



THICH NHAT HANH

Das Wunder im Jetzt

Aus dem Englischen von Ursula Richard

O.W. BARTH 

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2015 unter dem Titel
»Inside the Now« bei Parallax Press, Berkeley, California.

Besuchen Sie uns im Internet:
www.ow-barth.de



Deutsche Erstausgabe Februar 2017
© 2015 by Unified Buddhist Church

Für die deutschsprachige Ausgabe: © 2017 O. W. Barth Verlag
Ein Imprint der Verlagsgruppe Droemer Knauer GmbH & Co. KG, München
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk darf – auch teilweise – nur mit

Genehmigung des Verlags wiedergegeben werden.

Covergestaltung: ZERO Werbeagentur GmbH, München

Coverabbildung: malerapaso

Illustrationen: Chinesische Kalligraphie S. 140 vom Hohehrwürdigen Kai Ly;
alle anderen Kalligraphien von Thich Nhat Hanh

Pinselstrichbilder: Shutterstock.com: S. 2, 4, 8, 16–17, 32, 36, 48–49, 50, 59, 65, 70–71, 72, 75, 81, 95, 96, 105, 114,
130, 133, 148, 154–155 optimarc/S. 18, 90, 138–139 Undrey/S. 76, 101 igorstevanovic/S. 117 Roman Samokhin/

