Herzhöhe, eine Blume. Sein Lächeln und sein durch- und eindringender strahlender Blick waren auf seinen sich vor ihm befindenden Orden gerichtet. Nur ein einziger Mönch war in der Lage diesem Blick und der Präsenz seiner wunderbaren Machtentfaltung in unerschütterlicher Haltung standzuhalten. Dieser lächelte verstehend zurück. Das war die Geburtsstunde des später aufkommenden „Chan = Zen“, der stillschweigenden Übereinkunft“ - der Übertragung der „**Wortlosen Buddhalehren**“. Jener Mönch wurde Mahakashyapa genannt und war der 1. Patriarch dieser Linie und vertrat später, nach Buddhas Ableben, als erster Nachfolger die Buddha-*



Lehren insgesamt.

Bodhidharma war der 28. Patriarch der „wortlosen Übertragung“ der Buddha-Lehren, der 1. Patriarch der Chan-Zen-Linie und Initiator und Begründer des Shaolin Kung Fu. Daher ist die ursächliche und grundlegende buddhistische Motivation nicht von der Shaolin Kung Fu Praxis zu trennen. Würde dies geschehen, so würde es sich nicht mehr um die Praxis des Shaolin Kung Fu handeln. Diese Art, der nicht gesprochenen wortlosen Lehre, dieser „**Stillschweigenden Übereinkunft**“, kann nicht zu den „Drei Lehrmeinungen“ hinzugezählt werden, da sie **keine Wortergründung beabsichtigt**, sondern alles tut und nicht tut, um eine direkte **nicht konstruierte Sicht** zu erlangen, **bevor die Wörter eine dogmatische Philosophie lostreten** können.

Darüber kann viel geredet und geschrieben werden, die Essenz allerdings kann nur dem wirklich Übenden oder Sehenden offenbar werden, der dieses Wissen dann in Weisheit transformiert. Dabei ist es beim Üben des Shaolin Kung Fu egal, wie sportlich und talentiert jemand zu sein scheint. Erst die korrekte Motivation ermöglicht die notwendige Tiefe im Geiste, um die Quelle allen Lebens zu erfahren. Ohne die selbstlose Grundhaltung, die das Wohl aller Lebewesen herbeizuführen versucht, wären die Übungs-Handlungen einer profanen Sportart ohne tieferen Sinn gleichzusetzen. Anders ausgedrückt, neben der körperlichen Ertüchtigung würde - weil die Motivation fehlt, die ideelle Persönlichkeit zu überwinden, lediglich das eigene Selbstgefallen genährt und groß gezogen.

Die Selbstgefälligkeit wiederum ist der Nährboden von einem der vier großen Maras (Mara = Dämon oder buddhistischer Widersacher), die folgend beschrieben werden:

Die vier großen Maras

- 1. Klesha Mara:** Der Dämon des Anhaftens, der an befleckten oder unreinen Emotionen haftet und die Lebensentscheidungen ganz von unreinen Gefühlen und irrigen Gedanken abhängig macht. Die Sinnesaktivität erfährt unter diesem Einfluss eine Trübung im ansonsten klaren Bewusstsein.
- 2. Skandha Mara:** Der Dämon oder Herr des Todes, der an konkreten Formen haftet und dieser weltlich und leidtragenden Erfahrung anhängt und für die einzig gültig existierende Wahrheit hält, die mit dem Tod endet. Natürlich ist dem nicht so und der Intellekt entlädt seine Aktivität in unkontrollierten Todes-/Sterbevisionen. Unter diesem Einfluss wird das Leben gestaltet und an der Wahrheit vorbeigelebt. Das Unterbewusstsein transformiert die unterdrückten intellektuellen Wahrheitserfahrungen in einen strafenden und zu fürchteten Todesgott.
- 3. Mrityu Mara:** Der Dämon der Ignoranz oder des Vergessens und Verdrängens der Wahrheit von Ursache und resultierender Wirkung und deren Nichtbeendigung über den Tod hinaus. Da im Laufe des Lebens immer wieder wahrheitserhaltende Zeichen, wahrheitserhaltende Aussagen und zur Befreiung führende Lehren unterdrückt oder als belanglos diffamiert werden, geht aus dieser Haltung ein großes Unverständnis gegenüber dem Leben hervor und man ist, aus sich heraus, gezwungen, unangebrachte Lebenshandlungen auszuführen. Diese kontraproduktive Diktatur des Unwissens löst Leid und Angst aus und gipfelt schließlich in der Erscheinung eines



Gewissens als unerschütterlichen Richters, der sich vor und während des Sterbeprozesses in Gestalt eines Todesgottes zeigt.

- 4. Devaputra Mara:** *Der Dämon der Selbstgefälligkeit oder des Selbstgefallens. Es besteht die Gefahr ein selbstgefälliges Wesen zu werden, für das nur das eigene Vergnügen und die Erfüllung der eigenen Wünsche von Relevanz ist. Der Sturz und Tod eines solchen Wesens birgt für selbiges ein unvorstellbares Leid.*

*Egal, wie die dämonischen Kräfte ihre Wirkung entfalten, sie sind **nicht** im Einklang mit der Wahrheit und bedingen direkt das erfahrene Leid der entsprechenden Geisteshaltung.*

Natürlich existieren alle Dämonen und dämonische Kräfte, sowie himmlische Helfer und himmlischen Kräfte in uns Selbst – nirgends sonst, denn was wir mit unseren Sinnen wahrnehmen können, sind die Resultate früherer Handlungen, die gegenwärtig erfahren werden. Die in uns befindlichen Dämonen, oder dämonischen Prinzipien, sollte mit allem Nachdruck - durch das Gegenmittel der Tugend - der Nährboden entzogen werden. Alleine das Gelingen dieses Unterfangens wäre schon befreiend genug.

