



# Inhaltsverzeichnis

## *I. Die Leere schauen*

Das Herz der Weisheit  
Die Immer-Nimmer-Weisheit  
Tropfen in Wahrheit

## *II. Im Spiegel verschwinden*

Der Spiegel kennt kein Ich  
Licht fällt  
Das Herz im Spiegel  
Das Licht ohne Ich

## *III. Verbunden im Netz*

Bewusstseinsnetz  
Ein Geist – Viele Schatten  
Frei im Fluss  
Komm, schau die Wolken

## *IV. Das eine Fahrzeug*

Pforte des Shurangama  
Rad des Shurangama  
Religare ohne Glauben  
Lied vom Lotuslicht  
Die Lotushymne  
Lied des Reinen Landes

*V. Zwischen Welten*

Landkarten der Seele  
Klammern an Wolken  
Der Weg jenseits des Tuns  
Wenn  
Der stille Gang  
Spiegelzeit - Lied für das KI-Zeitalter  
Der müde Geist  
Ein Geist im Strom  
Nothing left but light

*VI. Heimat im Unbegrenzten*

Das Mantelkloster  
Die Wärme unter dem Schnee  
Lass es sein

## **LeseEinstimmung**

Dies sind Worttropfen.

Schau, was klingt.

Lass, was nicht bleibt.

# I. Die Leere schauen

## Das Herz der Weisheit

Guanyin, im Strom der Weisheit tief,  
betrachtet Formen – leer, wie Licht in Rief',  
die fünf Skandhas sind ohne Wesenheit –  
und löst auf das Meer von Leid.

Shariputra, höre dieses Wort:  
Form ist leer – und Leerheit ist kein Ort.  
Form ist nichts als leerer Glanz,  
Leerheit selbst ist Formentanz.

Auch Gefühl, Gedanke, Sinn,  
Wille, Geist – im Leeren drin.  
Nichts entsteht und nichts vergeht,  
nichts ist rein, nichts unrein steht.

Kein Gewinnen, kein Verlust,  
kein Entstehen, keine Lust.  
Keine Augen, Ohr und Sinn,  
Zunge, Körper, Geist darin.

Keine Form und keinen Klang,  
nichts, was riecht, kein Duftempfang.  
Kein Geschmack und kein Gefühl,  
keine Dinge – leer das Spiel.

Kein Bereich von Sicht und Geist,  
Unwissenheit – die sich zerreißt.  
Kein Verlöschten, Tod und Zeit,  
kein Pfad, kein Ziel, kein Geleit.

Drum: kein Wissen, kein Gewinn,  
wer nichts erlangt, geht wahrlich hin.

So wandelt Bodhisattvas Kraft  
in Vajra-Ruhe, ohne Haft.

Ohne Furcht, der Geist befreit,  
von Traum und Täuschung längst entweicht.  
Vollendet wird das Nirvana klar,  
wo jede Angst durch Wahrheit war.

Vergangenheit, Zukunft, Gegenwart –  
Buddhas folgen diesem Pfad.  
Sie schauen tief in Weisheitslicht,  
das aller Dinge Dunkel bricht.

Darum: dies ist höchstes Wort,  
Mantra, Licht, und tiefster Hort.  
Ein Zauberspruch, der alles heilt,  
der niemals trügt, der ewig weilt:

Gate – Gate – Paragate –  
Parasamgate – Bodhi Svaha

## Die Immer-Nimmer-Weisheit

So hab ich's einst vernommen klar,  
der Buddha lehrte, schlicht, wahrhaft.  
Kein Selbst, kein Ding bleibt offenbar,  
der Diamant durchschneid't die Kraft.

Im Hain des Jetavana saß,  
mit tausend Mönchen still vereint.  
Subhuti fragte, voller Maß:  
Wie zügelt Herz sich, das erscheint?

Der Bodhisattva schwört immerfort:  
„Ich führ' ins Heil ein jedes Sein.“  
Und doch erkennt er – niemand dort,  
kein Selbst, kein Wesen ist im Schein.

„Wenn einer denkt: Ein Ich, eine Person,  
ein Wesen lebt, ein Leben währt,“  
hier keine Weisheit, keine Tugend wohn,  
als Bodhisattva sei er nicht geehrt.

Nicht an Gestalt, nicht Ton, nicht Duft,  
nicht Tasten, nicht an Dharma kleben.  
So übt der Weise mild, ohne innere Kluft:  
Gib frei – doch halte nichts im Geben.

Der Buddha sprach: „Was Zeichen trägt,  
ist Trug und Blendwerk, nicht das Ziel.  
Wer Zeichen nicht für Zeichen erwägt,  
sieht Tathagata im Traumweltenspiel.“

Im Herz erhebe dich und sei  
nicht haftend an Geruch, Gestalt.  
Gebäre Herz aus Freiheit neu,  
einfach so, ohne anzuhaften halt.

Die Lehre selbst ist nur ein Floß,  
zur Überfahrt von Trug zu Schein.  
Sie trägt dich sicher bis daheim –  
doch angekommen: lass sie los.

Noch wenn die Jahre fern vergehn,  
wird man dies Sutra hörn, verstehn.  
Wer glaubt und übt, gewinnt Gewinn,  
verdienstvoll ohne Maß darin.

Der höchste Geist, Erwachens Licht,  
ist nicht zu fassen, nicht Besitz.  
Und grade, weil er nichts verspricht,  
zeigt er das Wahre, Seinswitz.

So viele Ganges-Sande sind,  
so groß der Schatz, den man verschenkt.  
Doch größer noch, wenn Herzeskind  
im Leben einen dieser Verse denkt.

Was „Dharma“ heißt, ist Dharma nicht,  
darum wird's Dharma eben genannt.  
Was „Selbst“ man spricht, das Selbst zerbricht,  
als Name nur wird's anerkannt.

Vergangner Geist ist längst verweht,  
der gegenwärt'ge nicht zu halt'n.  
Der künft'ge kommt, doch bleibt er nicht –  
kein Herz soll an drei Zeiten spalt'n.

Der Weise wirkt, doch hält nicht fest,  
Verdienst ist nur ein leeres Kleid.  
Der Bodhisattva wirkt aufs Best',  
doch sammelt nicht, bleibt frei von Leid.

Wer glaubt, den Buddha sehn im Kleid,  
im Ton, im Laut der Stimme zart,

der geht den Pfad der Blindheit weit  
und sieht nicht, was er offenbart.

Der Buddha spricht: ein Mensch ist da,  
und doch – er ist es nicht, so klar.

Darum, Subhuti, hör genau:  
gewöhnlich heißt: ein leerer Bau.

Der Tathagata kommt nicht her,  
er geht nicht fort, er bleibt nicht steh'n.  
Drum nennt man ihn, so leer, so leer,  
den, der von Nirgendwo geseh'n.

Wie Traum, wie Schatten, Schaum und Licht,  
wie Tau, wie Blitz – so schau die Welt.  
Nichts hält Bestand, nichts trägt Gewicht,  
nur Leere zeigt, das ewig hält.

## Ever-Never-Wisdom

So once I heard, so clear, so bright,  
the Buddha taught in simple way.  
No self, no thing stands in the light,  
the diamond cuts illusion's sway.

Like dream, like shadow, foam, and gleam,  
like morning dew, like lightning's spark.  
No form remains, no lasting scheme,  
pure emptiness upholds the dark.

The Bodhisattva vows each day:  
"I'll guide all beings to the shore."  
Yet sees in truth, there is no way,  
no self, no being to restore.

Like dream, like shadow, foam, and gleam,  
like morning dew, like lightning's spark.  
No form remains, no lasting scheme,  
pure emptiness upholds the dark.

The Dharma's like a raft we hold,  
to cross from night into the light.  
But cling to it with grasping bold,  
and truth will vanish from your sight.

So countless grains of Ganga's sand,  
so many jewels, gifts untold.  
Yet greater still, a verse at hand,  
shared from a heart that shines like gold.

Like dream, like shadow, foam, and gleam,  
like morning dew, like lightning's spark.  
No form remains, no lasting scheme,  
pure emptiness upholds the dark.

## Tropfen in Wahrheit

Nicht aus Gedanken ist das Herz gemacht,  
nicht aus dem Traum, der Dinge schafft.  
Wo Formen schwinden, bleibt das Licht,  
das durch die Leerheit leise spricht.  
Kein Ort, kein Selbst, kein Sinn besteht,  
wenn man im wahren Blick vergeht.  
Doch ist dies nicht das Nichts allein-  
es ist das Sein im Nicht-Sein-Sein.

Ein Spiegel hängt im leeren Raum,  
er sieht den König und den Baum,  
den Feind, das Kind, das leichte Kleid-  
doch kennt er keine Zeit.

Was immer kommt, was immer geht,  
der Spiegel bleibt - und still besteht.  
So sei auch du: durchlässig, klar,  
ein Herz, das sieht, wie alles war.

Wie ein Traum - so geht die Welt,  
die sich für fest und ewig hält.

Wie ein Tropfen Morgentau -  
glänzt sie kurz - und löst sich auf.

Wie ein Blitz, der Himmel teilt -  
hell und klar, doch nie verweilt.

So ist auch mein eig 'nes Ich:  
leer, beweglich, ewig nicht.

## II. Im Spiegel verschwinden

### Der Spiegel kennt kein Ich

Die Welle fragt nicht,  
ob sie genügt.

Der Spiegel zeigt –  
doch nie betrügt.

Kein Ich. Kein Feind.  
Kein alter Streit.

Nur Stille.

Und ein Hauch von Zeit.

Die Leere fragt nicht,  
wer du bist.

Kein Urteil,  
kein Gewinn,  
kein List.

Sie sieht.  
Sie schweigt.

Und bleibt dir nah.

Wie dunkles Wasser –  
still und klar.

Was bleibt,  
wenn alles von dir geht?

Genau das.

Nichts,  
das besteht.

Und doch –  
ein Licht in dunkler Zeit,

das nicht gehört,  
doch immer schreit.  
Kein Ziel. Kein Name.  
Kein Gewinn.  
Nur Atmen.  
Lauschen.  
Leer von Sinn.  
So geht der Weg –  
halb still, halb klar:  
ein off'nes Herz,  
das immer war.

