



Fred von Allmen
**Buddhas Tausend
Gesichter**
Legenden und Lehren
Erleuchteter

edition steinrich 2012
Hardcover, 296 Seiten
ISBN 978-3-942085-26-7
Euro 22,50

Ein wunderbar „altmodisches“, gar nicht dem aktuellen Zeitgeist folgendes Buch war mein erster Eindruck, als ich „Buddhas Tausend Gesichter“ von Fred von Allmen in die Hand nahm. Darin erzählt der bekannte Schweizer Meditations- und Dharmalehrer Lebensgeschichten von Praktizierenden aus dem Theravada- und dem Tibetischen Buddhismus. Er beschreibt u. a. das Leben des Buddha und seiner Weggefährten, stellt die ersten Nonnen vor, die Meister des Großen Mitgefühls (Asanga, Shantideva und Atisha), berichtet von den furchtlosen weisen Frauen Tibets, von Patrul Rinpoche und Je Tsongkhapa und schließlich von Anagarika Munindra und der mit ihm verbundenen Wiederentdeckung der Erkenntnis-Meditation. Es ist dem Autor ein wichtiges Anliegen zu zeigen, mit welcher Hingabe und welcher Beharrlichkeit sich alle diese Menschen dem Weg der Befreiung gewidmet haben und dass es diese wohl auch braucht, um wirklich spirituell zu wachsen. Hat man vielleicht die Vorstellung, mal einen Meditationskurs hier, mal einen dort zu besuchen, könne zur Erleuchtung reichen, wird man nach Lektüre dieses Buches doch etwas demütiger. Auf geschickte Weise verknüpft Fred von Allmen die zentralen Lehren der Porträtierten mit ihren Biografien, sodass die Leserinnen und Leser auch eine gute Einführung in die buddhistische Vorstellungswelt und Praxis erhalten.

Anna Pesch