*Es muss einmal gesagt werden, dass das Shaolin Kung Fu, sowohl für mich als auch für viele weitere Praktizierende dieser Art des Chan Buddhismus, zur reinsten Art der Übertragung der Buddha-Lehren gehört. **Das Geheimnis im Shaolin Kungfu liegt für die Übenden in der direkten ergebnis- klaren Wahrnehmung mittels der Sinne, ohne das Zutun weiterer geistiger Gestaltungsprozesse oder philosophischer Sichtweisen.** Dies gilt sowohl in der objektorientierten als auch der nicht objektorientierten Welt und wird über alle in den Sinnesorganen liegenden Kräfte im Geistkontinuum gleichermaßen erfahren. Dies ist eigentlich nichts besonderes. Lediglich eine unverdorbene, reine und unbefleckte Sicht der Dinge und Nichtdinge.*

Alles ist eins und befindet sich im Fluss, der aber dann unterbrochen wird, wenn sich der für überlegen haltende Verstand bildet und die Einbindung des Fließens zur individuellen Person, mit eigennützig befleckter Absicht formt.

Die direkte Wahrnehmung des „Eins-sein“ wird unterbrochen, da sich das Denken wie nebelhaftes Gift vorurteilsvoll vor die direkte Erfahrung (den Wahrheit-und Weisheitskörper) setzt und Emotionen entfesselt, die in dem Verlangen gipfeln, dass die Welt immer den eigenen Wünschen entsprechen soll und sich in dieser Weise egoistisch formend zum Ausdruck bringend beabsichtigt.

Das Erleben eines scheinbar vom Fluss des Lebens getrennten und unabhängigen Selbst ist mit der Realität einer einheitlichen und harmonischen Welt, in der auch andere lebende Wesenheiten ihren zeitweiligen, gleichberechtigten Platz haben, nicht in Einklang zu bringen. Dies ist die gesamte Problematik des leidhaften Daseins.

Die Vorstellung einer egoistisch akzentuierten, personenbezogenen Welt führt unweigerlich zu einem kranken Gemüt, weil sie nicht in Einklang mit der Wirklichkeit zu bringen ist und nährt auf genau diese Art und Weise das Leid.

Nun bietet das Shaolin Kung Fu genau das rechte Mittel gegen diesen katastrophalen Gedankennebel, welcher sonst als Gemütsdünkel oder sonstiges unsoziales Verhalten



*offenbar zu werden droht und viel zu viel Lebensqualität abverlangt. Trotz des stetigen Wiederholens bestimmter Übungsabläufe und den **schweißtreibenden Mühen**, die von außen betrachtet selbstquälerisch erscheinen mögen, ist genau **dieses Tun - bei korrekter Motivation - angenehm, befreiend und sehr einsichtsvoll.***

Darüber hinaus wird das Wohlbefinden in jeder Hinsicht ins Unermessliche gesteigert. Gesamt gesundheitlich gesehen wird somit im Shaolin Kung Fu der direkte Zusammenhang von körperlicher Ertüchtigung und geistiger Klarsicht aktiviert.

In dem uns angeborenen Unwissen wiegt die weltliche Intelligenz folgeschwerer, als das Unwissen selbst. Personen, die Wissen, dass sie nicht im Besitz einer Weisheit sind, halten ihren Geist vorurteilsfrei offen für Erfahrungen und werden aus genau diesem Grund Weisheit erlangen.

Gleichzeitig sollte auch verstanden werden, dass keine herbeigeführte Meditation nötig ist, um tiefe Einblicke in die Realität oder zumindest in das scheinbar bestehende Selbst zu erhalten - einzig und allein die uneingeschränkte Wachsamkeit, das bewusste Erfahren aller Um- und Zustände, stellen den Bezug zur Realität her. Dabei ist die Aufgabe jeglicher weltlicher Absicht die letzte Barriere vor der grenzenlosen Weite des Bewusstseins. Alle diese Gründe machen das Kung Fu aus dem Shaolin Tempel so anziehend und interessant.

Jede Person ist in der Lage, ungeachtet von Rasse, Geschlecht, Herkunft, Bildung und Stand, einen kurzen Augenblick deutlicher Wahrnehmung zu erlangen. Durch diese Deutlichkeit wird die vollkommene Einsicht erlangt, die wiederum im vollkommenem Erwachen gipfelt.

Natürlich ist es hilfreich, sich in den Lehren des über allem erhabenen Buddha auszukennen, wirklich nötig ist das allerdings nicht. Wo sich Liebe, Weisheit und Mitgefühl entfaltet, ist nichts mehr von Nöten.

Im Kontext des Shaolin Kung Fu wird die nicht-ablenkbare, mitfühlende Tatkraft des Buddhas dieses Zeitalters, als unwiderrufliches Zeugnis der Befähigung zur Selbsterkenntnis als Grundeinstellung vorweggenommen.

Das Hervorbringen des Dharma -

Die Lehre vom Karma, der Kausalität von Ursache und Wirkung und deren Aufhebung in der Vollendung

Vor etwa 2500 Jahren war der Buddha dieses Zeitalters ein Prinz mit Namen Siddhartha Gautama, der keinen Mangel an irdischen Gütern und gesellschaftlicher Anerkennung erfahren musste. Trotzdem fand Er es aufgrund seines überwältigenden Mitgefühls gegenüber den schlechter gestellten Lebewesen für nötig, den Palast und seine Aussicht auf



die Regentschaft aufzugeben, um Mühen und Plagen auf sich zu nehmen, damit er schließlich in den Genuss der Wirklichkeit, der Befreiung von widrigen Umständen, zu gelangen.

Der Erhabene ergründete das mit Leid behaftete Leben und seine Umstände. Nach jahrelangem Mühen und Plagen bis zur Selbstaufgabe war es ihm gelungen, sich direkt und unvermittelt in die letztendliche Realität (die absolute Wirklichkeit) zu versetzen.

Obwohl der dann Erwachte und über alles Erhabene, vollkommene Buddha aus Verantwortung und über großem Mitgefühl der Welt teilhaftig anwesend blieb, hatte er doch die Einsicht der Realität nie mehr verlassen, setzte das Drehen des Rades der Lehre in Gang und lehrte den Dharma, (Gesetz der Offenlegung des Buddha-Wissen) die Kausalität von Ursache und Wirkung und deren Aufhebung, auch Buddhadharma genannt.

Alle Lebewesen sollten es Ihm zu allen Zeiten gleich tun, denn jedes einzelne Lebewesen hat tief in sich den Drang dem Daseinsleid zu entfliehen und zu allen Lebzeiten kraftvoll und glücklich zu werden.

Daher, um weiteren Wesen dienlich zu sein, ist es immer an der Zeit, durch wahrhafte Anstrengung in den Besitz von Tugenden zu gelangen. Das erst ist die Voraussetzung zu wirklich dauerhaftem Glück.