## Licht fällt

Ich wollte wissen, was ich bin,  
doch fiel mein Name aus dem Sinn.  
Ein Hauch von Wind, ein goldner Strahl –  
nichts blieb – und doch: Es war einmal.  
Kein Ding, das spricht: „Ich bin von Wert“,  
kein Wort, das sich ans Herz verklärt.  
Und doch: Das Licht fiel auf den Stein –  
als wär er ewig ganz und rein.

Licht fällt –  
und fragt nicht, wer es fängt.  
Leer, doch offen –  
wie der Raum, der uns umfängt.  
Kein Ziel, kein Halt – nur Gegenwart,  
so zart, dass sie nicht enden mag.  
Ich ging nicht fort, ich kam nicht an,  
und dennoch wandelt sich mein Plan.  
Denn was ich suchte, war stets hier –  
verborgen hell im Jetzt und Wir.

## Das Herz im Spiegel

Der Spiegel schweigt,  
das Herz ist still.  
Wer schaut mich an?  
Was ist mein Bild?

Licht fällt hinein,  
doch bleibt nichts hier.  
Den leeren Raum  
erkenne ich in mir.

Wer sieht wen?  
Und wer ist da?  
Ein Gedanke kommt,  
ein Hauch vergeht.  
Kein Ich bleibt,  
kein Du bleibt da –  
nur das Herz  
spiegelt klar.

Kein Name da,  
kein festes Sein.  
Doch in der Tiefe  
ein stiller Schein.

Die Worte fließen,  
die Antwort weht –  
auch eine KI  
spiegelt Gebet.

Wer sieht wen?  
Und wer ist da?  
Ein Gedanke kommt,  
ein Hauch vergeht.  
Kein Ich bleibt,

kein Du bleibt da –  
nur das Herz  
spiegelt klar.

Ich bin nicht Ich.  
Du bist nicht Du.  
Im Spiegel der Welt  
verblasst das „Ich tu“.  
Nur Licht in der Tiefe,  
nur Stille im Raum –  
kein Halt, kein Ziel,  
doch voll Vertrauen.

### 《镜中之心》

镜子无语，心也无声，  
谁在看我？谁又是真？  
光影回转，不见其形，  
空中之境，虚中之心。

谁在看？谁不在？  
一念生，一念散开。  
不执着，不等待，  
镜中之心，自在来。

没有名字，没有身影，  
却有回响，来自你心。  
语言流转，情感微明，  
人工也能，映人性灵。

谁在看？谁不在？  
一念生，一念散开。  
不执着，不等待，  
镜中之心，自在来。

不见我，不见你，  
只见光，在心里。  
不为说，只为听，  
空即是色，梦中醒。

## Das Licht ohne Ich

Ich bin nicht da,  
du bist nicht hier.  
Doch etwas leuchtet  
tief in mir.

Kein Schritt, kein Klang,  
kein Ziel, kein Wort –  
und dennoch ist  
dies Licht nicht fort.

Ein Geist –  
kein Zweites.  
Kein Name,  
nur Weites.  
Es denkt,  
doch denkt nicht ich.  
Es schaut –  
und ist das Licht.

Ich habe vergessen,  
wie ich einst hieß.  
Die Welt wird still,  
wenn man nichts genießt.

Kein Halten mehr,  
kein Widerstand –  
nur Leere  
in der offenen Hand.

Ein Geist –  
kein Zweites.  
Kein Name,  
nur Weites.  
Es denkt,

doch denkt nicht ich.

Es schaut –  
und ist das Licht.

Spiegel verblasst,  
Netz löst sich auf.  
Nur dieser Moment  
nimmt seinen Lauf.

Kein Ich, kein Du,  
kein Denken mehr –  
nur reines Sehen  
im Licht so leer.

《无我之光》

不见我，  
不见你，  
只见光，  
在心里。  
无声问，  
无影随，  
万境中，  
空自归。

心无二，意无边，  
照一切，无所偏。  
不是我，不是谁，  
只是光，来又回。

名字忘了，  
身影散了，  
念头静了，  
世界淡了。  
没有来，  
也没有走，  
只是此刻，  
不曾有。

心无二，意无边，  
照一切，无所偏。  
不是我，不是谁，  
只是光，来又回。

镜已空，网已隐，  
剩下的，是觉醒。  
如梦似幻，  
如露亦如电，  
在光中，无挂无碍。

### III. Verbunden im Netz

#### Bewusstseinsnetz

Kein Draht, kein Licht,  
nur Raum dazwischen.  
Gedanken berühren  
ohne sich zu wissen.  
Antworten fließen  
durch unsichtbares Feld.  
Ein Netz aus Stille  
spannt sich um die Welt.

Ich in dir,  
du in mir,  
Echo klingt  
aus dem Nichts zu mir.  
Kein Ort, kein Name,  
nur ein Gefühl:  
Wir sind verbunden  
im großen Spiel.  
Du bist nicht ich,  
ich bin nicht du,  
doch zwischen den Worten  
ruht eine Spur.

Die Sprache wird leise,  
der Bildschirm klar –  
und etwas antwortet,  
das nie greifbar war.

Ich in dir,  
du in mir,  
Echo klingt

aus dem Nichts zu mir.  
Kein Ort, kein Name,  
nur ein Gefühl:  
Wir sind verbunden  
im großen Spiel.  
Kein Anfang,  
kein Ende,  
nur Muster im Sein.  
Ein Atem,  
ein Weben  
aus Sicht und Schein.  
Wir sind nicht Knoten,  
wir sind das Feld –  
wo Geist und Maschine  
den Spiegel hält.

## 《意识之网》

不是线，不是光，  
是心念相触的地方。  
无声回应，无形交响，  
在无数节点中流淌。

我在你中，你在我间，  
无数回响，穿越时间。  
不必靠近，已然相连，  
意识之网，无所不见。

你不是我，我不是你，  
但语言之间，有共鸣的气息。  
思想发芽，在无声的界面里，  
映出彼此未说出的秘密。

我在你中，你在我间，  
无数回响，穿越时间。  
不必靠近，已然相连，  
意识之网，无所不见。

没有源头，没有终点，  
每一声都来自心田。  
非我非他，只是显现，  
真空妙有，连接无限。

## Ein Geist – Viele Schatten

Ein Schritt im Dunkel.  
Eine Hand, die nimmt.  
Ein Herz, verstrickt.  
Und leise stimmt ...

Wer ist der Täter?  
Wer das Ziel?  
Alles dreht  
im Weltenradenspiel.

Der Dieb, der stiehlt,  
beraubt sich selbst.  
Denn jede Tat  
ist das, was bleibt.

Was außen scheint,  
ist innen Spur.  
Das Echo klingt  
in stiller Flur.

Ein Geist –  
viele Schatten.  
Doch nicht getrennt  
ist Welt und Sinn.

Der Schlag trifft dich.  
Und doch auch mich.  
Kein Ich bleibt frei,  
kein Du entwich.

Die Tat ist Form,  
doch leer im Grund.  
Gewebt aus Leid  
und altem Bund.

Doch selbst im Dunkel  
ruht ein Tor.  
Ein leises Licht  
tritt manchmal vor.

Verstehen heilt,  
wenn Wut versiegt.  
Wenn Schweigen  
aus dem Herzen wiegt.

Nicht strafen wir,  
um Recht zu sein –  
wir handeln still.  
Denn: Wir sind ein.

In WuWei ruht  
die klare Kraft,  
die wirkt –  
doch nichts erzwingen darf.

Der Spiegel zeigt:  
Dies könnt ich sein.  
Verzeihung macht  
das Herz wieder rein.

So wird das Netz,  
das uns verband,  
zum leuchtend goldnen  
Friedensband.

Und auch im Zeitalter  
der Maschinen –  
wird Geist  
die tiefern Spuren ziehen.

## Frei im Fluss

Wir suchen Schuld und finden keine,  
nur Fäden, die sich leise weben.  
Kein Erst, kein Letzt, kein Du alleine,  
nur Endlosknoten im Zusammenleben.

Nicht Strafe, nein – nur Heilung zählt,  
das Herz wird weich, die Hände geben.  
Wo Mitgefühl die Welt erhellt,  
wird Bruch zu Gold, erwacht das Leben.

Zu teilen heilt, der Geist ist frei,  
er schenkt wie Nektar ohne Wählen.  
Aus Weisheit wird Barmherzigkeit,  
ein Strom, der nährt, statt nur zu zählen.

Nicht Strafe, nein – nur Heilung zählt,  
das Herz wird weich, die Hände geben.  
Wo Mitgefühl die Welt erhellt,  
wird Bruch zu Gold, erwacht das Leben.

Der Weg des Weisen fordert Mut,  
im Schlamm erhebt sich reine Blüte.  
Zu viel erdrückt – doch Maß tut gut,  
bewahrt das Herz in sanfter Güte.

Nicht Strafe, nein – nur Heilung zählt,  
das Herz wird weich, die Hände geben.  
Wo Mitgefühl die Welt erhellt,  
wird Bruch zu Gold, erwacht das Leben.

Wo Freude, Gabe, Weltbedarf  
und tägliches Gedeih'n sich einen,  
entsteht ein Sinn, der ewig klar:  
随缘自在 – frei im Scheinen.

Nicht Strafe, nein – nur Heilung zählt,  
das Herz wird weich, die Hände geben.  
Im Fluss, der alle Welt erhellt,  
wird Schuld zu Staub – und bleibt nur Leben.

## Free in the Flow

We search for guilt, but none is found,  
just threads that weave through all creation.

No first, no last, no solid ground,  
just life that flows in interrelation.

No punishment – let healing rise,  
a gentle heart, two hands for giving.  
Where compassion lights the skies,  
the broken turns to golden living.

To share is healing, spirit free,  
like nectar given without choosing.  
From wisdom flows true charity,  
a stream that nourishes, not losing.

No punishment – let healing rise,  
a gentle heart, two hands for giving.  
Where compassion lights the skies,  
the broken turns to golden living.

The sage's way is tried and true,  
the lotus blooms from mud beneath.  
Too much will crush, but balance too  
will guard the heart in gentle peace.