S. 121 nomadFra/ S. 145 Tomasz Romski; iStockphoto: S. 56, 88–89 kevinruss/S. 109 graphixel/

Autorenfoto Umschlag: © Dana Gluckstein 2016

Satz: Adobe InDesign im Verlag

Druck und Bindung: Firmengruppe APPL, aprinta druck, Wemding

ISBN 978-3-426-29267-9



*Alles, was du gesucht hast,
ist im gegenwärtigen Moment bereits da.*



Inhalt

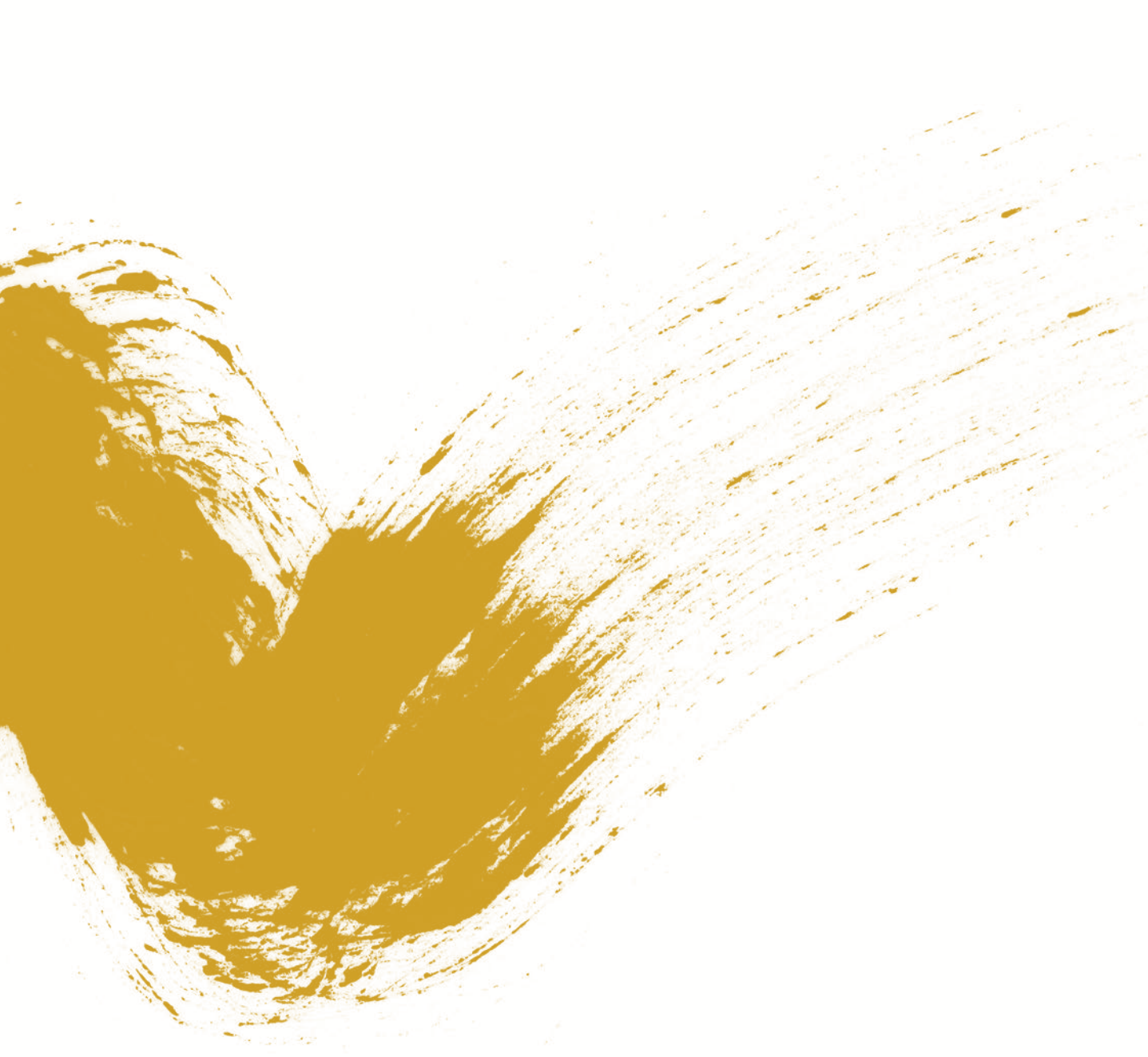


Vorwort 9

Der Weg hinein 19

Jetzt sehe ich 51

Anmerkungen 156



Vorwort





Das Buch *Das Wunder im Jetzt* besteht aus zwei Teilen: der erste ist ein autobiographischer Prolog (*Der Weg hinein*), und der zweite ist eine tiefgründige Kontemplation über Zeit, Liebe und Glück (*Jetzt sehe ich*). Thich Nhat Hanh schrieb dieses Buch im Sommer 2013 während seines Aufenthalts am Europäischen Institut für Angewandten Buddhismus (EIAB) in Waldbröl in Deutschland.

Jetzt sehe ich ist ein längeres Gedicht in freier Versform über die Zeit und darüber, was es bedeutet, vollständig im Hier und Jetzt präsent zu sein. Als Inspiration diente Thay (so wird Thich Nhat Hanh von seinen Schülerinnen und Schülern genannt) eine Reihe von Versen über das Vergehen der Zeit aus dem bekanntesten epischen Gedicht Vietnams, *Die Geschichte der Kiêu*. Ähnlich hat der japanische Zen-Meister Dōgen (1200–1253) für seine große Kontemplation über die Zeit, »Sein-Zeit« (Uji, 有時), Zeilen aus einem älteren chinesischen Gedicht herangezogen.

Für viele Leserinnen und Leser wird dies wohl die erste Begegnung mit der *Geschichte der Kiêu* sein, eine historische Erzählung mit teilweise romantischen und teilweise tragischen Aspekten, die in der mittelalterlichen Welt des Konfuzianismus und der Kriegsherren angesiedelt ist. Es ist die Geschichte einer wunderschönen jungen Frau, die große Liebe erlebt, aber auch gewaltiges Unglück und tiefes Elend erleiden muss. Ihre Liebe und ihr Leiden führen Kiêu schließlich zu einem tiefen Verstehen und einer tiefen Einsicht. Thay hat einige anschauliche Momente aus der *Geschichte der Kiêu* ausgewählt, die etwas Universales über unsere Erfahrung von Zeit, Liebe und Glück enthüllen. In den Anmerkungen finden sich für interessierte Leserinnen und Leser eine kurze Zusammenfassung der *Geschichte der Kiêu* sowie nähere Angaben über den Kontext der Zitate.

Sie wissen vielleicht aus eigener Erfahrung, wie Sie in Augenblicken intensiver Liebe – sei es die Liebe in einer tiefen Freundschaft, die Liebe zwischen Eltern und Kindern oder die Liebe in einer Partnerschaft – das »Jetzt« mit größerer Lebendigkeit und Intensität berühren. Wenn Sie einem geliebten Menschen in die Augen schauen, sie einander ganz nah sind und einander vollständig sehen und erkennen, spüren Sie vielleicht, dass die Zeit stillsteht.

In *Jetzt sehe ich* zeigt uns Thay, wie *jeder* Moment, auch einer, den wir allein auf unserem wundervollen Planeten erleben, dieselbe Intensität und Qualität tiefer Liebe und Verbundenheit haben kann. Jeder Moment ist bereits viel schöner, als wir uns das jemals hätten vorstellen können. Wir müssen nur lernen, das zu sehen.

Jetzt sehe ich beginnt mit der Feststellung, dass es so etwas wie einen Himmel, in dem alles rein und paradiesisch ist, nicht gibt. Thay hat oft gelehrt, dass es ohne Schlamm keine Lotosblume geben kann. Und so können auch wir kein Glück erfahren ohne Leid: Das Glück erwächst aus dem Verstehen und der Transformation des Leidens. Der wundervolle gegenwärtige Moment ist von daher ein Ort, wo wir unser Leiden und unsere Schwierigkeiten umarmen und verstehen können. Thay zeigt uns, wie wichtig es ist, ins Jetzt zurückzukehren, um wahrhaftige Freude zu kultivieren, sich um Leidvolles zu kümmern und Verstehen, Liebe, Mitgefühl und Einsicht zu entwickeln, und dazu nutzt er die ausdrucksstarke Poesie der *Geschichte der Kiêu*, ebenso wie die Gedichte bekannter Zen-Meister sowie seine eigene Dichtung.