Welchen Wert hätte das Leben, wenn niemand mehr danach strebt, glücklich zu werden um andere glücklich zu machen ?

Die Schüler des Shaolin Kung Fu tun dies, ungeachtet ob es zeit konform ist oder nicht.

Egal wie gelehrt eine Person ist oder wie tief die religiösen Ansichten in einem Intellekt verwurzelt sind, ohne die ethischen Grundsätze, wie sie nachfolgend im “ Wu De “ beschrieben sind, reift die menschliche Größe nicht heran.

Die Verschmelzung des Taoismus und des Konfuzianismus mit dem Buddhismus

Im Besonderen darf nicht unerwähnt bleiben, das die offene Toleranz, wie sie im Buddhismus üblich ist, dazu führte, dass die vorherigen Religionssysteme Chinas (Taoismus und Konfuzianismus) im Shaolinkloster und darüber hinaus in ganz China, in den neu aufkommenden Chan- Buddhismus integriert wurden.

Neben den Kaisern selbst, gab es auch Adlige, Beamte, Bauern, Handwerker und Kaufleute, die sich gerne im Shaolinkloster aufhielten, um sich in der buddhistischen Chan- Praxis zu vertiefen. Mit den dort erworbenen Kenntnissen erhielten sie die Muße, eine sehr tiefe befreiende Ruhe zu erfahren. Insgesamt war das Kloster eine offene Begegnungsstätte, in der alle Bevölkerungsschichten verkehrten. Speziell die Soldaten und Offiziere, die im Dienst des Kaisers oder lokaler Fürsten standen, schulten sich in der buddhistischen Philosophie und den Waffengängen und brachten natürlich ihre erworbenen Kriegs- und Waffenkünste, sowie ihre Weltanschauung, mit ins Kloster ein. Es herrschte ein reger Austausch von jeglichem Wissen. Da sowohl der Taoismus als auch der Konfuzianismus eine Lehre der Harmonie und sozialen Ordnung im Mittelpunkt ihrer Philosophie haben, war es natürlicherweise nicht problematisch, diese das Staatsgeschehen beeinflussenden Weltanschauungen, in den Klosterbetrieb zu integrieren.



Die gewonnenen Einsichten im Chan-Buddhismus trugen wesentlich dazu bei, die Kenntnis aufrecht zuhalten, dass selbst die Buddha-Lehren während einer direkten Wahrnehmung der Wirklichkeit sich zur bloßen bedeutungslosen Benennung transformieren. Im Angesichts der Wirklichkeit, kann keine intellektuelle Auffassung einer Religion oder Weltanschauung bestehen.

Über die Jahrhunderte hinweg und je nach besonderer Staatsführung und Haltung des regierenden Kaisers gegenüber dem Shaolinkloster, erlebte die Klostersgemeinschaft immer wieder Zeiten der Blüte und Phasen der gehaltvollen Ausformung der Kampfkunst.

Jedenfalls kann heute im Groben gesagt werden, dass das Kung Fu aus sehr traditionellen, alten Formen und schwierigen Stellungen besteht, die überwiegend der Gesundheit und der Kräftigung des Körpers dienen, die wiederum wie in einer Symbiose den Geist stärken.

Im Laufe der Zeit wurden die Formen fließender und kampforientierter. Die Kampfanwendungen wurden fintenreicher und immer kunstvoller ausgeführt. Insgesamt nahm die Ausführungsgeschwindigkeit zu. Heutzutage findet das Shaolin Kung Fu im Shaolin Wushu mit der kunstvollsten und schnellsten Bewegungsvariante aller Zeiten seinen Ausdruck und ist, trotz oder wegen verborgener Kampfausführungen, in den Ehrenhimmel der Kampfkunstakrobatik aufgestiegen.

Natürlich gibt es die Kampf- und Kriegskunst seit Menschengedenken und niemand kann sich mehr erinnern, wer den ersten Stein oder Stock als Waffe zum Überleben zur Anwendung brachte. Tatsache jedoch ist, dass sich daraus eine Fertigkeit entwickelte, die später als Kampfkunst bezeichnet wurde. Von Einzelpersonen entwickelt und in deren Stammesgruppen getragen, etablierte sie sich schließlich in der massen- militärischen Anwendung als Kriegskunst.

Die virtuos anmutenden Bewegungsausführungen und der graziöse und effektive Umgang mit Waffen, wurde erst durch einzelne Ästheten aus dem Shaolintempel zur wahrhaften Kunstform erhoben.

So kann heute gesagt werden, dass die zeitlichen Änderungen und Ausformungen der einzelnen Stile im Shaolin Kung Fu nur noch von wenigen Experten in der richtigen historischen Reihenfolge und im zugehörigen philosophischen Kontext wiedergegeben werden können.

Ich persönlich erlebe die Ausformungen des Shaolin Kung Fu, egal in welcher Epoche sie entwickelt wurden, durch ineinanderfließende, sich verändernde Intervalle von Richtungsänderungen und gespannten Haltepositionen.

Des weiteren ist Shaolin Kung Fu für mich eine virtuose Kampfkunstakrobatik, mit und ohne Waffen, bei der der Geist selbst die feinste An- und Aussteuerung der Bewegung, als aktiver Betrachter und Ausführender, in bewundernswerter Weise gleichzeitig erlebt und steuert. Hierbei entfernt sich der Ausführende zu keiner Zeit von der Quelle der Ruhe und Tugend der menschlichen Existenz. An den entsprechenden Stellen der Umsetzungen werden dabei bewusst Akzente gesetzt und somit ausdrucksstark und gehaltvoll nach außen in die Welt getragen.



Das Begehen der Pfade

- ***Das Hintergrundwissen, das wissende Fundament der “Vier edlen Wahrheiten“ ist bereits bei dem/r Schüler/in vorhanden und reift zum Pfad.***
- ***Mittels der “Vierfachen Vergegenwärtigung der Achtsamkeit “ werden die Übungen ausgeführt.***
- ***„Der edle Achtfache Pfad“ wandelt den Geist und das Verhalten und erfüllt jegliche Existenz mit sinnhaftem Sein und Tun.***
- ***„Die sechs Paramitas“, die Tugenden werden im „edlen Achtfachen Pfad“ gebildet und vollendet, diese transportieren uns aus der Welt, über den riesigen Ozean von Leid, zum rettenden Ufer der Befreiung.***
- ***Das „Wu De“ ist die praxisnahe Grundhaltung, welche den Adepten zuerst zum wahrhaften Schüler und dann zum Meister reifen lässt.***

Im Folgenden wird diese Grundhaltung, zusammen mit den bereits genannten Axiomen, beschrieben.