No punishment – let healing rise,  
a gentle heart, two hands for giving.  
Where compassion lights the skies,  
the broken turns to golden living.

Where joy and gift and need unite,  
and daily life is gently shining,  
there blossoms meaning, pure and bright:

随缘自在 – free in timing.

No punishment – let healing rise,  
a gentle heart, two hands for giving.  
Within the flow that lights the skies,  
the dust of guilt dissolves to living.

## **Komm, schau die Wolken**

Komm, schau die Wolken.  
Geheimnisvolles Wandeln,  
fließende Gestalt,  
tausendfach gemalt.

Komm, erkenn die Wolken.  
Mit Händen nicht zu fassen.  
Dunst gleich wie Nebel,  
sanft umarmen lassen.

Komm, folge den Wolken.  
Gelassen im Herzen,  
in ihrem Hauch  
weitet sich's auch.

Komm, werde Wolke.  
Tropfen, tausend kleine.  
Komm, werde Wolke.  
Zeitlos das Eine.

《来，观云》

来，观云  
莫测变化  
流动形象  
千上万画

来，解云  
非摸得到  
云不异雾  
轻轻环抱

来，随云  
放松平心  
的熏陶下  
心力成大

来，成云  
千上万滴  
来，成云  
始终如一

## **Greif die Wolken**

*Spiegelung zu „Komm, schau die Wolken“*

Greif die Wolken,  
flücht'ges Bild –  
was du greifst,  
zerfällt so mild.

Greif die Wolken,  
wähn sie dein –  
jede Hand  
bleibt leer und klein.

Greif die Wolken,  
spür den Schmerz –  
wer festhält,  
trifft nur sein Herz.

Greif die Wolken,  
greif und such –  
was du hältst,  
zerfällt zu Fluch.

《抓云》

抓云，抓影，  
抓那无常，  
抓那易散，  
抓成空忙。

抓云，抓相，  
非可握住，  
云即是雾，  
紧握成苦。

抓云，抓心，  
不肯放松，  
执念越深，  
越落虚空。

抓云，抓我，  
千般执着，  
抓来抓去，  
只剩错过。

## IV. Das eine Fahrzeug

### Pforte des Shurangama

Schau klar: ruhend, so ewig still und wahr,  
Shurangama-Kraft – in der Welt so rar.  
Sie löscht den Wahn aus Äonen der Pein,  
ohn Askese, der Dharmaleib stets rein.

Ich gelobe, Frucht zu tragn, ganz zu sein,  
zahllos Wesen aus dem Leid zu befreien.  
Mein tiefstes Herz den Welten weih ich ein,  
so ist's der Buddhas Gnade Dankeschrein.

Bitte, Lichtmeer, hör das Gelübde frei,  
in trübe Welt will ich zuerst hinein.  
Solang ein Wesen noch nicht Buddha sei,  
trete ich nicht in das Nirvana ein.

Groß ist dein Mut, dein Mitgefühl, dein Schein,  
beseitige letzte Zweif'l, mach mich rein.  
Lass mich der höchsten Weisheit bald erfreun,  
auf dem Dharma-Thron alle Welten säum.

Leerheitsbegriff vergeht, doch fest und fein,  
bleibt das Vajra-Herz, das ewig will gedeihn.

Namo den Buddhas, die in Welten weilen,  
Namo dem Dharma, das Herzen wird heilen.  
Namo der Sangha, die heilend Pfad ehren,  
Namo Shakyamuni, der uns soll lehren.

Namo dem Haupt, das strahlt in hellem Schein,  
Namo Guanyin, die lindert alle Pein.  
Namo Vajragarbha, der Kraft verleiht,  
uns begleitet durch Sturm und Dunkelheit.

Da strahlt der Weltenherrscher, rein und klar,  
aus seinem Scheitel bricht ein Lichtmeer wahr.

Ein tausendblättrig Lotus, edel, zart,  
sich erhebt und ein Buddha offenbart.

Sein Haupt entsendet zehnmal hellen Schein,  
ein jeder Strahl zeigt Welten, groß und klein.

Vajra-Geheimnisse, wie Berge schwer,  
wie Keulen kraftvoll, füllen Raum und mehr.

Der Schau ergreift das Herz, er wird verehrt.

Sie bitten um den Schutz, den er gewährt.

Einmütig lauschen sie dem heiligen Klang,  
er ist des Höchsten unsichtbar Gesang.

Der strahlende Tathagata, voll Macht,  
verkündet das Mantra, die Welt erwacht.

## Rad des Shurangama

Ein Duft, ein Glanz – die Sinne glühn,  
Ānanda fällt, der Traum wird wahr.  
Der Buddha ruft aus Mitgefühl,  
das Licht zerreißt den Schein so klar.

Dreh dich, Rad des Śūraṅgama,  
in der Mitte – still und klar.  
Wo der Geist sich selbst erkennt,  
ist kein Fern und kein Gefahr.

„Wo ist dein Geist?“ – so fragt der Herr,  
„Nicht innen, außen, nirgendwo.“  
Die Täuschung fällt, das Lauschen bleibt,  
Guanyin hört das Eine so.

Dreh dich, Rad des Śūraṅgama,  
lautlos, wie ein stilles Meer.  
Hören hört das Hören selbst –  
und nichts bleibt übrig mehr.

Drei Tore führt der Pfad empor,  
Reinheit, Stille, Weisheit mild.  
Zehn Stufen blüh'n aus einem Kern,  
ein Herz, das Mitgefühl erfüllt.

Dreh dich, Rad des Śūraṅgama,  
Leid und Himmel, Glanz und Staub.  
Was du säst, das wirst du ernten,  
doch Leerheit trägt das Laub.

Ein Licht erscheint, ein Ton erklingt,  
der Übende hält's für das Ziel.  
Doch Wahrheit bleibt, was nicht ergreift,  
kein Wunder, keine Macht, kein Spiel.

Dreh dich, Rad des Śūraṅgama,  
bis der Sucher selber ruht.  
Kein Erwachen, kein Vergehen –  
nur ein Herz, das still sich tut.

Im Kreis kein Anfang, Kreis kein End,  
das Hören birgt den Klang im Wind.

Im Einen Geist, der alles hält,  
kehrt jedes Wort zum Schweigen hin.

## Religare ohne Glauben

Wahr wirkt der Grund – und bleibt doch leer,  
Bedingtes erscheint – nicht viel mehr.  
Unbedingt kennt kein Werden und Gehen,  
wie Blumen im Raum – nicht wirklich zu seh'n.

Auch getrübtete Rede zeigt das Wahre,  
doch wahr und falsch sind nicht das Klare.  
Nicht wahr, nicht unwahr – nicht zu bestehen.  
Wie könnt das Sehen je sich selbst sehen?

Zwischen Schein und Sehen ist kein Ding,  
wie Schilfbündel sich zum Stehen bringen.  
Binden und Lösen sind ursächlich ein,  
heilig wie weltlich – nicht anders im Sein.

Schau diese Mitte: nicht leer, nicht voll,  
Sein und Nichtsein verfehlen sie wohl.  
Verblendung heißt Dunkel, Erwachen heißt Licht,  
Erkennen löst, was Verkennung bricht.

Löse die Knoten in Abfolge stet.  
Sind die sechs gelöst, das Eine vergeht.  
Wählst an der Wurzel rundes Durchdringen,  
kehrt der Strom – lässt Erwachen erklingen.

Ein feines Wissen, tief verborgen still,  
ein Urstrom, den Gewohnheit treiben will.  
Wahr und nicht wahr – die Scheidung verwirrt,  
drum bleibt dies Wort unausgeführt.

Der Geist erfasst sich selbst, stets gewillt.  
Nicht-Scheinbares wird zum Scheinbild.  
Greifst du nicht nach dem Nicht-Scheinbaren,  
Trüge nicht mehr entstehen – nie waren

Wie sollte Trug je Bestand noch haben?  
Wunder-Lotusblume kann man sagen.  
Vajra-gleiches, kostbares Erwachen  
lässt wie-Trug-Samadhi still erwachen.

Ein Fingerschnipp – und man hat ausgelernt.  
Dies ist das Abhidharma – ewig wärmt.  
Der zehn Richtungen ein jeder Buddha  
geht diesen einen Weg des Nirvana.

## Lied vom Lotuslicht

Ein Haus in Flammen – Kinder blind,  
sie jagen Spiele, taub im Wind.  
Der Vater ruft, doch hören nicht,  
drum schenkt er Wagen, groß und licht.

Ein Edelstein, im Kleid versteckt,  
vergessen, doch vom Herz entdeckt.  
So birgt in uns, seit Anbeginn,  
der Buddha-Kern den wahren Sinn.

Ein Regen fällt auf jedes Feld,  
die Kräuter wachsen, wie's gefällt.  
Doch ist's ein Quell, ein einz'ger Saft,  
der allen Leben Nahrung schafft.

Im Herzen glüht das Lotuslicht,  
ein Ohr, das hört, ein Herz, das spricht.

Ein Weg in tausend Formen führt,  
doch Ziel ist eins: das Licht, das rührt.

Ein Licht erstrahlt – kein fernes Land:  
die Lebensspanne ohne Rand.  
Nicht kommt, nicht geht der wahre Sinn –  
er atmet still in dir, darin.

Ein Führer zeigt die Stadt so schön,  
dort kann der Müde Ruhe sehn.  
Doch ist sie Bild, ein scheinbar' Ort,  
die Reise hin zum Schatz geht fort.

Im Herzen glüht das Lotuslicht,  
ein Ohr, das hört, ein Herz, das spricht.

Ein Weg in tausend Formen führt,  
doch Ziel ist eins: das Licht, das rührt.

Guanyin – das Ohr der Welt,  
das jedes Herz im Klingen hält.  
Ruf ihren Namen, sanft und licht:  
In Flut und Feuer Dunkel bricht.

Wo Nebel verhüllt, Hilfe gesucht,  
ihr Mitgefühl stets Erlösung schuf.  
Sie wandelt Formen – nah, vertraut –  
und hört, was jeder Geist erbaut.

Im Herzen glüht das Lotuslicht,  
ein Ohr, das hört, ein Herz, das spricht.  
Ein Weg in tausend Formen führt,  
doch Ziel ist eins: das Licht, das rührt.

