

HANS GOTTLÖB RÜHLE

GEDICHTE

BAND 2

DER TEE-WEG

INDIENREISE - NEPAL - ZEN - HAIKUS

INHALT

INDIENREISE

Besitz

Erlösung

Götterwort

In seinen Göttern verwirklicht sich der Mensch

Leben ist Leiden

Rad des Seins I

Rad des Seins II

Stille

Summertime

Weisheit und Glück

Wenn Du

An Sri Aurobindos Grab

NEPAL

Buddhawort

Erinnerungen an Nepal

Gelassenheit

Kristallberg

Loslassen

Meditation I

Meditation II

Milarepas Botschaft

Nirwana

Sehnsucht nach dem Himalaya

Träume im Himalaya

ZEN

Alter

Aus uns selbst

Barke

Der Himmelsweg

Der Tee-Weg

Die Farbe Blau

Du bist angekommen

Du bist frei

Ende und Anfang

Erfüllung

Frieden

Früher Morgen

Frühlingsmond

Halte inne

Leben I

Leben II

Maiwiesen

Meditation I

Meditation II

Meister Zhuang

Metamorphosen

Nachtigall

Stille des Zen

Tränen

Wenn Du ...

Zen

Zerbrechlich

HAIKUS

INDIENREISE

Besitz

Erlösung

Götterwort

In seinen Göttern verwirklicht sich der Mensch

Leben ist Leiden

Rad des Seins I

Rad des Seins II

Stille

Summertime

Weisheit und Glück

An Sri Aurobindos Grab

Besitz

Was ist Besitz?

Ein Netz über

die Seele geworfen,

das sie am Boden fesselt.

Nichts kannst du

wirklich besitzen.

Drohend steht

der Schatten der Vergänglichkeit

schon hinter dir.

Erlösung

Weder Sieg noch Ruhm,
weder Gut noch Macht,
weder Selbstkasteiung noch Reue,
weder Wohltätigkeit noch Nächstenliebe
vermag deine Seele zu erlösen.

Erlösung ist nur
das ruhige Dahinschreiten
auf dem mittleren Pfad.

Nichts mehr zu wollen,
nichts mehr zu ersehnen,
nichts mehr zu begehren,

das ist Freiheit und
Erlösung zugleich.

Nichts mehr zu tun
führt zum letzten Glück.

Denn so hat Er den Daseinsdurst
und auch den Tod besiegt.

Götterwort

Ohnmächtig ist alles Menschenwerk,
sinnlos jedes Aufbäumen.

Siehe, eure Schicksale sind
anderswo beschlossen,

weit über den Gestirnen,
hinter den Schleiern der Ewigkeit.

In seinen Göttern verwirklicht sich der Mensch

In tiefem Weltgefühl
die Einheit des Daseins suchen. Denn
nur in der Gemeinschaft des Himmels
mit der Erde, mit den ungezählten Pflanzen
und dem Getier findet sich der Mensch.

Und wie aus dem Schoß der Erde
die junge Saat quillt,
so wird aus der Hoffnung der Menschen,
aus ihrer brennenden Liebe zum Leben
das Wesen der Götter stets wiedergeboren.

Denn in seinen Göttern
erkennt sich der Mensch.
Mit sehnsuchtsvollem Ruf erweckt er
stets aufs Neu den Gott des Lebens,
den Gott des Heils und der Ewigkeit.

Er läßt dessen Macht die Welt durchdringen.

In allen Gestaden weht sie, bis
sie den Himmel erfasst.

Erhaben und sicher fühlt sich der Mensch,
vereint hier und dereinst mit seinem Gott.

Im Zusammenklang mit den Gewalten
der Erde und des Himmels,
bis an das Ende seiner Tage.

Rad des Seins I

Kinder gebären,
das Alte vergeht.
Es fallen die Ähren
bevor Neues entsteht.

Das Rad des Seins
dreht alles um,
nach unfassbaren Gesetzen.
Stumm aus dem
Dunkel des Vergangenen
in das
Dunkel der Zukunft.

Ungezählte Schicksale
schwingen mit.
Pflügen, säen
aufbauen, abreißen.
produzieren, verbrauchen.

Träume von Reichtum,
Ehre und Ruhm.
Ein jedes auf der
Suche nach Glück.