Im Unterricht wird weder debattiert noch philosophiert, es gibt - außer dem Kung Fu (harter Arbeit) und, wenn nötig, Hilfe bei der Ausführung der Übungen - lediglich die klaren Ansagen (Aufgabenstellung) des Shifu oder Unterrichtsvorstehers und das Ausführen der Übung.

Alle Sinne befinden sich beim Üben, wie auch beim Ausführen der Technik, in zielgerichteter Einspitzigkeit. Bei allem, was dabei erlebt wird, kann man sich in einer Sache sicher sein. Nämlich darin, dass es sich bei der Schülerschaft um eine ehrbare Gemeinschaft handelt, die niemandem Schaden will und sich um einen respektvollen Umgang bemüht.

Allgemein gelten die Regeln von Höflichkeit und Anstand!



Die absolute Grundlage der Buddhistischen Philosophie

* Die vier edlen Wahrheiten *

1. Die Wahrheit des Leides

2. Die wahren Ursachen

3. Die wahren Pfade

4. Die wahren Beendigungen

1. Die Wahrheit vom Leid

Alles existierende Leben erfährt Leid. Alles was erscheint, ist immer von mehreren Faktoren abhängig. Nichts entsteht einzig und unabhängig aus sich Selbst heraus und nichts existiert ewig. Alles Zusammengesetzte zerfällt und vergeht. Das Werden beinhaltet das Leid der Geburt, des Alterns, der Krankheit und des Todes.

Der Geburt folgt der Tod und dem Tod folgt die Geburt. Die nicht-erwachten Wesen werden wie Blätter in einem karmischen Schicksalswind unfreiwillig und unaufhörlich hin- und hergetrieben.

Zusätzlich, wer hat nicht die vielen, die Welt dominierenden, leidhaften erniedrigenden Demütigungen und die damit einhergehende Seelenpein kennengelernt oder den Kummer und die Sorgen, die man sich um die eigenen Lebensumstände und seine Nächsten macht?

Kurzum, mit Unlieben zusammen sein ist Leid und von Lieben getrennt sein ist Leid!

2. Die wahren Ursachen.

*Alles Leid entsteht aus der Anhäufung von **Unwissen**, **Begierde** (Leidenschaft) und **Hass**. Diese drei Gifte bedingen das **Ich** im **Dünkel** und damit das Leid aller noch nicht zur erfahrenen Wirklichkeit erwachten Wesen.*

Die gewöhnlichen Wesen, die nicht bereit sind, sich von den drei großen Giften zu trennen, werden unfreiwillig in diesen Kreislauf hineingeboren und erfahren unfreiwillig das Gesetz vom Karma (Ursache und Wirkung).

Handlungen sind ursächlich und potentiell wirkungsmächtig. Ist erst die Ursache gelegt, kommt die Wirkung unausweichlich, zum Guten wie zum Bösen. Das wirkende oder entfaltete Potential kann sich direkt, oder indirekt (also nach längerer Ansammlung), erst über längere Zeiträume hinweg offenbaren.

Es wird Schicksalsschläge geben, ohne dass man weiß, wieso einem solches Unglück



widerfährt; gegenteiliges kann natürlich genauso auftreten. Egal, ob Glück oder Unglück, nichts ist von Dauer und nichts besteht ewig.

Die karmischen Aktivitäten sind Resultate von zuvor begangenen Taten, die wie Samen gesät wurden und aufgehen, wenn die karmischen Früchte reifen. So gibt es eine gegenwärtige Entfaltung des Karmas, die unmittelbar auf eine Handlung folgt und eine solche, die aus der fernsten Vergangenheit wirkt. Dieses Ursache-Wirkungsprinzip umfasst unvorstellbare Zeiträume, man spricht hier von unzählbaren Kalpas (die Dauer vom Beginn eines Universums bis zum Vergehen desselben Universums ist ein Kalpa).

3. Die wahren Pfade.

Die wahren Pfade führen zu den wahren Beendigungen, sonst dürften sie nicht die wahren Pfade genannt werden. Bei den wahren Pfaden löst man sich direkt, oder allmählich, von den drei großen Giften und trennt sinnbildlich die Zündquellen von den Brennstoffen. Damit wird verhindert, dass die Flamme des Leidens auflodert. Dadurch wird das Unvergängliche, die Wirklichkeit (Prajnaparamita), dem Geiste offenbart, das bewusste Erkennen dieses Vorgangs ist definitiv Weisheit.

Dies wird im Moment der direkten Einsicht bewusst erfahren, nicht getrennt sind das Bewusstsein (welches nachweisbar ohne Substanz ist) und die bedeutungslose Sicht von Form und Nicht-Form.

Einzig die hochentwickelten, weisen und barmherzigen Bodhisattvas treten, durch das Begehen der wahren Pfade, freiwillig in den Daseinskreislauf ein oder auch zeitweilig aus. Ihre eigennützigen Absichten wurden durch das Wertschätzen der anderen Wesen völlig aufgegeben. Einzig das Begehen der wahren Pfade ist der Garant für ein sinnvolles Leben, welches aus der Sicht der Bodhisattvas für die Befreiung der leidenden Wesen aus dem Mühlrad des Lebens außerordentlich wichtig und notwendig ist.

4. Die wahren Beendigungen.

Wenn die Betriebsmittel der Glut (Hass, Gier und Unwissenheit) durch das Beschreiten der wahren Pfade beseitigt wurden, ist auch das wahre Leid beendet. Erlöschen ist das Feuer des Leidens und kann sich nicht mehr entfachen. Das, was den Geist nebelhaft verdunkelte, ist nicht mehr. Stattdessen ist die Sicht ungetrübt klar und erfährt die glückselige Befreiung von aller Wirrnis. Die Folge ist unbegrenzte, nie endende Freiheit. Diese ist erregend, sanft, heiter und unaussprechlich.