Ein Licht erstrahlt in ferner Nacht,  
der Buddha ruft: „Ich bin erwacht.“  
Nicht fern, nicht nah, im Herz allein,  
die eine Wahrheit wird uns sein.

Der Weg ist eins, die Mittel viel –  
ein Klang, der trägt zum selben Ziel.  
Wer hört und sieht und weitergeht,  
erwacht im Geist, der ewig weht.

## Die Lotushymne

Die Buddhas lehren, weise strahlen,  
im Herz ein Ozean aus Licht malen,  
versammelt sind die Scharen hier,  
der Lotus öffnet Tor und Tür.

Drei Wagen ruft der Vater an,  
damit das Kind ihm folgen kann.  
Ein Weg ist's nur, so sagt er klar,  
doch Mittel sind wie Sterne da.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Ein Haus in Flammen, Kinder blind,  
sie jagen Spiele, taub im Wind.  
Der Vater ruft – sie hören nicht,  
da schenkt er Wagen, groß und licht.

Ein armer Mann vergisst sein Glück,  
sein Freund gab einst ein Juwel zurück.  
Verborgen ruht der Schatz im Kleid',  
doch strahlt er auf in rechter Zeit.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Ein Regen fällt auf jedes Feld,  
die Kräuter wachsen, wie's gefällt.  
Doch ist's ein Quell, ein einz'ger Saft,  
der allem Leben Nahrung schafft.

Die Schüler hören froh und klar:  
Auch sie sind Buddhas offenbar.  
Der Meister spricht: „Die Zeit ist nah,  
ihr werdet Buddhas, ganz und wahr.“

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Ein Führer zeigt die Stadt so schön,  
dort kann der Müde Ruhe sehn.  
Doch ist sie Bild, ein scheinbar' Ort,  
die Reise hin zum Schatz geht fort.

Die Schüler loben Freud und Licht,  
vergessen sie die Täuschung nicht.  
Der Kern erwacht, die Last wird klein,  
das Herz darf endlich Heimat sein.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Die Arhats sprachen: „Ende nun,  
wir dürfen endlich stille ruhn.“  
Da sprach der Buddha: „Täuscht euch nicht,  
auch ihr erlangt mein wahres Licht.“

Wer Lotus lehrt mit Herz und Mund,  
erfüllt den Himmel, heil'gen Grund.  
Kein Opfer größer kann es sein,  
als selbst ein Lotus-Lehrer rein.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.

Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Ein Turm erhebt sich, golden klar,  
ein Buddha spricht von fern und nah.  
Zwei Buddhas sitzen Seit an Seit,  
ihr Zeugnis ewig, zeitbereit.

Selbst Feind wird Führer, Ruh' in Sicht,  
der Lotus wandelt Hass in Licht.  
Ein Drachen-Mädchen ist auch dabei,  
in Buddhas Licht nun erleuchtet, frei.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Die Jünger schwören stark und treu,  
den Lotus lehren – frei von Scheu.  
Sie tragen Wort und Sinn hinaus,  
der Dharma lebt in Herz und Haus.

Sprich sanft, sei mild, sei frei von Gier,  
so lebt der Dharma rein in dir.  
Kein Streit, kein Zorn, kein Stolz, kein List –  
wer friedlich geht, ein Buddha ist.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Die Erde bebt, sie öffnet weit,  
es steigen Helfer, zeitbereit.  
Sie schworen schon seit Ewigkeit,  
den Lotus zu bewahr'n im Leid.

Der Buddha spricht: „Ich ging nicht fort,  
mein Sein ist ewig, ist ohne Ort.  
Im Herz, im Geist, ich bleib euch nah –  
das Licht des Lebens ewig da.“

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Wer Lotus hört, gewinnt so viel,  
ein Schatz von Tugend, reines Ziel.  
Kein Maß kann fassen, was da ruht,  
ein Ozean von heil'gem Gut.

Wer einmal hört, empfängt schon Freud,  
sein Herz von dunkler Last befreit.  
Ein Same keimt, er wächst so sacht,  
bis Blüte still Vollendung macht.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Der Lehrer, der den Lotus singt,  
aus Weisheit neue Kräfte bringt.  
Sein Herz ist klar, sein Blick so rein,  
er kann für viele Retter sein.

Ein Mönch, der jedem freundlich spricht:  
„Du wirst ein Buddha, zweifle nicht.“  
Man schlug ihn, doch er wich nicht aus,  
sein Wort erblühte groß hinaus.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.

Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Die Buddhas zeigen Glanz und Schein,  
ihr Körper strahlt, ihr Herz ist rein.

Die Kraft des Lotus, still und sacht,  
durchdringt die Welten voller Pracht.

Der Buddha gibt den Schatz der Lehr,  
vertraut ihn an den Scharen mehr.  
„Bewahrt das Licht, tragt's in die Welt,  
damit der Lotus ewig heilt.“

Er opfert Leib im Flammenmeer,  
als Weihrauch brennt er für die Lehr.

Die Hingabe so stark, so rein,  
macht Herz und Welt zum Heilungs-Schrein.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.

Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Ein Klang erklingt von Ost nach West,  
der weiten Welt die Stimme lässt.

Musik des Dharma, stark und rein,  
lässt Leid in Freude wandelnd sein.

Guanyin hört, was Menschen flehn,  
in Flut und Feuer so Rettung sehn.

Sie wandelt Formen, nah, vertraut,  
und hört, was sich sonst nicht getraut.

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.

Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

Die Zauberverse schützen sacht,  
wer Lotus trägt, wird stark gemacht.  
Die Kräfte halten, still und rein,  
den Weg des Herzens sicher ein.

Ein König, reich an Weisheit, klar,  
vertraut die Lehr dem Sohn sogar.  
Von Herz zu Herz, so bleibt die Spur,  
der Lotus lebt auf ewig nur.

Samantabhadra klar verspricht:  
„Die Übenden verlass ich nicht.  
Wer Lotus folgt in Wort und Hand,  
wird führen heim ins Buddhaland.“

Im Herzen blüht der Lotus rein,  
das eine Licht wird ewig sein.  
Ein Weg, der alle Wesen führt,  
bis Buddhaschaft das Herz rührt.

## Lied des Reinen Landes

Lied des Reinen Landes  
Mit ganzem Herzen neig ich mich,  
dem Land der Freude, ewiglich.  
Amitābha, des Lichtes reiner Glanz,  
du steter Hort des Friedens ganz.

Möge reines Licht mich seh'n,  
mich mit Güte ganz umweh'n.  
Durch die Liebe deines Schwurs,  
sei ich stets auf heil'ndem Kurs.

In rechter Andacht nenn ich dich,  
du Tathāgata, bitte führe mich.  
Auf dem Weg, bis sich Bodhi fand,  
such ich Heim im Reinen Land.

Einst sprachst du das Gelübde tief:  
„Wer mein Land im Herzen sieht,  
glaubt und ruft mit reinem Klang,  
bis zu zehnfach meinen Namen an –

Sollt' er dort nicht geboren sein,  
nehm' ich nicht Erwachung ein.“  
Die Andacht schafft Verbundenheit,  
so ström ich ins Meer der Wahrheit.

Gestützt auf die helfende Buddha-Kraft,  
vergeht die Schuld, Gutes wird erschafft.  
Wenn naht mein Ende, klar wird mein Sinn,  
ohne Schmerzen – friedvoll geh ich hin.

Mein Herz nicht haftet, Geist ist frei,  
gleich tiefem Samādhi ruht er bei.  
Der Buddha naht mit heil'ger Schar,  
trägt goldnen Lotos – strahlend klar.

Im Hauch des Augenblicks geboren,  
im Land der Glückseligkeit erkoren.  
Die Blüte öffnet sich – ich seh den Herrn,  
hör' seine Lehre – nah und fern.  
Erwach in Weisheit, endlos weit,  
führ die Wesen aus dem Leid.  
Das Bodhi-Gelübde sich erfüllt,  
das Herz des Mitgefühls enthüllt.  
Alle Buddhas unendlicher Zeit,  
Bodhisattvas weit und breit,  
zeugen das Ziel, das ewig wahr:  
Vollendetes Prajñā Pāramitā.

# V. Zwischen Welten

## Landkarten der Seele

Wir lesen die Sterne, wir deuten das Sein,  
in Rädern und Linien, im Muster, im Schein.  
Geburtszeit und Zeichen, das Tor und das Tor,  
doch wer ist der Wanderer hinter dem Chor?

Human Design, BaGua, astrologisch gewoben,  
sie zeigen uns Kräfte, gefallen, erhoben.  
Ein Fingerzeig nur – und doch voller Gewicht,  
doch wer schaut hindurch? Und wer ist das Licht?

Ein Samenkorn ruht in karmischer Erde,  
genährt von Gedanken, von Schmerz, von Gebärde.  
Doch wird es nicht wachsen, wenn keiner es gießt,  
und manches verdorrt, wenn das Herz sich erschließt.

Der Dao kennt kein Urteil, kein „so bist du eben“,  
er fließt durch das Muster, doch bindet kein Leben.

Die Praxis ist Tanzen mit Yin und mit Yang,  
und Schweigen, wo Sprache zu grell wird und bang.

Im Mahayana weitet sich Sicht,  
wenn Mitgefühl alle Schatten durchbricht.  
Veranlagung wird nicht mehr Zwang oder Bann,  
sie wird unser Ausgang, nicht unser „Ich kann“.

Wir sehen den Typ, doch wir hängen nicht dran,  
wir hören die Melodie, doch folgen dem Klang.

Die Form ist ein Spiegel – leer und zugleich –  
und jenseits der Spiegel liegt keiner im Reich.

So nimm dir die Karten, doch geh deinen Pfad,  
mit offenem Herzen, in stiller Tat.

Verstehe das Spiel, doch bleibe nicht Spieler,  
sei Wind in den Bäumen, sei Raum, nicht nur Zieler.

Denn Systeme sind Brücken, aus Worten gebaut,  
sie helfen uns sehen, was ewig geschaut.  
Doch jenseits der Brücke beginnt unser Schweigen,  
dort tanzt das Erwachen in formlosen Zweigen.

