

Die heilende Kraft der Leerheit





James Low



Die heilende Kraft der Leerheit

Eine Anthologie von
Dzogchen-Texten

Zusammengestellt von João Vale Neto
Aus dem Englischen von Lea Pabst



Wandel Verlag berlin 2025



edition khordong
Band 35

Die portugiesische Erstausgabe erschien 2022 unter dem Titel:
»O Poder Curativo da Vacuidade: Coletânea de Textos Dzogchen« bei
Meditando Junto Editora, Recife, 2022

Ein herzliches Dankeschön an Ilka Klapprott, Robert Jaroslowski, Eva Katrin Yahoual und Gerhard Haberhauer für ihre sorgfältige Durchsicht der deutschsprachigen Übersetzungen. Ein besonderer Dank gilt Barbara Terris für die Vorbereitung der englischen Vorlagen und ihren unermüdlichen Einsatz, um James Lows Worte in die Welt zu tragen.

ISBN: 978-3-942380-36-2

1. Auflage 2025

© 2025 der deutschsprachigen Ausgabe **WANDEL VERLAG** berlin

© 2009 – 2022 James Low <http://www.simplybeing.co.uk/>

Alle Rechte der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Verbreitung und Wiedergabe jeglicher Art, ob mechanisch, elektronisch oder anderweitig, auch jetzt noch unbestimmt, sind vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur nach vorhergehender schriftlicher Genehmigung durch den Verlag.

Korrekturat: Gerhard Haberhauer

Lektorat, Gesamtgestaltung und Satz: Andreas Ruft, Berlin

Gedruckt in Berlin auf FSC zertifiziertem 100% OBA-, säure-, chlor- & holzfreiem, recycle- und biologisch abbaubarem alterungsbeständigem Papier. Wir unterstützen NatureFund beim Pflanzen von Bäumen (105WN).

edition khordong ist eine Publikationsreihe begründet im Khordong e.V., inspiriert von Chimed Rigdzin Rinpoche (1922-2002) und veröffentlicht beim **WANDEL VERLAG** berlin. Bitte besuchen Sie unsere Webseiten:

Web: khordong.net wandel-verlag.de tsagli.pictures

Mail: edition@khordong.net mail@wandel-verlag.de



Wandel Verlag berlin 2025

Inhalt



Vorwort	7
1 Wie du schaust, zeigt was du siehst	11
Das Sieben-Zeilen-Gebet	16
2 Nationale Identität, persönliche Identität und die Buddha-Natur	25
3 Das Wunder des Seins.....	47
4 Ursprüngliche Freiheit	69
5 Im Reinen mit sich selbst.....	143
6 Die heilende Kraft der Leerheit	181
Das Herz-Sutra.....	216
Die Juwelen-Wolke.....	220
7 Die eigentliche Reinheit der Verdunkelungen: Eine Dzogchen Sichtweise.....	225
Dank und Quellenangaben.....	232
edition khordong.....	234

Vorwort



von James Low

IM LEBEN UNBEWUSST ZU SEIN BEDEUTET zu ignorieren, wie unser Leben tatsächlich ist. Wir wachsen heran, beeinflusst von den unterschiedlichen Vorstellungen, die Eltern, Lehrer und Freunde von unserem eigenen Potenzial haben. Wir machen uns Gedanken über uns selbst und darüber, wie wir unseren Platz in der komplexen Welt um uns herum finden können. Nachdem wir ein Gefühl eigener Identität entwickelt haben, müssen wir diese dann angesichts vieler Herausforderungen erhalten. Im Laufe der Jahre schmieden wir viele Pläne, so viele Träume von einer möglichen Zukunft. Einige gehen in Erfüllung, und obwohl sich viele andere nicht erfüllt haben, werden wir uns wahrscheinlich weiterhin neue Möglichkeiten ausmalen.

Der Buddha wies darauf hin, dass diese ganze geistige Aktivität der Vorstellung, Planung und Steuerung von Ereignissen wie ein Traum ist ... Es passiert so viel, doch bereits im Augenblick seines Auftauchens beginnt jedes Ereignis schon zu schwinden. All die vielfältigen Aktivitäten unseres Körpers, unserer Stimme und unseres Geistes sind ein sich ständig wandelnder Strom vergäng-

licher Momente. Sehnen wir uns auch nach Stabilität und Sicherheit, so liegt es in der Natur des Lebens, dass wir tagtäglich mit Instabilität und Unsicherheit konfrontiert sind.

Die Kapitel dieses Buches bieten neue Wege die Möglichkeiten unserer Situation zu erkennen. Sie zeigen, dass die schlichte Gegenwärtigkeit, welche all unseren Erlebnissen zugrunde liegt, uns eigentlich immer nahe ist – ganz gleich wie es uns geht. Indem wir uns entspannen und für unsere innere Weite öffnen, lösen wir uns von Voreingenommenheiten und sehen uns und unsere Welt in einem neuen Licht. Das Leben wird leichter, intuitiver und spontaner und wir fühlen, wie der Fluss der Ereignisse uns erfrischt.

Ich danke Lea Pabst für ihre sorgfältige Übersetzung dieses Buches ins Deutsche und allen anderen daran Beteiligten, insbesondere Andreas Ruft, der so viele Projekte über so eine langen Zeitraum betreut und ermöglicht. Zusammenarbeit und Geduld ist der Schlüssel.

Ich hoffe, das Buch wird dich dazu ermutigen locker zu lassen, sich von Mutmaßungen zu lösen und zu erwachen zu der einfachen Schönheit dessen, wie du bist.