Gautama Buddha hat den Kreislauf von Werden und Vergehen völlig überwunden, indem Er alles Unwissen, alle Leidenschaften und allen Hass überwunden hat. Als eigennützige Person war Er somit schon zu Lebzeiten freiwillig erloschen. Von da an wirkte Er, über sein körperliches Dahinscheiden hinaus, bis in die heutige Zeit hinein, nur noch zum Wohle der anderen Lebewesen.

Zusammenfassend, die wahren Beendigungen sind das Aufhören des nicht wirklich existierenden Unwissens, der nicht wirklich existierenden Leidenschaften und des nicht wirklich existierenden Hasses.

Die quälenden Gifte existieren einzig im nicht erwachten, weltlich-konventionell



ausgerichteten Gemüt. Die befriedete Quelle des Seelengrundes, des Nicht-Substantiellen, ist immer vorhanden und wird immer unverändert bleiben. Das Erreichen und eins werden mit dieser Quelle, ohne diesen Zustand je wieder zu verlassen, ist das Erreichen des Nirwana, der Buddhaschaft.

Diese Erfahrung des Wahrheits- und Weisheitskörper wird buddhistisch Dharmakaya genannt und als die Mutter identifiziert. Das erkennende Prinzip, welches Freude entfesselt, als der Vater.

Die Vereinigung von Vater und Mutter initiiert das vollkommene Erwachen eines Buddha. Dieses wird entweder in der Meditation oder auch spontan aus weltlichen Handlungen heraus erfahren. Die Sicht ist fehlerlos und direkt (Irrtümer sind ausgeschlossen), tritt man wieder in weltliche Handlungen ein, ist wieder Irrtum möglich. Darum wird der Zeitraum nach einer gültigen Einsicht auch „Nachfolgende Realisierung“ genannt.

Die Realisierung von Nirwana brachte Bodhidharma so zum Ausdruck:

„ Keine Spur von heilig - offene Weite “.

Der Buddha selbst hat auszugsweise so davon gesprochen:

„ Es gibt ihr Mönche ein Ungeborenes und Ungewordenes, ein Ungemachtes und Ungeformtes - wenn es dieses Ungeborene, Ungewordene, Ungemachtes und Ungeformte nicht gäbe - gäbe es auch keinen Ausweg aus dem was geboren, geworden, gemacht und geformt ist.

Da es aber dieses Ungeborene, Ungewordene, Ungemachtes und Ungeformte gibt - gibt es auch einen Entrinnen aus dem was geboren, geworden, gemacht und geformt ist “

Dies ist das Ende allen Kummers;

dort gibt es weder Kommen noch Gehen, auch nicht den Stillstand, weder Geburt noch Tod – denn alles, was einem Ding anhängt, kommt zu Fall, wo aber nichts anhängt oder anhänglich ist, kann auch nichts zu Fall gebracht werden, es ist das Ende allen Kummers.



Schriften, die auf den großen magie-gewaltigen, indischen Mönch und Yogi Padmasambhava (der auch als zweiter Buddha angesehen wird) zurückzuführen sind, brachten den Körper der Wahrheit so zum Ausdruck;

„Es gibt keine geschriebene Worte, um die Qualitätslosigkeit des Dharmakaya zu beschreiben“

- 1. wie ein unendlicher Ozean ruhig und ohne eine Welle
(das ist der Körper der Wahrheit - der Dharmakaya)**
- 2. aus dem Regenbogen und Wolkenmeer emporsteigen
(das ist der Körper des Entzückens - der Sambhogakaya)**
- 3. die, wenn sie sich verdichten als Regen herniederfallen.
(das ist der Körper der Geburt - der Nirmanakaya)**

Die grundlegende, fundamentale Basis & Praxis der buddhistischen Philosophie

*** Die Vierfache Vergegenwärtigung der Achtsamkeit ***

- 1. Das Wachen beim Körper - über den Körper**
- 2. Das Wachen bei den Empfindungen - über die Empfindungen**
- 3. Das Wachen beim Gemüt - über das Gemüt**
- 4. Das Wachen bei den Erscheinungen - über die Erscheinungen**



**** Der edle Achtfache Pfad ****

1. vollkommene Einsicht

2. vollkommener Entschluss

3. vollkommene Rede

4. vollkommene Handlung

5. vollkommener Lebenserwerb

6. vollkommene Anstrengung

7. vollkommene Sammlung

8. vollkommene Vertiefung

**** Die sechs Paramitas ****

1. Die Freigiebigkeit

2. Die Ethische Disziplin

3. Die Geduld

4. Die Tatkraft

5. Die Sammlung

6. Die Weisheit



少林寺 武德

Das Wu De



*Das * Wu De * ist ein Regelwerk, welches im Shaolin Tempel von allen Schülern gelehrt wird und stellt ein wichtiges moralisches Gerüst für alle dar, die die Kampfkünste studieren. Das hier vorliegende * Wu De * ist eine Übersetzung von dem, welches im Shaolin Tempel in China gelehrt wird. Das überlieferte Schriftwerk beschreibt die Haltung eines unerschrockenen Bodhisattva, der sich aller Wesen erbarmt und sie zu beschützen wünscht.*

Die Tugenden der Kampfkünste

*Wir nehmen das * Wu De * als Grundlage der ethisch-disziplinären tugendhaften Haltung. Es ist bei uns, speziell für jene Schüler, die nicht oder nur zum Teil im Buddhismus verankert sind, verpflichtend.*

Die beschriebenen Tugenden oder Charaktereigenschaften sind Voraussetzungen, die es dem/r Schüler/in erlauben, sich dieses Geistesgutes zwischen den Religionen und über alle Konventionen hinweg, anzunehmen.

Es ist für alle Religionen und Ansichten gleichermaßen förderlich und gehört untrennbar zur wahren, guten Natur des edlen, gereiften und tugendhaften Menschen.