Staubkörner wirbelt

das große Rad

auf

im Vorüberrollen.

Sie leuchten voll Wonne,

blinken einen winzigen Augenblick

im gleißenden Licht

der Sonne,

um nach jähem Aufblinken

wieder im schützenden Schoß

ewiger Dunkelheit

zu versinken.

Rad des Seins II

Der Macht steht
keine Gegenmacht
entgegen,
der Gewalt
keine Gegengewalt,
der Rache
keine neue Rache,
sondern Sanftmut,
Abkehr und
Friede.

Nur so wird
das endlos schwingende
Rad des Daseins
zum Stillstand
gebracht.
Nur so findet der
Mensch Ruhe.

Denn
Macht und Gewalt
sind der Anfang
stets neuen Unheils.

Und neues Unrecht
gebiert selbst
die gute Tat.

Stille

Was sind Sonnenstrahlen
und Blütendolden,
was ist Schmetterlingstanz
und Vogelflug,
was die schillernde Schönheit
des stolzen Pfaus?

Sie ist schon jetzt Vergangenheit,
Trugbild und Wahn.
Das Leid steht
inmitten der Freude,
der Schmerz bohrt schon
im lächelnden Gesicht.

So verliert der Weise nichts,
der sich vom ewigen Laufrad löst.

Stille zieht im Herzen ein,
die Ahnung und Freiheit
gebiert.

Summertime

In den Tagen des Sommers
spürst Du den
Flügelschlag der Libellen.

In den Augenblicken
des Sonnenuntergangs
hörst Du Gesang

und ahnst den fernen
Rhythmus des Tanzes.

Weisheit und Glück

Ich bin vieles gewesen in diesem Leben
und habe fast alles erreicht.
Doch eitel war dies. Ich blieb
ohne inneren Wert.

Der Selbstbetrug hat mich
stets weiter getrieben.
Nichts war wirklich
und nichts von Bestand.

„Ich handele“ – dieser Wahn
hat mich vergiftet, gleich einer
schwarzen Schlange Biss.

„Ich bin es nicht, der handelt“ –
Nur durch diese Erkenntnis kann
ich Ruhe finden.

Nichts mehr zu tun, ist Weisheit,
nur noch denken
und erkennen zugleich.

Glück ist, nicht mehr zu suchen,
nicht mehr zu grübeln. Dann findet
selbst das Denken sein End.

Wenn Du ...

Wenn Deine Beine versagen
und Dein Rollstuhl Dich begrenzt

- Dann wandere.

Wandere hinaus mit Deiner ganzen Seele.

Wenn Dein Augenlicht erloschen
und Du im schwarzen Meer ertrinkst

- Dann fliege.

Fliege hinauf zu den Sternen.

Wenn Deine Zunge verdorrt
und die Geschmacklosigkeit Dich ekelt

- Dann genieße.

Genieße mit all Deinen Sinnen.

Wenn die Luft vergiftet
und Deine Lunge verätzt

- Dann atme.

Atme tief, vergiss die Schmerzen.

Wenn Dein Bogen zerbrochen
und Du keine Pfeile mehr besitzt

- Dann schieße.

Schieße mit Deiner ganzen Kraft.

Wenn Dein Liebster verblichen

und Du tief im Eis erstarrt

- Dann liebe.

Liebe heiß mit Deinem ganzen Herzen.

Wenn die Trauer Dein Herz erdrückt,

ihre Krallen Deine Seele zerschneiden

- Sei wohlgemut.

Freue Dich mit Deinem ganzen Sein.

An Sri Aurobindos Grab

Ich denke

Ich plane

Ich ziele.

Doch

Es handelt

Es zeigt Richtung

Es führt mich.

Es gibt uns Hoffnung

Und bringt Erfüllung,

erleuchtet den Weg.

NEPAL

Buddhawort

Erinnerungen an Nepal

Gelassenheit

Kristallberg

Loslassen

Meditation I

Meditation II

Milarepas Botschaft

Nirwana

Sehnsucht nach dem Himalaya

Träume im Himalaya

Buddhawort

Das sich stets neu
erschaffende Leben,
das Innerste des Menschen,
sein begieriges Streben
ist beherrscht von
zwei feindlichen Brüdern:

Licht und Dunkel
Wasser und Trockenheit
Gut und Böse
Glück und Leid
Liebe und Hass
Reich und Arm
Vernunft und Triebe
Leben und Tod.