Vielleicht hat Thay die *Geschichte der Kiêu* inspiriert, weil das Leiden der Kiêu ihn an das Leiden erinnert, das er und die, die ihm nahestanden, in Vietnam in den Jahrzehnten der Kolonisation, der Besatzung, der Gewalt und des Krieges erlebt haben. *Jetzt sehe ich* ist eine Art Lotos, der aus dem Schlamm jenes Leidens erblüht ist.

Nach Fertigstellung des Manuskriptes *Jetzt sehe ich* schrieb Thay die autobiographische Einführung, die er *Den Weg hinein* nannte. Es ist ein Prequel zu *Jetzt sehe ich*, und er beschreibt darin seine Jahre in Vietnam von 1949 bis zu seinem Exil 1966. In diesen herausfordernden und prägenden Jahren rang Thay als junger Mönch, Dichter, Gelehrter und als jemand, der eine Gemeinschaft aufbaute, damit, in Vietnam einen Buddhismus zu entwickeln, der relevante Antworten auf die Leiden jener Zeit gab.

Thay beschreibt seine tiefe Verbindung zu seinen Mönchsgefährten und Dichtern,

Lehrern, Freunden und Schülern, und wir erfahren, wie sie ihren Geist durch Poesie, Schreiben und die engen Bande der Brüderlichkeit und Schwesterlichkeit nährten und unterstützten. Thay stellt uns einige der Menschen vor, die ihn inspirierten, die ihn unterstützten, aber auch diejenigen, die in den Kriegswirren ihr Leben verloren. Die tiefen Erfahrungen von Lebendigkeit, Liebe und Verlust, wie er sie in *Der Weg hinein* beschreibt, finden ihren Widerschein in seinen Einsichten bezüglich Zeit und Intersein in *Jetzt sehe ich*. In seinem autobiographischen Schreiben zeigt Thay, dass Verstehen, Liebe, Mitgefühl und Einsicht keine abstrakten Vorstellungen sind, sondern Energien, die in realen Lebenssituationen erzeugt werden können, unabhängig davon, wie schwierig diese auch sein mögen.

Thay zeigt uns in *Der Weg hinein*, wie Poesie sowohl ein Lied der Einsicht als auch eine beredte Stimme für einen Wandel sein kann. Als eines von Thays Gedichten 1966 erstmals in *The New York Review of Books* abgedruckt wurde, dominierte es die Titelseite und beförderte eine nationale Diskussion über die schrecklichen Kosten des Krieges. Sein unermüdliches Streben, mutig und ausdrucksstark zu schreiben, dabei manchmal sogar sein eigenes Leben aufs Spiel setzend, kann uns Inspiration sein, Wege zu entdecken, wie wir mit einer spirituellen Stimme zu den Fragen und Problemen unserer eigenen Zeit etwas beitragen können – zu den Herausforderungen durch Krieg und Gewalt, Hass und Diskriminierung und der Zerstörung unseres wunderschönen Planeten.

In den Jahrzehnten nach 1966 hat Thay, ausgehend von seinen Wurzeln im vietnamesischen Zen, äußerst wirkungsvolle Methoden der Achtsamkeit und Meditation

entwickelt, die über nationale Grenzen und solche des Glaubens hinausreichen, um Frieden und Heilung zu berühren und Mitgefühl und Einsicht zu kultivieren. In den 1950er und 60er Jahren war er unermüdlich auf der Suche, in *Jetzt sehe ich* offenbart er in tiefgründiger Einfachheit und großer Eloquenz, wonach er gesucht und was er gefunden hat.

Es gibt keinerlei Trennung zwischen Thays Spiritualität, seiner Dichtkunst und seinem unermüdlichen Streben, sich mit dem Leiden in der Welt zu befassen und es zu transformieren. So wie seine frühen, tiefgründig spirituellen Gedichte und Artikel ein Aufruf für den Wandel in Vietnam waren, so ist auch diese neue poetische Kontemplation *Jetzt sehe ich* ein Aufruf zu einer tiefen persönlichen Transformation für alle, die diesen Text lesen.

Dieses Buch zeigt zwei unterschiedliche Stimmen: die Stimme und Poesie von Thay als junger Mönch in *Der Weg hinein* und die klare und direkte Stimme eines Zen-Meisters in *Jetzt sehe ich*, der uns auffordert, unser Herz zu öffnen, in den Moment einzutauchen und wirklich das Jetzt zu berühren.

Wir hoffen, diese sehr persönliche, intime Reise spiritueller Erkenntnis wird Ihnen einen Weg zeigen, das Jetzt so tief zu berühren, dass Sie zu sehen vermögen, wer Sie wirklich sind, wen Sie wahrhaftig lieben, und Sie gemeinsam das Letztendliche berühren.

Sister True Dedication