*Wir freuen uns auf jegliche/n Schüler/in (oder jegliche Person), in-und außerhalb unserer Schule, der/die sich mit dem * Wu De * beschäftigt, um sich die darin beschriebenen Qualitäten zunutze zu machen und um weitere Tugenden zu erlangen.*



Die zu erwartenden Tugenden:

1. Barmherzigkeit 2. Selbstbeherrschung 3. Bescheidenheit

1.Cibei Barmherzigkeit

*Die Barmherzigkeit ist eine wichtige Eigenschaft des menschlichen Charakters – eine barmherzige (mitfühlende) Person öffnet ihr Herz gegenüber Fremden in Not – dies ist eine der Haupttugenden und Pflichten im Buddhismus als, auch im * Wu De *. Dieses gilt es durch die eigenen Handlungen zu kultivieren.*

Im Buddhismus wird die Barmherzigkeit üblicherweise als Mitgefühl bezeichnet und ist im Kern das Ergebnis erlebter meditativer Sicht. Voraussetzung dafür ist die Achtung vor dem Leben, da diese zur Achtung und einem besseren Umgang von Mitmenschen und anderen Wesen führt. So hat der wahre und aufrechte Kämpfer, wenngleich sein Körper einer gefährlichen Waffe ähnelt, dennoch ein friedvolles und erbarmendes Herz.

Zum besseren Verständnis, eine Person die Mitgefühl besitzt und auch bereit ist mitfühlend zu handeln, wird sich ihrem Gegenüber erbarmen, falls sich die betroffene Person in einer unheilvollen, niederen, irrtümlichen, geschwächten, oder auch nur unethischen Lebensposition befindet, sei diese nun selbstschuldnerisch oder nicht. Eine erbarmungsvolle Person ist dazu in der Lage, ihrem Gegenüber uneingeschränkt Zuwendung, Liebe und auch aufrichtige Vergebung entgegenzubringen.

Der Mitfühlende handelt weise, da in der meditativen „Betrachtung aller Dinge“ auch sein Gegenüber als eins mit sich Selbst erfährt. Daraus erfolgt das Erkennen des Zusammenhangs der Nicht-Getrenntheit.

So begegnen und erkennen sich zwei Pole einer Achse und kultivieren gemeinsam ein zutiefst moralisches Verhalten.

2. Zizhi Selbstbeherrschung

Selbstbeherrschung ist in allen Lebenssituationen notwendig, sowohl für einen Schüler als auch für einen Meister,

1. um sich niemals zu einem unnötigen Kampf provozieren zu lassen.

2. um einen unausweichlichen Kampf zu gewinnen.

3. um im Ernstfall das notwendige Maß der Selbstverteidigung niemals zu überschreiten.

Selbstbeherrschung ist beim Erlernen der Kampfkünste unabdingbar. Ohne diese kann das Kung Fu nicht gemeistert werden.

Nur mit strenger und anhaltender Disziplin können wir das Beste aus uns herausholen, gegen die Schwachstellen unseres Charakters ankommen und das höchste Ziel erreichen.



3. Qianxu **Bescheidenheit**

Bescheidenheit zeichnet einen Schüler der Kampfkünste im Shaolin Tempel aus. Prahlerei ist ihm fremd. Er bringt den Lehrern und den Leitern des Tempels Respekt entgegen und ordnet sich in die Hierarchie des Tempels ein. Er übernimmt die Aufgaben, die ihm zugedacht werden und führt sie mit all seiner Kraft und all seinem Können aus. Alles was getan wird, tut er aus und mit dem ganzem Herzen.

Bescheidenheit befähigt ihn dazu, sich niemals zu überschätzen und seinen Gegner niemals zu unterschätzen.

Die zu erlernenden Tugenden:

Der Shaolin Tempel erwartet von seinen Schülern, dass diese im Besitz verschiedener Tugenden sind oder sich diese im Laufe der Ausbildung, auf dem Weg zum Meister, aneignen.

*Die **allgemeinen Tugenden unterscheiden** wir in die „**Tugenden der Handlung**“, die man nach **außen** trägt und die „**Tugenden des Geistes**“, die man im **Inneren** trägt.*

Die Tugenden der Handlung

Gianxu **Demut**

Demut kann nur entstehen, wenn man bereit ist, seinen Stolz zu kontrollieren und manchmal auch zu überwinden. Es ist nicht dringlich notwendig, den Stolz aufzugeben, sondern einen Stolz ohne jeglichen Hochmut und ohne jegliche Arroganz, an den Tag zu legen. Die Befriedigung der eigenen Wünsche ist nicht über alles andere zu stellen.

Meisterschüler des Shaolin Tempels stellen die Bedürfnisse und Erfordernisse des Tempels über ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse.

Zunjing **Achtung**

Achtung ist die Grundlage aller Beziehungen zu Menschen, Tieren und allen Dingen. Natürlich gehört dazu auch die Achtung vor sich selbst.

Ein Schüler soll Respekt im Umgang mit allen Dingen zeigen.

Wer keinen Respekt gegenüber den Lehren und der Leitung des Shaolin Tempels zeigt, wird auch nicht weiter in den Künsten vorangebracht werden.

Achtung zeigt sich auch in der Einhaltung der Regeln und der Etikette. Dies ist die Basis, auf der die Gemeinschaft des Shaolin Tempels funktioniert.

Zhengyi **Rechtschaffenheit**

Rechtschaffenheit ist eine zu praktizierende Lebenseinstellung und besagt, dass man das,



*was man für richtig hält auch tut und das, was man nicht tun sollte, auch unterlässt. Hierbei sind kulturelle und gesellschaftliche Maßstäbe nicht so entscheidend. Erst der Respekt vor allen Geschöpfen und ein ausgeprägtes, verantwortungsvoll handelndes Bewusstsein führt zur Rechtschaffenheit. Für die eigenen Handlungen Verantwortung zu übernehmen, ist ein **Muss** und wird von jedem Schüler von Shaolin erwartet.*

Xinyong Vertrauen

Vertrauen umfasst unter anderem, selbst vertrauenswürdig zu sein. Ohne vertrauenswürdiges Verhalten können sich Andere einem auch nicht angemessen anvertrauen. Jeder Schüler von Shaolin sollte eine Persönlichkeit entwickeln, der man vorbehaltlos vertrauen kann. Vertrauen ist die Basis jeder echten Freundschaft. Vertrauen ist auch die Basis der Gemeinschaft des Shaolin Tempels. Die Schüler sollen ihren Lehrern und Meistern und der Leitung des Tempels vertrauen. Umgekehrt sollen die Leitung des Tempels und die Meister ihren Schülern vertrauen können.