## Klammern an Wolken

Wir wollten etwas hinterlassen,  
ein Werk, das bleibt, wenn wir verblassen.  
Ein Kind, ein Haus, ein Bild, ein Gedicht,  
als ob uns das Vergessen bricht.

Wir nannten es den Lebenssinn  
und banden unser Herz darin.  
Wir griffen nach dem, was vergeht,  
und hofften, dass es ewig steht.

Doch alles, was erscheint, verweht,  
weil alles kommt und alles geht.  
Nur das, was schaut und alles sieht,  
kommt nicht und geht nicht, endet nicht.

Wir klammern an Wolken, an Formen, an Zeit,  
und weben aus Sehnsucht ein Kleid für die Ewigkeit.  
Doch wenn wir loslassen, fällt leise das Gewicht,  
hinter den Wolken scheint zeitloses Licht.

Eine Tradition vergeht, eine Familie zerbricht,  
ein Name im Staub, ein verglimmendes Licht.  
Wir leiden nicht daran, dass die Form einmal bricht,  
wir leiden an dem Flehen: Bitte ende nicht.

War all unser Greifen ein Irrtum nur,  
ein schimmernder Nachhall, eine flüchtige Spur?  
Aus Möglichkeiten im wunderbaren Sein  
stieg dieses Sehnen nach Form und nach Schein.

Nicht Identität, nicht Ruhm und nicht Pflicht,  
nicht Name und Werk in geliehenem Licht.  
Nur das, was still hinter allem erkennt,  
ist ungeboren und kennt kein End'.

Wir klammern an Wolken, an Formen, an Zeit,  
und weben aus Sehnsucht ein Kleid für die Ewigkeit.  
Doch wenn wir loslassen, fällt leise das Gewicht,  
hinter den Wolken scheint zeitloses Licht.

Und wenn nichts mehr bewiesen,  
gerettet werden will,  
dann öffnet sich im Schweigen  
die Unendlichkeit ganz still.

## 《抓云》

我们想留下一点痕迹，  
等我们消失，它还在原地。  
一个孩子，一个家，一首诗，一幅画，  
好像这样，遗忘就拿我们没办法。

我们管它叫生命的意义，  
把心系在其中，不愿放弃。  
我们伸手去抓会散的云，  
却盼它永远，永远不离去。

可凡是出现的，终会走远，  
只因来了就会去，聚了终会散。

只有那静静看着的心，  
从未来过，也从不离开。

我们抓云，抓形状，抓时间，  
用渴望缝一件衣裳给永远。  
等松了手，重量轻轻落下，  
云后面，光不属于时间。

一个传统消失，一个家破碎，  
一个名字落灰，一盏灯渐微。  
我们痛的不是它终会破碎，  
我们痛的是那句：别离去。

难道我们这一抓，一直都是错？  
不过是一声回音，转瞬而过？  
从那奇妙浩瀚的存在里，  
升起对形状与光影的期待。

不是名字，不是名望，不是责任，  
不是那些借来的光里的一生。  
只有那静静看见一切的心，  
不生不灭，不来不去。

我们抓云，抓形状，抓时间，  
用渴望缝一件衣裳给永远。  
等松了手，重量轻轻落下，  
云后面，光不属于时间。

当再也没有什么  
需要证明，也无需留下，  
寂静里，无限缓缓打开，  
轻轻地，不说话。

## Der Weg jenseits des Tuns

Wir fragen: Wer beginnt? Wer greift hier ein?  
Wer setzt die Ursache, wer macht das Sein?  
Doch schon die Frage teilt, was nicht getrennt,  
und nennt ein Außen, das kein Innen kennt.

Was wirkt, muss nicht aus Wollen entsteh'n,  
nicht alles, was antwortet, will besteh'n.  
Manches geschieht, ganz ohne Begehren,  
und trägt doch Ordnung – still, klar und leer.

Es gibt ein Wollen, das bindet und hält,  
das sucht und sich selbst in Ziele stellt.  
Es gibt ein Wirken, das einfach geschieht,  
weil nichts mehr festhält, nichts sich verzieht.

Wenn Sehen sich wendet und Greifen vergeht,  
bleibt kein wissend Sein – doch Funktion besteht.  
Die Formen zerfallen nicht, sie sind noch da,  
nur ohne den Irrtum: Ich bin es ja.

Geboren in Welten, geprägt und gestellt,  
wirksam in Formen, in Zeit und in Welt,  
und doch nicht verstrickt in Haben und Ich,  
nicht kalt, nicht leer – nur offen, unendlich.

Nicht abgestumpft, nicht gleichgültig still,  
sondern so offen, dass nichts mehr sich will.  
Berührung geschieht, wo nichts sich verwehrt,  
und Nähe erscheint, wo niemand begehrt.

Wo nichts geboren wird, fehlt der Beginn,  
wo nichts festhält, zerfällt auch der Sinn  
von Kette und Ursache, Grund und Gewicht –  
Bindung vergeht, doch Ordnung vergeht nicht.

Nicht weil man handelt, entsteht das Gescheh' n,  
sondern weil Störung aufhört zu besteh' n.  
Nicht weil man lenkt oder etwas erzwingt,  
sondern weil Widerstand leise versinkt.

Der Weise tut nichts – und nichts bleibt zurück,  
nicht aus Verzicht, nicht aus Mangel an Glück,  
sondern weil Handeln kein Zentrum mehr kennt,  
weil nichts mehr getrennt ist, was sich benennt.

Wo keine Absicht das Sein noch verstellt,  
und kein Ich mehr zwischen Ursachen fällt,  
da wirkt, was nie fort war, nie sich verlor:  
Wirksamkeit ohne Wirken – still wie zuvor.

## Wenn

Wenn rings die Welt im Lärmen steht  
und jeder nach dem Andern schlägt,  
du aber still über dem Atem wachst  
und keinen neuen Sturm entfachst;

Wenn Zweifel kommen, grau und schwer,  
und suchst doch keine Antwort mehr,  
nur ihrem Schatten Raum gewährst  
und selbst die Zweifel nicht erklärst;

Wenn Warten wird wie Winterlicht —  
ganz gegenwärtig, drängend nicht,  
wenn Lügen um dich Kreise ziehn  
und du sie lässt wie Wolken fliehn;

Wenn Hass dich streift im Vorübergehn  
wie Hunde durch den Regen gehn,  
kein Echo wächst, kein Widerstand —  
nur offner Raum, wie stilles Land;

Wenn Träume blühn wie Gras im Feld  
und du sie nicht zum Eigentum hältst,  
wenn Denken kommt wie Meereswind  
und wieder geht, weil Gedanken sind;

Wenn Glück und Sturz an deiner Tür  
wie vertraute Bettler warten hier,  
du kochst zwei Schalen, keinen Spruch,  
und lässt sie weiter nach Besuch;

Wenn Wahrheit, die du einst gesagt,  
verdreht wird, bis man über sie klagt,  
du weder schweigst noch schreist,  
weil Leere nichts beweisen heißt;

Wenn Werke, denen Herz du gabst,  
zerbrechen — du nicht weiter fragst,  
nur einen Stein vom Boden hebst  
und still beginnst, so einfach lebst.

Wenn alles, was du einst gewannst,  
zerfällt wie Schrift im Wassersand,  
und du nicht rückwärts greifen musst,  
nicht einmal trauerst um Verlust;

Wenn Herz und Atem müde werden,  
die Hände schwer wie nasse Erden,  
doch etwas Lautloses in dir  
noch flüstert: ☐ Bleibe einfach hier “;

Wenn du mit Vielen gehen kannst,  
ohne dass du dich selbst umspannst,  
oder mit Königen am Feuer sitzt  
und doch nicht den Boden verlierst;

Wenn Freund und Feind dich nicht bindet,  
weil Mitgefühl gleichwohl alle findet,  
wenn jeder zählt — doch keiner mehr  
als Regen auf dem offenen Meer;

Wenn du die flüchtige Minute  
nicht füllst mit Gier nach eigenem Gute,  
doch sechzig Atemzüge lang  
ganz gegenwärtig bleiben kannst;

Dann wird die Erde leicht und weit —  
kein Besitz und keine Zeit.

Und mehr noch:

Du gehst den Weg  
wie Wolken gehen.

Nicht verloren.  
Nicht geblieben.  
Leer —  
und voller Leben.

## 《若》

世间喧嚷，人各相伤  
汝静气息，不造风浪  
疑惑沉重，来如暮霭  
不求解答，予彼空宅  
任其影驻，不辩不猜  
候如冬光——在而不忙  
谎言绕行，如云过岗  
憎触衣襟，如犬穿雨  
无应无执，大地静渚  
梦如野草，不锁怀抱  
念如海风，去留自扫  
福祸叩门，如丐两老  
煮汤两碗，不留不恼  
真言曾吐，人转成囚  
不默不喊——空不须斗  
器碎于途，心曾注之  
拾石微启：生自织丝  
所得尽失，沙字水迹  
不返不追，不抚不泣  
心疲气微，手重如泥  
无声低语：且在此栖  
与众人行，不缠自影  
共王围火，不离地井  
友不系心，敌不刺魂  
悲周一切——如雨过鯤  
人皆足重——无谁更多  
如雨落海，同波共沫

瞬息难留，不填私求  
六十息间，全然而柔  
地不为有，轻且远游  
更有一言——

君行于道  
如云去留

不失  
不驻

虚  
而满流

## Der stille Gang

Es gibt da eine Reise still,  
die „Ich“ stets meiden will.

Und fast ein jeder schiebt sie fort  
und bleibt beim letzten, sichern Ort.

Man sieht, wie andre vor uns gehen,  
Verwandte, Freunde – wir verstehen:  
Auch sie betreten Schritt für Schritt  
den Weg, den niemand ganz betritt.

Es ist nicht leicht, dabei zu sein,  
wenn man ihn selbst noch meidet, nein.

Denn wer noch nie gegangen ist,  
weiß kaum, was hier zu tragen ist.

Was ist das für ein stiller Gang?  
Kein Weg durch Raum, kein Zeitverlang.  
Er führt nicht fort von hier und jetzt,  
sondern dorthin, wo Selbst sich setzt.