Doch der Eine bedingt
den Anderen.
Der Eine kann
ohne den Andern
nicht sein.

Als unzertrennliche Brüder
wandern sie durch
der Menschen Tage,
wie zwei Schalen
einer Waage.

Alle Versuche,
einen von ihnen
zu erschlagen,
sind zum Scheitern
bestimmt.

Ruhe findet
nur der,
der die Einheit erkennt
und das Brüderpaar
als ein Geschenk
entgegennimmt.

Erinnerungen an Nepal

Gedämpfte Gespräche
im Frühstückssaal.
Kalt die Nacht,
klar der Morgen.

Morgenröte scheint ins Tal.
Raureif schon zum ersten Mal.
Kaum erwacht,
drängen die Sorgen.

Dunkelheit lag noch über dem Tal
als Buddha erschien.
Seine Weisheit ertrank im
Menschengewimmel.

Das Paradies sei hier,
glaubten einst die Wohlstandskinder.
Sie kiffen ihr letztes
Abendmahl.

Aus verborgenen Klüften,
aus dunklem Himmel
hinter Brahmanendörfern
und Reisterrassen
rinnt ein blutender Strom
von den Götterbergen
zu Kalis Tempel
nieder.

Weine nicht,
selbst wenn Kali im Blut
bis an die Hüften.

Auch du musst das Leben
lassen wie das
Opfertier –
Staubkorn im ewigen Rad
der Wiedergeburten.

Heil dir, wenn
dein Karma eingefangen
im Rauch der Totenfeuer
von Pashupatinath.

Wenn Shiva dir
zu neuem Leiden
kein weiteres Leben
vermittelt hat.

Alte Königspaläste, verlassen.
Gefüllt mit der Touristen Hast.
Die vielen Tempel, geschmückt
und erdrückt von menschlicher Last.

Leben ist Leiden.
Am Rande des Basargewimmels
lächelt Ganesha
dem träumenden Buddha zu.

Wer beide liebt,
kennt keine Eile.
Das Ende kommt noch
früh genug.

Wenn alles vergangen,
vergessen die Massen,
werden draußen
über Reisterrassen

die letzten heiligen Bäume
gelassen lächeln
über der Menschen
vergebliches Streben

in ihrem so kurzen,
begrenzten Leben.

Gelassenheit

Das Wesentliche
bleibt,
das Einfache,
das Elementare.

Das Feuer der Sonne,
das Wasser der Schluchten,
die Feuchte des Nebels,
des Waldes Geruch.

Die Durchsichtigkeit
der Luft
bedeckt die Erde
der Terrassenfelder.

Nur der Duft
des Curry-Reises
aus der Sherpa-Küche
betört noch Shivas Kinder.

Wenn der Schnee glitzert
im blauen Schimmer des Mondes,
wenn der Feuerball über
dem Reisfeld steht,

wenn die Fallwinde die
Gebetsfahnen leeren.
Dann wird der Blick des Alters
über die Jugend streichen.

Dann wird die Gelassenheit
alle Hast mit
dem Fortschritt
ziehen lassen.

Und ihr Lachen wird weit
über die Pässe wandern,
bis nur noch
ein Lächeln

die innere Meeresstille
erfüllt.

Kristallberg

Der Mond
silbrig-kalt an
seiner Unterseite.

Nur der harzige
Duft der
Himalaya-Kiefern
wärmt.

Hunde bellen bei
unserem Vollmondzug
durch die Brahmanendörfer.

An einer Windung
des Weges löst sich
der Kristallberg aus
der Dunkelheit.

Blauer Schimmer.
Ziel einer
langen Suche.

Endpunkt unserer
Wanderung durch
die Zeit.

Am Ziel angelangt,
sind die Täler tief unten
- vergessen.

Loslassen

Erfolgreich im Rampenlicht
die Stufenleitern empor
Glanz und Status
viele Siege
nie zufrieden
stets noch mehr.

Hast du jemals versucht,
deine innere Stille zu finden,
ihrem Klang
zu lauschen?