Zhongcheng Loyalität

Loyalität ist die Basis von Vertrauen und jeder Beziehung innerhalb der Gemeinschaft des Shaolin Tempels. Loyalität ist unter Umständen die wichtigste aller Tugenden. Loyalität bedeutet, sich zu den ideellen Werten des Shaolin Tempels und dieser Führung zu bekennen.

Die Tugenden des Geistes

Yizhi Wille

Ein wichtiges Ziel des Shaolin Tempels ist es, bei seinen Schülern durch die Kampfkünste einen starken Willen zu entwickeln. Dies ist notwendig, damit der Schüler seine Ziele nicht aus den Augen verliert und intensiv die Künste studiert. Ein eiserner Wille, den zu haben von Vorteil ist, darf jedoch nicht zum Nachteil anderer, seien sie nun Schüler des Tempels oder nicht, oder gar gegen die Tempelleitung selbst eingesetzt werden. Insgesamt sollte er keinem Wesen zum Nachteil gereichen, beziehungsweise ihm schaden.

Rennai Ausdauer

Ausdauer bedeutet, unablässig zu üben und zu trainieren. Dies gilt sowohl für die physischen als auch für die mentalen Fähigkeiten, die der Schüler im Shaolin Tempel entwickelt. Ausdauer ist notwendig, um sich in der Kunst und in allen Dingen zu verbessern. Ein Angehöriger des Shaolin Tempels hört niemals damit auf, an sich zu arbeiten.



Yili Beharrlichkeit

Beharrlichkeit bedeutet, auf das Ziel hinzuarbeiten, etwas zu erlernen was schier unmöglich schien und Gültigkeit besitzt. Beharrlichkeit ist es, die den Schüler dazu befähigt, immer wieder zu versuchen, seine Fehler zu korrigieren und Erlerntes immer wieder auf Fehler zu untersuchen, solange bis das Tun rein erscheint. Beharrlichkeit ist es, die einen Schüler von Shaolin niemals darin müde werden lässt, sich zu verbessern.

Naixin Geduld

Geduld ist die Tugend, die den Schüler dazu befähigt auch dann weiterzumachen, wenn er den Sinn dessen, was er tut, noch nicht erkennt. Selbst wenn ihm das Ziel unerreichbar scheint, gibt er nicht auf, sondern übt sich in der soeben beschriebenen Tugend. Geduld ist es, die dazu befähigt, ständig fortschreitend zu trainieren, auch wenn es nicht absehbar ist, wie lange man an sich arbeiten muss, bis die wahre Meisterschaft erreicht wird.

Geduld ist sowohl für den Schüler als auch für den Meister eine der wichtigsten Tugenden. Für den Schüler ist sie wichtig, um richtig zu lernen, für den Meister beziehungsweise Lehrer ist sie von Relevanz, um den/die Schüler/in richtig anzuleiten und das notwendige Wissen mit Sorgfalt zu vermitteln.

Yonggan Mut

Mut ist notwendig, um die Kampfkünste zu erlernen und um in schwierigen Situationen richtig zu handeln. Schüler des Shaolin Tempels arbeiten ständig an ihrem Mut. Dieser Mut ist aber nicht mit dem blinden Mut zu verwechseln, der seinen Ursprung in unkontrollierten Gefühlen, Dummheit oder Angst hat.

Mut ist also kein dummer Entschluss, der zu Handlungen führt, die auf Selbstüberschätzung fußen. Solche Handlungen, die im schlimmsten Fall sogar Schaden verursachen können, sind auch dann nicht erstrebenswert, wenn sie anerkennende Bewunderung bei Dritten auslösen. Mut bedeutet nicht die Abwesenheit von Angst, sondern das achtsame Überwinden derselben.

*Bodhidharma brachte nach seiner neunjährigen Meditation, neben der **Wortlosen Übertragung der Buddhalehren** (dem Chan (Zen) Buddhismus), dem Shaolin Kung Fu und einigen Qi Gong-Übungen auch das Wu De in den Shaolin Tempel.*

Diese Regeln waren und sind noch heute eine wichtige Grundvoraussetzung zum Lernen und dem verantwortungsvollem Umgang mit den Kampfkünsten. Sie sichern das kontrollierte Handeln, was zum Bestehen eines reinen Herzens führt. Ohne dieses Verinnerlichen kann in den Kampfkünsten des Kung Fu nicht vorangeschritten werden.



Zitatensammlung meiner Meister zu Shaolin Kung Fu

Die Großmeister und Meister, die mir begegnet sind, bezeichneten das Shaolin Kung Fu gelegentlich folgendermaßen:

*„Shaolin Kung Fu ist zehn mal Hundert doppelt so schwer als jede andere Kampfkunst“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Shaolin Kung Fu: Nicht Kennen - sondern **Können**“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Shaolin Kung Fu ist, wie wenn der menschliche Körper die flexiblen Eigenschaften aufweist, wie zum Beispiel die Wandlung von Gummi zu Beton“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Shaolin Kung Fu ist sehr, sehr, sehr gesund“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Shaolin Kung Fu ist eine starke, eine sehr - sehr starke Methode“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Shaolin Kung Fu ist als nie fertig zu betrachten“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Shaolin Kung Fu im Ergebnis ist Würde, still - klar und wertfrei“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Bodhidharma ist der Meister von allem“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Die Liebe ist alles“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Ich habe keine Ahnung , wirklich keine Ahnung“
Großmeister Ko Yun Bok*

*„Shaolin Kung Fu ist eine tiefe - tiefe, sehr - sehr tiefe Angelegenheit“
Großmeister Kim Hong Jin*

*„Einen Fehler zu Begehen ist verzeihlich. Denselben Fehler jedoch, wieder besseren Wissens, immer und immer wieder zu Begehen, ist unverzeihlich und stößt bei mir Widerstrebend auf Unverständnis“
Großmeister Kim Hong Jin*



„Die Welt kann ich nicht ändern, aber die Eigensicht und das Verhalten zur Welt kann ich ändern, wenn mir das gelungen ist, habe ich tatsächlich die Welt geändert“

Shifu Shi Yan Rui

„Nur wer sich allen Inhalts entleert - alles gibt - kann auch mit Neuem gefüllt werden - alles aufnehmen“

Shifu Shi Yan Rui

„Wer noch ausspucken kann hat Qi (Lebensenergie), wer Qi hat kann auch noch beginnen Kung Fu zu praktizieren“