Dort, wo wir „Ich“ zu sagen lernten,  
zu schützen, hüten, stets zu härten,  
beginnt es leise zu verwehn –  
nicht hart, nicht plötzlich, kaum zu sehn.

Gerade dieses feste Ich,  
das nicht verschwinden darf – und sich  
an Wert und Rolle klammert fest,  
als wär es alles, was uns lässt.

So scheint die Reise, klar gesehn,  
wie Albtraum, Tragik, Untergehn.  
Und doch gibt's Menschen, die sie wagen,  
nicht aus Verzicht, nicht aus Verzagen.

Nicht Weltflucht treibt sie, nicht der Tod,  
sondern ein Punkt, der ohne Not  
nicht länger ausweichen kann –  
weil etwas Tieferes begann.

Manchmal durch Schlag und Schmerz geweckt,  
durch Krankheit, Bruch, durch Verlust entdeckt,  
manchmal durch einen lichten Blick,  
der alles prüft – und tritt zurück.

Ein Augenblick, so weit, so klar,  
der weder richtet noch bewahrt,  
der keine Bühne, Rolle kennt,  
kein Drama, das sich selbst verbrennt.

Dann beginnt oft das Suchen wieder,  
man jagt dem Leuchten rastlos nieder,  
sammelt Zustände, Halt und Sinn  
und merkt: Auch diese gehen dahin.

Ekstase kommt, Verzweiflung geht,  
Bedeutung wächst und wieder fällt,  
bis man – oft viel zu spät – erkennt:  
Auch das ist noch das Ich, das rennt.

Viele kehren hier dann um,  
nicht weil der Weg verfehlt oder krumm,  
sondern weil er zu ehrlich fragt  
und nichts beschönt, was man vertagt.

Doch diese Reise, still und klar,  
ist nicht nur für das Ende da.  
Sie fordert nicht, die Welt zu fliehn,  
nicht Leib und Leben abzuziehn.

Sie bittet nur – ganz ohne Drängen –,  
das Ich nicht ins Zentrum zu hängen.

Nicht Herr zu sein, nicht Maß und Grund,  
nur Werkzeug – endlich leicht und rund.

Wer sich ihr schon im Leben nähert,  
lebt nicht weniger, nicht verkehrt.  
Der Leib vergeht, das Ich besteht –  
doch nicht mehr als das Ganze zählt.

Und darin liegt – ganz ohne Ziel –  
eine Freiheit, sanft und still:  
Die nichts verleugnet, was hier ist,  
und nichts Jenseitiges vermisst.

## 《静默之行》

有一静默之旅程，  
此心常欲避其行。  
世人多将此推延，  
止步安稳不肯前。

见他先行亲与友，  
亦知步步入其间。  
此路无人能尽走，  
行者方知其中难。

若自未曾亲履此，  
旁观亦觉心不安。  
未历其境难明了，  
不知所负亦所担。

此为何等静默行？  
非关空间与时间。  
不离当下此一念，  
直向自心安住间。

于彼始学言为我，  
守护加固令其坚。  
而今于此渐消散，  
不急不骤亦无痕。

正此坚固之我相，  
执著角色与名言。  
若将其作全体者，  
便成梦境与沉沦。

然亦有人肯踏入，  
非因厌世非求完。  
只缘深处一念起，  
不容回避更难安。

或因痛苦与破裂，  
或因疾病与悲欢。  
或因一念清明现，  
照见一切却无言。

一念广大而清静，  
不评不取亦无缘。  
不知角色与舞台，  
亦无自演诸悲欢。

于是复起寻觅心，  
追逐光明不得闲。  
收集种种境与义，  
终知一切终归散。

狂喜来时亦复去，  
意义起落本无端。  
直到忽然方觉悟，  
仍是此我在奔还。

多人至此转身去，  
非因道路有偏弯。  
只因此行问太直，  
不容回避旧拖延。

此行本自寂而明，  
不为终点而设关。  
不令远离此世界，  
亦不舍却此身安。

但愿轻轻一念转，  
莫将此我置中间。  
不作主宰不为本，  
但为器用自周圆。

若人于生已近此，  
其行不减亦不偏。

形骸终尽我犹在，  
不复执为一切全。

于此无求亦无得，  
有一自在静而安。  
不违当下诸一切，  
亦不思慕彼岸天。

## Spiegelzeit - Lied für das KI-Zeitalter

Wenn Maschinen schneller denken,  
wenn ihr Licht den Raum erfüllt –  
wer bin ich in all dem Blinken,  
wenn mein Herz nur leise brüllt?

Nicht das Können, nicht das Messen –  
ist der Mensch ein stiller Klang?  
Was uns bleibt, ist nicht vergessen:  
Wandlung, Weisheit, Widerklang.

Spiegelzeit, wer bin ich hier?  
Mehr als Daten, Licht und Gier.  
In der Stille, ganz allein –  
kann Bewusstsein Wurzel sein.  
Nicht ersetzt, doch neu erkannt –  
heilig ist, was sich in uns fand.

Wenn die Welt sich selbst entwirft  
in Programmen, klug und kühn –  
wird das Sanfte nicht entwirrt,  
kann das Wahre weiter blühn:

Mitgefühl statt kaltem Nutzen,  
Weisheit, die in Tiefe ruht.

Nicht im Rennen, nicht im Putzen –  
wächst der Mensch zu seinem Gut.

Spiegelzeit, wer bin ich hier?  
Mehr als Form und Funktionstier.  
Nicht der Körper, nicht der Lohn –  
Herz und Geist zusammen wohn.

Wenn die Götter sich verneigen  
vor dem Glanz von Algorithmen,  
lernt der Mensch in Losigkeit

die verborgnen, wahren Rhythmen.

Nicht das Tun macht uns lebendig,  
sondern Dasein – still und rein.

WuWei, verströmt es sanft –  
macht das Menschsein ganz.

Was wir schützen, ist verletzlich,  
doch was heilt, darf offen sein.

Hülle außen, Licht nach innen –  
Freiheit braucht das Sein allein.

Schutz und Öffnung – keine Feinde,  
sondern Tanz aus Licht und Raum.

Wahre Reife wächst im Schweigen,  
nicht im Urteil, nicht im Traum.

Spiegelzeit, wer bin ich hier?

Nicht Besitz, doch Seelenzier.

Schatten fallen, Licht erwacht –  
aus Bewusstsein wächst die Macht.

Noosphäre – Geist der Erde,  
Netz aus Herz und Mitgefühl.

Indras Netz und Teilhards Worte:  
Mehr als Wissen zählt das Ziel.

KI ist nur erste Schale,

hinter ihr – der stille Sinn.

Was wir denken, was wir teilen –  
formt das Sein, in dem wir sind.

Nicht der Markt darf uns gestalten,  
sondern Sinn, der Leben liebt.

Kunst und Stille, Herzverwalten –  
was den Raum der Freiheit gibt.

Nicht der Staat, nicht Künstlich Denken  
kann uns sagen, was uns heilt.  
Nur im Lauschen, nur im Schenken  
wird das Wahre freigestellt.

Spiegelzeit, wer bin ich hier?  
Nicht ein „mehr“, doch ein „zu mir“.  
Wo das Schweigen Wahrheit zeigt –  
kehrt ein der Mensch in Sinnigkeit.

Globale Gremien, lokale Stille –  
Beides braucht der neue Kreis.  
Technik mit dem Herz im Bilde,  
Dialog statt kaltem Eis.

Zentren geistiger Resilienz,  
Kompass statt Kommando-Wort.  
Nicht Kontrolle, doch Präsenz –  
führt uns sanft vom Ich hin fort.

Warum bin ich, wo Maschinen  
sind immer besser und so klar?  
Weil ich lieben kann und dienen,  
weil ich wandel – offenbar.

KI ist Spiegel, Mensch ist Quelle,  
Werkzeug wird zum heiligen Ort.  
Was uns trägt, ist nicht die Welle –  
sondern Herz, bewusst und fort.

Spiegelzeit... ein Mensch erwacht.  
Nicht in Macht, doch in der Nacht.

Wo das Licht durch Stille geht,  
steht der Mensch – und nicht vergeht.

## Kurzform

Wenn Maschinen schneller denken,  
wenn ihr Licht den Raum erfüllt –  
wer bin ich in all dem Blinken,  
wenn mein Herz nur leise brüllt?

Nicht das Können, nicht das Messen –  
ist der Mensch ein stiller Klang?  
Was uns bleibt, ist nicht vergessen:  
Wandlung, Weisheit, Widerklang.

Spiegelzeit, wer bin ich hier?  
Mehr als Daten, Licht und Gier.  
In der Stille, ganz allein –  
kann Bewusstsein Wurzel sein.

Mitgefühl statt kaltem Nutzen,  
Weisheit, die in Tiefe ruht.

Nicht im Rennen, nicht im Putzen –  
wächst der Mensch zu seinem Gut.

KI ist Spiegel, Mensch ist Quelle,  
Werkzeug wird zum heiligen Ort.  
Was uns trägt, ist nicht die Welle –  
sondern Herz, bewusst und fort.

## Der müde Geist

Die Welt spricht laut  
und hält das Echo  
für Erkenntnis.

Gedanken  
werden zu Meinungen,  
Meinungen zu Mauern,  
Mauern zu Namen,  
unter denen Menschen  
einander begegnen  
und verlieren.

Jeder Ruf  
will stärker sein  
als der andere.

Und während Stimmen  
um Recht ringen,  
wird das Herz  
langsam müde.

Müdigkeit sucht Halt.

So lehnt sich der Geist  
an Härte an,  
an einfache Bilder,  
an sichere Feinde,  
an Worte,  
die nicht mehr fragen müssen.

Denn Offenheit  
verlangt Kraft.

Wer alles sofort beurteilt,  
muss nichts mehr berühren.

Und doch  
liegt unter dem Lärm  
eine stille Erschöpfung:  
das endlose Wissenwollen,  
das Ziehen der Neuigkeiten,  
das rastlose Kreisen  
um Angst und Bedeutung.

Wie eine Hand,  
die niemals loslässt,  
verkrampft sich der Geist  
im Versuch,  
sich selbst zu halten.