Wann hast du zuletzt
mit der Löwenzahnwiese
gesprachen,
dem verschwiegenen Bach
deine Probleme erzählt?

Wann den Salbei
gegrüßt und
dem Wasser
gedankt?

Lerne zuerst,
vor dir selbst zu bestehen,
die Wertschätzung anderer zu missachten,
den eigenen Weg zu gehen.

Dann nicht mehr weiter
streben und begehren,
loslassen und
mit der Stille
sanft verwehen.

Meditation I

Wer der Ewigkeit tiefsten Sinn
nicht kennt,
müht sich in vergeblichem
Suchen.

Wer noch zwischen
Annehmen und Verwerfen,
Festhalten oder Loslassen
schwankt,

der ist nicht frei
auf seinem Weg.

Jage nicht nach dem
fortdauerndem Sein.

Mache Halt in
der Leere.

Erst wenn das Einzige
dich findet,
fällt ohne dein Tun
alles ab,
was dich quält.

Meditation II

Sein ist nur eine Form
des Nicht-Seins.

Nicht-Sein ist eine andere
Form des Seins.

Das Eine ist im All wie
das All im Einen.

Vergangenheit und
Zukunft sind eins.

Alles ist mein, vereint im
ewigen Jetzt.

Milarepas Botschaft

Der Stein in deiner Brust
braucht den Winter
wie den Frühling.

Die Auferstehung
braucht den Tod.

Bewusstsein
findet seinen Freund
in der Einsamkeit,
im Winter
seinen Wegbegleiter.

Erfüllung erfährt,
wer Himmel und Hölle,
jede Erfahrung und jedes
Sein durchwandert hat.

Bejahe deshalb alle
Erscheinungen der inneren
und äußeren Welten,

alle Formen des menschlichen
Seins ohne Vorurteil,
ohne Absichten oder Furcht.

So betrittst du
den Zauberberg,
der den dunklen Stein

in einen Bergkristall
zu verwandeln
vermag.

Nirwana

Den Sehenden betört
nicht Pracht noch
Schein.

Weder Glück, noch
Erfolg kann ihm
ein Lächeln
entreißen.

Kein Schmerz peinigt
ihn und kein
Verlust.

Nichts ist mein.

Gereift ist sein Herz.
Sein Geist steht
gleichmütig über der
Welt und ihren Lehren.

Und nichts
berührt
und nichts
versucht
ihn mehr in
seinem Sein.

Sehnsucht nach dem Himalaya

Majestätische Kette der Bergriesen.
Weiß bekrönt. Makellos.
Sitz der Götter.

Sehnsucht, selbst ein Berg
zu sein.

Erhaben,
mit dem Firmament verschwistert,
hoch über dem
Menschengewimmel.

Den Nichtigkeiten des Alltags entrückt,
frei in ferner Unendlichkeit,
gottgleich.

Und doch am Morgen in die Ebenen,
in die verborgensten Täler
blickend.

In den Kessel voll Menschen,
voll von Freuden
und Leid.

Dann und wann einen mahnenden,
einen drohenden Schatten
über sie und ihre grünen
Matten zu legen.

Im Steinbruch von ihnen
geritzt zu werden, gerade
zwischen zwei Zehenspitzen.

Als Teil eines Tempels,
an heiligem Ort für tausend Jahre
zu Mauern gefügt.

So alle Gebete, alle Tränen, alles Leid,
Seufzer und Dank,
miterlebend,
mitfühlend.

Mit-leidend und
doch kalt.
Mitten unter ihnen
und doch fern.

Außen sonnenüberflutet,
monsungepeitscht.

Innen stets dunkel,
stets mystisch und geheimnisvoll.

Im Widerschein der Butterlampen,
verwöhnt vom
Duft der Räucherstäbchen.

Doch hüte dich Mensch
vor mir und
meinem Zorn!

Denn mein Arm
reicht weit bis
in die tiefsten Täler.

Wenn du mich
besitzen wolltest,
versänkest du in
reinem Feuer.

Sehnsucht, selbst ein Berg
zu sein.

Losgelöst von aller Pein
des Lebendigen.

Majestätisch, rein
und
beinahe unsterblich.