Shifu Shi Yan Rui

*„Während die alten Stände sich, als Hüter der Asche, ihren verlorenglaubten Illusionen hingeben, dieses Verhalten mit aufgesetzter Miene und Starre zelebrieren und somit ihre kostbare Lebenszeit vergeuden, bist Du * Shi Heng Xiu *, als wahrer Dharmafreund, der Bringer des Feuers, das jegliche Illusionen hinwegfegt und unerschrocken den wahren Weg (De = Dao) aufzeigt“*

Meister Nikolai Kaufmann

Eigene Zitate

„Für mich als Übenden und Schüler ist Shaolin Kung Fu die Medizin des Lebens und insgesamt eine Kunst der verantwortungsvollen Lebensführung“

Shifu Shi Heng Xiu

„Das Shaolin Kung Fu birgt nur die Geheimnisse die man vor sich Selbst verborgen hält, diese wiederum liegen offen, sie müssen nur entdeckt werden“

Shifu Shi Heng Xiu

„Wir verhüllen und formen die Ergebnisse der Wahrnehmung selbst“

Shifu Shi Heng Xiu

„Jeder der in einer Schicksalssituation inne hält, erfährt auch die Gründe des Erlebens“

Shifu Shi Heng Xiu

*„Eine Person die sich im Kung Fu übt, strebt Fehlerfreies an und ist dabei die Ursachen gemachter Fehler zu beseitigen, um neu auftretende Fehler zu **verhindern**. Eine Person die solches Tut handelt vollkommen und **fehlerfrei**“*

Shifu Shi Heng Xiu

*„Wenn der Buddha * **die innere Umkehr** * als einziges * **gültiges Wunder** * anerkennt, um wie viel mehr muss dann die Haltung des **Shaolin Kung Fu** insgesamt als solches betrachtet werden“*

Shifu Shi Heng Xiu



„Eine ausführende Handlung die beherrscht wird braucht nicht zwingend geübt zu werden. Diese wird wiederholt, eventuell untersucht, auf keinen Fall aber wird sie geübt, denn das Abrufen einer Fertigkeit ist kein „Üben“. Geübt wird immer dass was nicht gekonnt und nicht beherrscht wird , erst dass kann „ Das Üben “ genannt werden“

Shifu Shi Heng Xiu

*„Der schnellsten Bewegung im Kung Fu geht immer eine gesammelte und unerschütterliche Ruhe voraus, ohne dieses Ruhe kann es kein schnelles **Vorankommen** geben“*

Shifu Shi Heng Xiu

Bitte des Shaolin Abt seine Heiligkeit * Shi Yong Xin *

*Der ehrwürdige Abt des Shaolinklosters, seine Heiligkeit Shi Yong Xin, verabschiedete uns (die deutsche Delegation der Shaolin Kulturzentren), nach einer Audienz im Jahre 2012 aus dem Kloster mit einer Bitte. Dieses **Herzensanliegen des Abtes** wurde von mir, da es sich um den Abschluss einer einstündigen Belehrung handelte, auf das wesentliche gekürzt und in folgende Form gebracht:*

„Beim Üben des Shaolin Kung Fu, vernachlässigt nicht das hingebungsvolle Streben nach Weisheit. Lernt dieses und wenn ihr sie erreicht habt, lehrt dieses“.

Abt des Shaolin Tempel, seine Heiligkeit Shi Yong Xin

*Ein weiterer großer buddhistischer Gelehrte und Tulku erklärte mir während einer privaten Belehrung: „**Dharma gehört Niemandem - Dharma ist niemandes Eigentum**“*

*Ergänzend dazu: **Diejenigen die sich im Einklang mit dem Dharma befinden, besitzen die angeeigneten, unverzichtbaren Tugenden.***

Dadurch können Sie, weil sie wegekundig sind, Personen zum und ins Dharma führen. Einzig ihre Sicht und ihr herzliches Geschick bergen die nötigen Zugänge.



Mahakashyapa

Dieser Text wurde auf Bitten der Schülerschaft eigenverantwortlich zusammengestellt und verfasst, um ihnen etwas zu hinterlassen, das den Zugang und das Wissen um das



Buddhadharma verdeutlicht und erleichtert.

Es ist anzunehmen, dass die Aussagen dieses Textes nicht mit den Wunschvorstellungen aller Leser konform gehen werden. Dennoch gibt es die berechtigte Hoffnung, zumindest Einigen einen kleinen Einblick in die Motivation des Shaolin Kung Fu und in den Buddhismus allgemein, sowohl auch speziell in den Chan- Buddhismus, eröffnet zu haben.

*Die Wiedergabe der Aussagen des Buddha erfolgte frei, bezog sich jedoch auf die entsprechenden Dharmatexte. Da alles auf der Grundlage meines eigenen Wissens, meiner Erfahrungen und meiner Erinnerungen aus meinen buddhistischen Studien bei authentischen Meistern und Lehrern beruht und unmittelbar aus dem Gedächtnis niedergeschrieben wurde, oder wie im Falle des * Wu De * ergänzt und umformuliert wurde, ist es durchaus möglich, dass meine Worte der Größe dessen, was sie zu verdeutlichen suchen, nicht immer voll und ganz gerecht werden konnten.*

So dann, ich bitte um Nachsicht !

Dies alles widme ich allen vorangegangenen und zukünftigen Bodhisattvas, möge dadurch eine weitere dies-zeitliche und zukünftige Minderung des Leides der Wesen und höchstes Glück daraus hervorgehen.

Mögen Weisheit und liebende Güte ohne Ausnahme durch alle Zeiten, in alle Richtungen und zu allen Wesen gelangen und sich weiter entfalten, sodass alle Wege im Einklang mit der Wirklichkeit gelebt und vollendet werden.

Möge der Buddha, die Lehre und die Gemeinschaft der Edlen auf allen Wegen solange euer Schutz sein, bis ihr selbst zum Eigenschützer und darüber hinaus zum Beschützer von jedwedem Wesen werdet.

Möge, Kraft der Anstrengung aller Übenden, das Höchstmögliche, die Buddhaschaft, realisiert werden.

Zum Abschluss ein Aufruf eines großen Yogi, der zur Buddhaschaft gelangte:

Findet tätiges Verstehen!

**** O Mi To Fo ****



***Shifu Shi Heng Xiu,
Quierschied, 05.02.2015***