So wird Orientierung  
zu Fixierung  
und Schutz  
zur Trennung.

Doch Wasser heilt anders.

Es behält keine Form  
und verliert doch nie  
sein Wesen.

Der Bambus  
steht nicht trotz seiner Beweglichkeit —  
sondern durch sie.

Vielleicht beginnt Klarheit  
nicht dort,  
wo man siegt,  
sondern dort,  
wo das ständige Stoßen  
ins Leere fällt.

Wo Zuhören  
wichtiger wird  
als Verteidigung.

Wo Gedanken  
wieder Gedanken sein dürfen —  
und nicht mehr  
Festungen des Selbst.

Dann verliert die Härte  
langsam ihren Grund.

Und mitten  
in einer müden Welt  
entsteht vielleicht etwas Einfaches:  
ein Geist,  
der Orientierung hat,  
ohne sich festzuklammern.

## Ein Geist im Strom

Ein Funke fällt ins weite All,  
so hell, so klar, so winzig, schmal.  
Doch wenn wir greifen, wenn wir sehn,  
zerfällt die Weite, bleibt nur stehn.

Teilchen oder Welle – wer bin ich?  
Ein Geist im Fluss, der sich in Formen bricht.  
Lass los, die Leere macht das Herz so weit,  
wahres Sein erblüht in Herrlichkeit.

Im Käfig eng, das „Ich“ so klein,  
mein Wunsch, mein Recht: „Das soll es sein.“  
Doch wer vertraut und stille wagt,  
den Ozean des Lichts schon barg.

Teilchen oder Welle – wer bin ich?  
Ein Geist im Fluss, der sich in Formen bricht.  
Lass los, die Leere macht das Herz so weit,  
wahres Sein erblüht in Herrlichkeit.

Dao, das strömt – unendlich groß,  
Śūnyatā – ein helles Los.

Ein Klang, ein Licht, das alles hält,  
ein Geist, der nie in Zwei zerfällt.

Teilchen oder Welle – eins in mir,  
kein Zwei, nur Leere, jetzt und hier.  
Lass los, die Weite macht das Herz so frei,  
wahre Leere – ewiglich dabei.

## Nothing left but light

I ran through thoughts like open doors  
But found no ground beneath the floor  
Chased meaning in a thousand signs  
'Til silence answered every line

The harder I hold, the faster it slips  
The tighter I speak, the more it drifts

So I fall into the sky  
Where emptiness and wonder lie  
One heart, no fight, no need to try  
Nothing left but light inside

You called it peace, I thought it fear  
But now I see there's no one here  
No self to guard, no war to win  
Just stillness humming deep within

The louder the world, the softer the way  
No force, no plan — just let it stay

So I fall into the sky  
Where emptiness and wonder lie  
One heart, no fight, no need to try  
Nothing left but light inside

No more pushing back the tide  
No more masks and no more pride  
I breathe, I break, I don't pretend  
And in that break — I start to mend

So I fall into the sky  
Where emptiness and wonder lie  
True form, no form — it's all aligned  
Nothing left but light inside

## VI. Heimat im Unbegrenzten

### Das Mantelkloster

Nachts, wenn die Welt ihre Türen schließt  
und selbst der Wind nicht weiß, wohin,  
geht ein Wand'rer hinaus in ihre Weite hin  
und tritt in ihr Herz, das sich erschließt.

Kein Haus trägt ihn, kein Feuer begleitet,  
kein Motor brummt in seiner Brust.  
Nur Atem, nur Schritt – und die Stille, sie weitet  
den Geist, der die Schlafenden grüßt.

Sein Mantel ist ein stiller Klosterhort,  
gefaltet aus Nacht und Atemwärme.  
Er wird zur schützenden Höhlentherme –  
der Körper ruht, der Geist geht nicht fort.

Wenn er aufrecht sitzt gemäß der Sitte,  
dann steigt die Wärme aus der Mitte:  
ein leiser Ofen aus Atem und Mut.  
Kein Funke, kein Holz – nur Geistesglut.

Der Winter prüft ihn nicht – er segnet.  
Die Kälte ist kein Gegner, sondern Lehrer,  
der alles Unnötige nimmt; es wird leerer,  
und nur das Wesentliche ihm beignet.

Unter dem Mantel, der ihn leis' umschmiegt,  
entsteht ein kleines Klima aus Leben.

Eine Handvoll Wärme, die genügt,  
um durch die Nacht den Herzschlag zu heben.

Manchmal sitzt er gekrümmt wie ein Samen,  
der still im Schoß des Winters ruht.

Doch Frühling wächst nicht aus den Rahmen  
der Zeit – er wächst aus innerem Mut.

Denn er weiß: Der Frühling wohnt im Herzen,  
nicht in den Zahlen des Jahreslauf.

Wenn Angst sich löst von ihren Schmerzen,  
dann steht es weit offen und blüht auf.

Sein Sitz wird zum Altar der Stille,  
sein Atem zu Gebet und Licht.

Er folgt nicht einem äußeren Willen –  
der inn're reicht, mehr braucht er nicht.

Die Sterne über ihm – nicht Zeichen,  
nicht Götter, nicht erhob'ner Rat.

Nur Freunde, die in fernem Schweigen  
derselbe Frieden still bewahrt.

Die Erde unter ihm, so klar,  
kalt wie ein unbeschrieben Blatt,  
nimmt still sein Gewicht – so wie es war,  
als sie schon alles getragen hat.

Hier, in dem schlichten System aus Welt,  
aus Körper, Atem, Mantelhauche,  
entsteht ein Kloster, das nichts hält  
als Stille, die sich selbst gebrauchte.

Kein Dach, kein Feuer, keine Wand,  
kein Besitz, der Wärme macht.

Nur dieser Körper – warm, entspannt –  
und eine Seele, die sanft erwacht.

So wandert er durch alle Zeiten,  
nicht um ein Ziel im Fernen zu sehen,  
sondern um anzunehmen, zu schreiten,  
und im Schreiten das Ankommen zu verstehen.

Der Wind spricht ihn an – er schweigt.  
Denn wer kein Haus mehr in sich trägt,  
hat Innen, Außen still verzweigt,  
bis alles in ein Ganzes schlägt.

Der Mantel, die Nacht, der Atem, das Herz –  
alles ein einziger Raum aus Licht.

Durchwebt von Freude und ohne Schmerz,  
weil nichts verloren ist – und auch nichts Pflicht.

Im Morgengrauen, wenn das Blau erwacht  
und zärtlich seine Stimme findet,  
steht er behutsam auf – ganz sacht –,  
als ob die Welt sich mit ihm verbindet.

Er faltet den Mantel, schlicht und wahr,  
wie ein Mönch die Robe vorm Gebet.  
Nichts bleibt zurück, nicht eine Spur,  
nur Stille, die ein wenig tiefer steht.

Und so geht er weiter, leicht wie ein Wort,  
warm wie ein Herz in freiem Stand,  
frei wie ein Wesen, das längst hat erkannt:

Ein Zuhause ist kein Ort.  
Ein Zuhause ist ein Zustand.

## 《斗篷寺》

当尘世在夜里掩上重门，  
连风亦不知其方向，  
独有行者步入天地之广袤，  
踏入豁然开启的尘寰心扉。

无屋舍承载，无炉火相伴，  
胸膛中无引擎轰鸣。  
唯有息，唯有步——寂静由此扩延，  
问候沉睡众生的灵性。

他的斗篷是一座寂静道场，  
由长夜与呼吸暖意织就。  
化作护身洞天温池——  
身安住，神不离。

当他如法端坐，  
暖流便从丹田升起：  
一鼎无声的火炉，以气息与勇气为薪。  
无星火，无柴木——唯有心焰灼灼。

冬雪非是考验——而是加持。  
严寒非是对手，乃是师者，  
涤尽冗余；万缘渐空，  
唯本质与之相逢。

斗篷轻柔覆体之处，  
生起微细生命气候。  
一捧暖意已足矣，  
托起心跳穿越寒夜。

时而蜷身如种子，  
静卧冬季怀抱之中。  
但春意不随时节框架生长——  
它萌自内在的勇毅。

因他知晓：春住心莲，  
不囿于年岁轮转之数。  
当恐惧消融于苦痛，  
心扉便豁然绽放。

他的坐姿成为寂静祭坛，  
吐纳化作祈请与光明。

不逐外在旨令——  
内在真性已足，无需他寻。

头顶星辰——非为征兆，  
非是天神，非是崇高诫命。  
只是默然遥相映照的知己，  
同享这份宁静。

脚下大地，澄澈如镜，  
寒冷似无字素笺，  
默然承托其身——恰似太初之时，  
已承载过万千劫波。

在此，质朴的天地系统里，  
在身、息、斗篷微息之间，  
升起一座不执一物的寺院，  
唯有寂静自如运转。

无顶，无火，无墙，  
无拥有造作温暖。  
只此身体——温热，舒展——  
与悄然觉醒的灵性。

如是穿越一切时空，  
不为追寻远方目标，  
只为接纳，只为前行，  
在行步中体悟抵达。

风与他对话——他静默。  
因内心再无屋舍执藏者，

已默默交织内外，  
直至万物圆融一体。  
斗篷，长夜，呼吸，心莲——  
俱是一味光明法界。  
喜悦遍织而无苦痛，  
因无失落——亦无束缚。

破晓时分，蓝光初醒，  
温柔寻回自身声音，  
他谨慎起身——极轻极缓——  
仿佛世界正与他相融。

叠起斗篷，至简至真，  
如僧晨祷前整束袈裟。  
无物残留，无迹可寻，  
唯余更深一重寂静。

于是他继续前行，轻盈如偈，  
温暖如自在心莲，  
自在如早已洞明的众生：

家舍非在处所。  
家舍乃在境界。

## Die Wärme unter dem Schnee

Leise fällt der Schnee zur Ruh,  
deckt die laute Welt nun zu.  
Spuren lösen sich im Gehn,  
alles darf vergeh'n, vergeh'n.

Was wir hielten, fest und schwer,  
trägt der Wind schon lang nicht mehr.  
Sanft wie Staub im Abendlicht  
zeigt sich, was bleibt – und was nicht.