ZEN

Alter
Aus uns selbst
Barke
Der Himmelsweg
Der Tee-Weg
Die Farbe Blau
Du bist angekommen
Du bist frei
Ende und Anfang
Erfüllung
Frieden
Früher Morgen
Frühlingsmond
Halte inne
Leben I
Leben II
Maiwiesen
Meditation I
Meditation II
Meister Zhuang
Metamorphosen
Nachtigall
Stille des Zen
Tränen
Wenn Du ...
Zen
Zerbrechlich

Alter

Der Gipfel
überschritten, fern
glänzt der Silbervogel.

Aus Stille wächst
Bedrohung. Der Steg
verschwindet im
Dämmerlicht.

Was meine Träume
mir versprochen.
Als Schmetterlinge
flogen sie davon.

Bin nur ein Teil.
Wie soll das Ganze
ich erkennen?

Blind geworden,
ist doch der Atem
mir geblieben.

Aus uns selbst

Vergebens rennst du,
in Hast verbrennst du,
vor Gier ertrinkst du.

Schreite zwecklos.
Ziele ins Nichts.

Versinke im Nebel
und streichle den Tau.

Denn nur aus uns selbst
erwächst die Blume,
deren Duft die
Nacht bezwingt.

Barke

Der Tod ist
des Lebens steter Begleiter.
Freund und Bruder.

Ein verborgener Strom,
welcher plötzlich mündet
oder versickernd
sein Ziel findet,
sich verliert.

Das Leben ist
eine Barke, die
zum Ursprung,

zur Meeresstille
strebt,
auch wenn deine Hand
sich heute noch an
jede Planke klammert.

Der Himmelsweg

Er streitet nicht
und wird dennoch siegen.

Er redet nicht
und beantwortet doch alle Fragen.

Er wirbt nicht
und wird dennoch verehrt.

Er ist sanft
und gleichwohl klar.

Sein Netz ist weit,
weit sind seine Maschen.

Und dennoch
findet er jeden.

Der Tee-Weg

Anleitung zur Tee-Zeremonie

Konzentration.
Alles Unwichtige aus deinen
Gedanken verbannen.
Versuche, nur das wahrhaft
Wesentliche zu erfassen.

Die Harmonie mit den
Kräften des Himmels
und der Erde
in der Meditation
zu erfühlen.

Das Eigentliche, das Selbst erleben,
bis auf den Grund.

Schließe die Augen
und befreie den Geist
von den Einflüssen
des Alltags und
der Außenwelt.

Finde das Eigene,
das Einfache,
das Nicht-Laute.

Einsinken in die
Schwingende Stille.

Vordringen zum Ewigen
in Ehrfurcht,
in Harmonie,
in Reinheit
und Gelassenheit.

Die Gebrechen der
äußeren Hülle,
die Sorgen und Kummernisse
vergessend,

den Staub des Alltäglichen
aus der Seele spülen.
den Willen bezähmen.

Schöpfe Wasser und
erfülle dein Denken mit
dessen Klarheit.

So wird die Versenkung
in der Tee-Zeremonie
dem bereiten Menschen
Künder und Vorläufer
der inneren Meeresstille
sein.

Die Farbe Blau

Aus der Nacht
kommen wir,
in wogenden Wassern
kämpfen wir,
zum Himmel
streben wir.

Blau ist die Vergangenheit,
blau der Raum,
blau die Zeit und
blau der Äther.

Auf blauen Planeten
werden unsere Träume
geboren,
filigran, tiefgründig und groß.

In Wassergärten
verschlingen sie sich
gleich blauen
Schlangen.

In der blauen Unendlichkeit
zu Botschaftern der Götter
erkoren,
verwehen sie, spurenlos.

Du bist angekommen

Die Nachtigall weiß nicht,
dass sie eine Nachtigall,
aber sie singt
ihre Lieder.

Die Rose schmückt sich
mit Blütenzauber.
Gelassen verschenkt sie
ihre Pracht.

Der Flieder verströmt seinen Duft
im Frühlingswind,
unbekümmert ob der Empfänger
seines betörenden Geschenks.

Suche du nicht weiter
nach deiner Bestimmung,
nach deinem
verlorenen Ich.

Du bist längst
schon angekommen,
stehst einzig
in dieser Welt.

Nimm dich an
wie du bist,
vergleiche nicht,
singe.

Freue dich und
verströme all deine Gaben,
die ein gütiges Schicksal
dir geschenkt.

Du bist frei

Mensch,
dein Ziel ist
allein
der Tod.

Deine Schritte, ob
hastig oder ruhig, ob
gelenkt oder getrieben
steuern stets auf
Ihn.

Mensch,
deshalb bist du
frei,
hast
alle Zeit.

Wir müssen nichts
schaffen,
vollbringen,
erbauen,
beweisen.

Dein Stolz ist
vergebens,
dein Leben
verloren in
ewigem Streben.

Mensch,
du bist frei.
Allein auf dem
Weg
zur Erfüllung,
zum Tod.

Freude und
Gelassenheit mag
dir
Antrieb und Stütze
genug sein.

Ende und Anfang

Jeder Weg hat ein Ende,
doch jedes Ende birgt
einen Anfang.

Jedes Ende bringt
Verlust
und Wehmut.

Aus jedem Anfang
aber wachsen
Hoffnung, Träume und

die Wurzeln
neuer Erfüllung.

Erfüllung

Die Linde hat
Jahrhunderte
gegrünt.

Der Strom schlang
sich durch viele
Schicksale.

Schmetterlinge
gaukelten einen
Sommer lang.

Der Wind
jagte nur
einen Tag.

Doch haben alle
Ihrer Bestimmung
gelebt,

alle
sich selbst
erfüllt.

Frieden

In deinen Fingern hat
sich der Mond gefangen.

Von deiner Stirn weht
der Himmelswind.

Die Gräser haben zu
singen angefangen,

Orions Schwerter
zerbrochen sind.

Früher Morgen

Des letzten Schauers
Rinnsale sind
noch nicht versickert.

Schon steigt aus den
Auen zart der
Nebel

zwischen ersten
Sonnenstrahlen
empor –

Welch ein Morgen!

Frühlingsmond

Im Frühlingsmond tanzen
die Blumenschatten ganz
sacht

zu Lautengesang und
dem Zirpen der
Grillen.

Flötentöne rütteln
am Mond.
Gib acht!

Beim Orgelspiel
wird er
zerspringen.

Halte Inne

Halte inne,
verweile im Jetzt,
meide den Neid.

Sei großmütig,
geben schenkt Glück.
Ertrage Schmach und Leid.

Bade
in Frieden und
Gelassenheit.

Denn bald schon
hat der Tod den
Sieger erfasst,
ebenso wie
den Besiegten,
den Erfolgreichen
wie den
Gescheiterten.

Nur kurz ist
die Zeit,
der Weg ist
nicht weit.

Am Ende gleichen
sich alle.

Jugend

Auch wenn der Abgrund
mit Blüten geschmückt.

Auch wenn ihr heute
noch in Schönheit und Glanz
dem Eros geweiht.

Das Elend des Seins ist
ohne Ausweg.

Ihr seid Rosen gleich, die
dem Regen versprochen aus
Klüften wuchern.

Der Sonne entgegen taumelnd,
doch von Moos schon umfassen.

Vergessend, was gestern geschah
und morgen wieder geschehen wird.

Verzaubert von der
silbernen Scheibe des Mondes,

in winzigem Nachen des
strahlenden Morgenlichts harrend,

das alsbald in
eisigem Hauch aufersteht.

Leben I

Morsches Holz
kann ich nicht
schützen.

Einen Erdwall
nicht
weißen.

Ohne Phantasie
kann ich
nicht sehen.

Ohne Begeisterung
nicht durchs
Leben gehen.

Leben II

Illusion ist
das Leben.

Der Augenblick allein
ist es wert,
gelebt zu werden.

Freue Dich
dieser Stunde

und vergiss,
wie bald der Schein
des silbernen Mondes

über dem Birnbaum
dem unerbittlichen
Tageslicht

weichen
muss.

Maiwiesen

Wolkengebirge
um mich her.

Weißer Schiffe
durchpflügen
lautlos ein
blaues Meer.

Das Grün
der Wiese winkt.
Ein Farbtupfer
sinkt
in meine Kammer.

Stumm ruht
des Tages Jammer
im dunklen
Schoß.