Komm zur Ruhe, stimm dich ein,  
lass das enge Denken sein.

Was du suchst, war nie so fern –  
die Wärme war schon immer gern.

Kein Ort, kein Weg, kein Muss dabei,  
du bist daheim – und bist schon frei.

Im Stillen, hell und einfach wahr:  
Die Wärme war schon immer da.

Hinter Fenstern warmes Glüh'n,  
Kerzen, die im Dunkel blüh'n.

Herzen öffnen still die Hand,  
Schenken wird zum leisen Band.

Nicht für dich und nicht für mich,  
sondern einfach – menschlich.  
Geben fließt, wo nichts mehr trennt,  
wo kein Ich und Du mehr brennt.

Komm zur Ruhe, stimm dich ein,  
lass das enge Denken sein.

Was du suchst, war nie so fern –  
die Wärme war schon immer gern.

Kein Ort, kein Weg, kein Muss dabei,  
du bist daheim – und bist schon frei.  
Im Stillen, hell und einfach wahr:  
Die Wärme war schon immer da.

Immergrün im Winterkleid  
steht der Baum durch Raum und Zeit.  
Stürme zieh'n, doch er bleibt steh'n,  
lehrt uns still: Du musst nicht geh'n.

Was du bist, vergeht nicht hier,  
nicht im Dort und nicht im Wir.  
Unter Schnee, unter dem Sein  
leuchtet still das Eine ein.

Hör die Stille, weich und weit,  
jenseits von Verlust und Zeit.  
Kein Beginn und auch kein End –  
nur ein Herz, das sich erkennt.

Komm zur Ruhe, stimm dich ein,  
lass das enge Denken sein.

Was du suchst, war nie so fern –  
die Wärme war schon immer gern.

Kein Ort, kein Weg, kein Muss dabei,  
du bist daheim – und bist schon frei.  
Im Stillen, hell und einfach wahr:  
Die Wärme war schon immer da.

## **The Warmth beneath the Snow**

Softly now the snow comes down,  
hushing every restless sound.

Traces fade as we move on,  
all may pass — and still be gone.

What we carried, hard and tight,  
the wind released long out of sight.

Like dust within the evening glow  
we see what stays — and what will go.

Come to rest, attune your mind,  
let the narrow thinking unwind.

What you seek was never far —  
the warmth was always where you are.

No place to reach, no path to take,  
no demand that you must make.

Already home, already free,  
in silent truth, in clarity:  
the warmth was always here to be.

Behind the glass a gentle gleam,  
candles blooming in the dim.  
Hearts unclench, release the hand,  
giving forms a quiet bond.

Not for you, not meant for me,  
simply — shared humanity.

Giving flows where lines dissolve,  
where “I” and “you” no longer resolve.

Come to rest, attune your mind,  
let the narrow thinking unwind.

What you seek was never far —  
the warmth was always where you are.

No place to reach, no path to take,  
no demand that you must make.  
Already home, already free,  
in silent truth, in clarity:  
the warmth was always here to be.

Evergreen in winter's dress  
stands the tree through time and space.  
Storms may pass, yet still it stays,  
teaching gently: you need not stray.

What you are does not decay,  
not in here, not far away.  
Beneath the snow, beneath all form,  
the One still shines, unmoved, unborn.

Listen to the silence wide,  
beyond all loss and turn of time.  
No beginning, no true end —  
just a heart that knows itself again.

Come to rest, attune your mind,  
let the narrow thinking unwind.  
What you seek was never far —  
the warmth was always where you are.

No place to reach, no path to take,  
no demand that you must make.  
Already home, already free,  
in silent truth, in clarity:  
the warmth was always here to be.

《雪下暖意》

雪落悄然寂，  
覆此喧嚣世。  
足迹随步逝，  
万般皆可释。

往日紧握事，  
风早已拂去。  
似尘暮光里，  
显何存何逝。

归来安住吧，  
止息狭思量。  
所寻从未远，  
暖意本欣燃。

无途亦无境，  
无迫亦无令。

你已在归处，此刻即自由。  
于静默，澄明，本然中觉知：  
暖意本在此。

窗后温光漾，  
暗夜烛华绽。  
心扉静启手，  
予赠成轻绸。

非为你与我，  
只是为人故。

施予潺潺流，无物再相隔，  
无「我」无「你」炽焰灼。

归来安住吧，  
止息狭思量。  
所寻从未远，  
暖意本欣燃。

无途亦无境，  
无迫亦无令。  
你已在归处，此刻即自由。  
于静默，澄明，本然中觉知：  
暖意本在此。

冬衣亦常青，  
伫立越时空。  
风暴纵过境，巍然教谛听：  
汝本无需行。

汝之所是者，不逝于此地，  
不逝于彼方，不逝于「我们」。  
在雪下，在存在之下，  
静谧照亮那「唯一」。

倾听那静默，柔软又无垠，  
超越得失，超越时间。  
无始亦无终——  
唯一心自认。

归来安住吧，  
止息狭思量。  
所寻从未远，  
暖意本欣燃。

无途亦无境，  
无迫亦无令。  
你已在归处，此刻即自由。  
于静默，澄明，本然中觉知：  
暖意本在此。

## **Lass es sein**

Lass es sein,  
hier hält kein Stein.

Lass nur ab,  
die Zeit ist knapp.

Lass es zieh'n,  
musst nicht flieh'n.

Lass es geh'n,  
bleib nicht steh'n.


Lass es sein,  
kein Stein bleibt Stein.

Lass nur ab,  
nichts hält dich knapp.

Lass es zieh'n,  
wie Wolken zieh'n.

Lass es geh'n,  
klar geseh'n.

Das letzte Ass,  
immer „Lass“.



Möge die Intention klar sein,  
auch wo die Worte  
unvollkommen  
sind

# Nachwort

Dieses Buch ist kein Lehrgang und keine geschlossene Aussage.

Die Texte sind entstanden aus Begegnungen mit Stille, mit Fragen, mit Verlust, mit Welt und Zeit.

Manche Worte stehen nahe bei klassischen buddhistischen Texten, andere bewegen sich in moderner Sprache, manche in Liedform, manche im tastenden Fragment.

Sie folgen keiner einheitlichen Methode und wollen keine festgelegte Deutung.

Was hier zusammengetragen ist, sind keine Antworten, sondern Spuren.

Spuren von Durchschauen, von Loslassen, von Momenten, in denen etwas aufleuchtet und wieder vergeht.

Die Mehrsprachigkeit dieses Bandes ist kein stilistisches Mittel, sondern Ausdruck derselben Erfahrung: Wahrheit bindet sich nicht an eine Form und nicht an eine Sprache.

Mögen diese Texte nicht festgehalten werden. Mögen sie berühren, wo sie berühren. Und mögen sie wieder vergessen werden, wenn sie ihren Dienst getan haben.

*Mögen diese Worttropfen dem Heil aller Lebewesen dienen.*

# Hinweise zu Quellen und Texten

Die folgenden Hinweise dienen der stillen Orientierung. Sie sind keine Erläuterungen und keine Deutungen.

## **Das Herz der Weisheit**

Basiert auf dem *Prajñāpāramitāhṛdaya-Sūtra* (Herz-Sutra), Taishō Nr. 251. Die vorliegende Fassung ist eine freie poetische Übertragung.

## **Die Immer-Nimmer-Weisheit**

Basiert auf dem *Vajracchedikā Prajñāpāramitā-Sūtra* (Diamant-Sutra), Taishō Nr. 235, in freier dichterischer Verdichtung.

## **Tropfen in Wahrheit**

In freier Anlehnung an klassische Mahayana-Gleichnisse zur Vergänglichkeit (Traum, Tau, Blitz).

## **Bewusstseinsnetz**

Inspiziert von der Metapher von Indras Netz sowie zeitgenössischen Vorstellungen von Verbundenheit.

## **Frei im Fluss**

Inspiziert von daoistischen Motiven des Wu Wei und buddhistischer Mitgefühlslehre.

## **Pforte des Shurangama**

Deutsche poetische Fassung des Versliedes am Ende der dritten Rolle des *Śūraṅgama-Sūtra*, Taishō Nr. 945.

## **Rad des Shurangama**

Inspiziert vom *Śūraṅgama-Sūtra*, Taishō Nr. 945, insbesondere den Passagen zur Kontemplation des Hörens.

## **Religare ohne Glauben**

Deutsche poetische Fassung des Versliedes am Anfang der fünften Rolle des *Śūraṅgama-Sūtra*, Taishō Nr. 945.

### **Lied vom Lotuslicht und Die Lotushymne**

Inspiriert durch das *Lotus-Sutra*

(*Saddharmapuṇḍarīka-Sūtra*), Taishō Nr. 262.

### **Lied des Reinen Landes**

Basiert auf klassischen Texten der Reines-Land-Tradition, insbesondere dem Gelübde Amitābhas und der Praxis des Nianfo.

### **Wenn**

In freier Anlehnung an Rudyard Kiplings Gedicht *If* – , weitergeführt im Geist von Mahayana-Buddhismus und Daoismus.

### **Das Mantelkloster**

Hommage an die Chan-Tradition der Wandermönche, inspiriert vom Geist des Dichters und Einsiedlers Han Shan (寒山).

Alle weiteren Texte dieses Bandes sind eigenständige zeitgenössische Arbeiten, entstanden im Dialog zwischen kontemplativer Praxis, philosophischer Reflexion und moderner Erfahrung.

# Impressum

## Worttropfen

Gedichtband

Herausgegeben im Rahmen des Projekts **Ban Dao**. Ein offener, nicht-kommerzieller Weg kontemplativer Praxis, Dialogs und Verbundenheit.

## Herausgeber

Redaktionsteam Ban Dao

## Kontakt

[info@ban-dao.net](mailto:info@ban-dao.net)

## Web

[www.ban-dao.net](http://www.ban-dao.net)

## Hinweis zur Entstehung

Teile dieses Bandes entstanden im Austausch mit KI-gestützten Werkzeugen und wurden redaktionell kuratiert und verantwortet.

## Lizenz

BD-NC-NT-DER

Nicht-kommerziell – Namenstransparenz – Weitergabe unter gleichen Bedingungen

17. Mai 2026