Gedanken
versinken
tief im
Korallenriff.

Und meine
Sehnsucht segelt
fort in
einem weißen Schiff.

Meditation I

Wer der Ewigkeit tiefsten Sinn
nicht kennt,
müht sich in vergeblichem
Suchen.

Wer noch zwischen
annehmen und verwerfen,
festhalten oder loslassen
schwankt,

der ist nicht frei
auf seinem Weg.

Jage nicht nach dem
fortdauernden Sein.

Mache Halt in
der Leere.

Erst wenn
das Einzige
dich findet,

fällt ohne dein
Tun alles ab,
was dich quält.

Meditation II

Sein ist nur eine Form
des Nicht-Seins.

Nicht-Sein ist eine andere
Form des Seins.

Das Eine ist im All wie
das All im Einen.

Vergangenheit und
Zukunft sind eins.

Alles ist mein, vereint
Im ewigen Jetzt.

Meister Zhuang (Zhuangzi)

Sei wie ein Spiegel.

Er sieht, er erkennt

und hält doch nichts fest.

Geben lässt

die Seele schweben

wie dein Spiegelbild.

Darum sei mild

mit dir und all

den andern,

die auf ihrem

Weg an dir

vorüber wandern.

Metamorphosen

Ewiger Kreislauf
der Verwandlungen.

Jahreszeiten gehen.
Muss es schon
wieder Winter werden?

Soll mein Leben
verwehen, nur ein
Traum gewesen sein?

Er
jagt nicht
nach dem Leben.

Er
fragt nicht nach
wieso, warum.

Er
nimmt den Kreislauf
wie er ist.

Fügt lächelnd
sich, geht schließlich
mit Gelassenheit.

Nachtigall

Den Becher trink ich
bis zur Neige.

Ich lebe.
Heute und im Gestern.

Leise fließt der Sand.
Ich spüre ihn kaum.

Reif hat meinen
Bart überzogen.

Der Lorbeer im Haar
ist welk.

Im Mondschein taumelnd
suche ich

die verstummte
Nachtigall.

Stille des Zen

Im Hof liegen ringsum noch
die gefallenen, gelben Blätter
des grazen Ginkobaumes.

Noch hat kein Tritt
die Erde geweckt,
kein Fuß
das Gras zertreten,

kein Schreiten
den Tau verwischt.

und Stille
ist in mir
eingekehrt.

Tränen

Wisch sie nicht weg!

Auf den alten
Fensterscheiben
der Rauchmühle

lass noch ein
Weilchen die
Regentropfen glitzern,

gleich den Tränen
auf meinen Wangen.

Wenn Du ...

Wenn deine Beine versagen
Und dein Rollstuhl dich begrenzt

- Dann wandere.

Wandere hinaus mit deiner ganzen Seele.

Wenn dein Augenlicht erloschen
Und du im schwarzen Meer ertrinkst

- Dann fliege.

Fliege hinauf zu den Sternen.

Wenn Deine Zunge verdorrt
Und die Geschmacklosigkeit dich ekelt

- Dann genieße.

Genieße mit all deinen Sinnen.

Wenn die Luft vergiftet

Und deine Lunge verätzt

- Dann atme.

Atme tief ganz ohne Schmerzen.

Wenn dein Bogen zerbrochen
Und du keine Pfeile mehr besitzt

- Dann schieße.

Schieße mit deiner ganzen Kraft.

Wenn dein Liebster verblichen

Und du tief im Eis erstarrt

- Dann liebe.

Liebe heiß mit deinem ganzen Herzen.

Wenn die Trauer dein Herz erdrückt

Ihre Krallen deine Seele zerschneiden

- Sei wohlgenut.

Freue dich mit deinem ganzen Sein.

Zen

Frühmorgens
wenn die Kühle der Luft,
wenn die Perlen des Taus
mit den Strahlen der Sonne
noch streiten,
- Atme!

HAIKUS

Auf der Höhe dort
Beim Straßenkehren
Bewahre sie
Den Nebel lieb ich
Der Frost singt leise
Der Herbstwind fegt
Grün sein
He Regenpfeifer
Herbstmond
Hier und doch schon fern
Ich sah die Wildgänse
Ihr mögt mich nicht
Im Mondlicht spielen
Krähen am Himmel
Meer vor weißem Karst
Meine Ängste ziehn
Mond hinter Schleiern
Nächtlicher Regen
Peitschender Regen
Rauch steigt steil
Rosmarin blüht blau
Septemberregen
Spätsommersonne
Streichle den Beton
Verbrannter Weinstock

Auf der Höhe dort
habe ich dich gesehen.
Reif glänzte im Bart

Beim Straßenkehren
lausche ich dem Gesang der
Amsel im Frühling

Bewahre sie im
irdenen Gefäß, denn der
kalte Wind raubt sie

Den Nebel lieb ich
bald zieht Schnee durchs Tal
Kraniche rufen

Der Frost singt leise
Gang durch jungfräulichen Schnee
Die Krähen stöhnen

Der Herbstwind fegt den
jungen Nebel über die
verblühten Steine

Grün sein, stark und kühn
Kiefer im Fels, auch wenn der
Himmel voller Schnee

He Regenpfeifer
Im Traum siehst du mehr als ich
Wo fliegst du heut Nacht?

Herbstmond wirft heimlich
der Erle ein Lächeln zu:
Wir sehn uns wieder!

Hier und doch schon fern.
Leichter als Pflaumenblüten
Weht die Zeit vorbei

Ich sah die Wildgänse ziehn
hoch am Himmel fort.
Nach Freiheit duftet die Nacht

Ihr mögt mich nicht. Doch
im Frühling, wenn ich weg bin,
vermisst ihr mich.

Im Mondlicht spielen
Kinder mit Schmetterlingen.
Stumm die Schatten stehn

Krähen am Himmel
Glockentöne zerbrechen
die Stille der Nacht

Meer vor weißem Karst
Olivenhaine locken.
Warum bluten sie?

Meine Ängste ziehn
rastlos wie wilde Gänse
hoch in den Wolken

Mond hinter Schleiern.
Ferner Gesang der Zecher.
Eichkätzchen träumen

Nächtlicher Regen
schwemmt meine tiefe Schwermut
zum Tanzplatz hinab

Peitschender Regen
gefügig dem wilden Sturm.
Nur die Mauer trotzt

Rauch steigt steil empor
Schnee frisst meine Müdigkeit.
Der Berg schreit nach mir

Rosmarin blüht blau.
Schwarz-graue Wolken drohen
überm Meer und mir

Septemberregen

die ganze Welt wie ein Schwamm,

verpackt in Wolken

Spätsommersonne

spielt mit dem reifen Meister

und seinen Werken

Streichele den Beton

Gesang der Schmetterling

tönt und stimmt ihn weich

Verbrannter Weinstock.

Schon blühen Osterglocken,

Häuser menschenleer

Alphabetische Gedichtübersicht

Alter

An Sri Aurobindos Grab

Auf der Höhe dort

Aus uns selbst

Barke

Beim Strassenkehren

Besitz

Bewahre sie

Buddhawort

Den Nebel lieb ich

Der Frost singt leise

Der Herbstwind fegt

Der Himmelsweg

Der Tee-Weg

Die Farbe Blau

Du bist angekommen

Du bist frei

Ende und Anfang

Erfüllung

Erlösung

Erinnerungen an Nepal

Frieden

Früher Morgen

Frühlingsmond

Gelassenheit

Götterwort

Grün sein

Halte inne

He Regenpfeifer

Herbstwind

Hier und heute

Ich sah die Wildgänse

Ihr mögt mich nicht

Im Mondlicht spielen

In seinen Göttern

Krähen am Himmel

Kristallberg

Leben I

Leben II

Leben ist Leiden

Loslassen

Maiwiesen

Meer vor weißem Karst

Meditation I

Meditation II

Meine Ängste ziehn

Milarepas Botschaft

Mond hinter Schleiern

Nachtigall

Nächtlicher Regen

Nirwana

Peitschender Regen

Rad des Seins I

Rad des Seins II

Rauch steigt steil

Rosmarin blüht blau

Septemberregen

Spätsommersonne

Stille

Stille des Zen

Streichle den Beton

Summertime

Sehnsucht nach dem Himalaya

Tränen

Träume im Himalaya

Verbrannter Weinstock

Wenn Du

