

Die Katze des Dalai Lama  
und die vier Geheimnisse des Glücks



David Michie

*Die Katze des Dalai Lama und*  
DIE VIER  
GEHEIMNISSE  
DES GLÜCKS

Roman

Aus dem Englischen übersetzt  
von Kurt Lang

*L o t o s*

Die Originalausgabe erschien 2019 unter dem Titel  
»The Dalai Lama's Cat and The Four Paws of Spiritual Success« im Verlag  
Conch Books, an imprint of Mosaic Reputation Management, Ltd.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,  
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,  
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich  
auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

Lotos Verlag

Lotos ist ein Verlag der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH.

ISBN 978-3-7787-8298-9

### 1. Auflage

Copyright © 2019 by Mosaic Reputation Management (Pty) Ltd  
Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2020 by Lotos Verlag,  
München, in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,  
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Redaktion: Annegret Scholz

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Einbandgestaltung: Guter Punkt, München, unter Verwendung  
von Motiven von © Lucie K / Shutterstock; © Arijeet Bannerjee /  
Getty Images; © phatthanit\_r / Getty Images;

© klerik78 / Getty Images

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: Druckerei Pustet, Regensburg

[www.ansata-integral-lotos.de](http://www.ansata-integral-lotos.de)

[www.facebook.com/Integral.Lotos.Ansata](https://www.facebook.com/Integral.Lotos.Ansata)

## *Widmung*



**M**it herzlichem Dank an meine geschätzten Gurus:  
Les Sheehy, ein außergewöhnlicher Quell der In-  
spiration und Weisheit;

Geshe Acharya Thubten Loden, unerreichter Meister  
und Verkörperung des Dharma;

Zasep Tulku Rinpoche, edler Vajra Acharya und Yogi.

Guru ist Buddha, Guru ist Dharma, Guru ist Sangha,  
Guru ist die Ursache allen Glücks.

Ich verneige mich vor allen Gurus, suche bei ihnen  
Zuflucht und bringe ihnen Opfer dar.

Möge durch dieses Buch die Inspiration, die ich von mei-  
nen Gurus erhalten habe,

Herz und Geist unzähliger Lebewesen erfüllen.

Auf dass alle Geschöpfe Glück und die wahren Ursachen  
des Glücks erfahren.

Auf dass alle Lebewesen frei von Leid und den wahren  
Ursachen des Leids sein mögen.

Auf dass alle Geschöpfe Glück ohne Leid erfahren –  
die große Freude und Befreiung des Nirwana.

Auf dass alle Geschöpfe in Ruhe und Frieden leben  
können, dass ihr Geist frei sei von Last und Zorn und frei  
von Gleichgültigkeit.

## *Prolog*



Liebe Leser, gehört die Neugier auch zu euren Wesenszügen? Angenommen, ihr schleicht an einer Nische vorbei, vor der ein Vorhang hängt. Drängt es euch nicht instinktiv danach, den Stoff beiseitezuschieben – oder vielmehr, darunter hindurchzukriechen – und nachzusehen, was sich dahinter verbirgt?

Wenn ihr eine wohlvertraute Straße entlanggeht und an einer Tür vorbeikommt, die seit Jahr und Tag verschlossen war, heute aber einen Spalt weit offen steht – würdet ihr nicht innehalten und interessiert hineinschauen? Oder wenigstens aus den Augenwinkeln einen Blick hineinwerfen? Was, wenn sich hinter dieser Tür ein geheimnisvoller Flur befindet, der in einen verwunschenen Innenhof oder womöglich einen von Lampenlicht erhellten, mit allen möglichen Kuriositäten vollgestellten Raum führt? Wärt ihr nicht versucht, ihn zu betreten?

Keine Sorge, ich erwarte von euch keine Antwort auf diese Fragen. Ich kenne sie bereits. Das nämlich haben wir gemeinsam, ihr und ich. Der profane Alltag kann uns nicht zufriedenstellen – solche Leser seid ihr nicht, und

ich bin auch keine solche Katze! Wir verfügen über aufgeweckte Geister, nicht wahr? Wir stellen Fragen. Entdecken neue Dinge. Wenn wir einen leeren Pappkarton mitten im Raum stehen sehen, sind wir die Ersten, die hineinspringen.

All das meine ich nicht ausschließlich wörtlich, wie ihr euch wahrscheinlich schon gedacht habt. Und das ist ein weiterer Punkt, den wir gemeinsam haben, ihr und ich: Auch wenn wir äußerst tiefeschürfenden Dingen auf den Grund gehen, wollen wir dabei unseren *Spaß* haben. Warum immer nur auf einer Ebene kommunizieren, wenn wir doch die Fähigkeit besitzen, uns mehrdeutig auszudrücken? Das wäre doch sterbenslangweilig.

Von allen Themen, die unsere Neugier erregen, bringt eines unseren Schwanz so richtig zum Zucken und die Schnurrhaare zum Zittern – ich spreche selbstverständlich von unserer letztendlichen Bestimmung: tiefster Glückseligkeit. Was ist unser Schicksal, liebe Leser, und wie können wir es in diesem Leben und dem, das danach folgt, beeinflussen? Ist die Natur unseres Geistes tatsächlich strahlend, grenzenlos und von heiterer Gelassenheit? Und wenn ja, wie können wir diese außergewöhnliche Realität erfahren?

Antworten auf diese Fragen kann eine Katze wie ich an verschiedenen Orten finden, so zum Beispiel an einem meiner absoluten Lieblingsplätze und gleichzeitig einem Hort großer Weisheit: dem Himalaja-Buchcafé, das sich gleich in der Nähe des Namgyal-Klosters befindet, wo ich mit Seiner Heiligkeit wohne. In den Regalen der an das Café angeschlossenen Buchhandlung findet sich ein

wahrer Schatz an spiritueller und esoterischer Lektüre, darunter auch Weltbestseller mit Titeln wie: *Die sechs Gesetze des Dies*, *Die sieben Prinzipien des Das* oder *Die Acht Regeln des Sonstwas*.

Ich muss sie nur ansehen, schon bin ich reif für ein Nickerchen. Ich will mir gar nicht vorstellen, was es für ein Aufwand wäre, diese ernsten Bücher durchzuackern und sich womöglich auch noch alles zu Herzen zu nehmen, was drinsteht – von der Umsetzung der vielen Gesetze, Prinzipien und Regeln im alltäglichen Leben ganz zu schweigen. Ob es wirklich Menschen gibt, die alles, was sie tun, mit einer mentalen Checkliste abgleichen, die ihrerseits mit jedem neuen Ratgeber, der die Bestsellerlisten stürmt, länger und länger wird?

Das alles kommt mir sehr kompliziert vor. Unnötig kompliziert. Immerhin sitze ich jeden Tag auf der Fensterbank und lausche den Weisheiten, die Seine Heiligkeit unzähligen Besuchern offenbart. Der Dalai Lama ist *niemals* kompliziert. Seine Besucher verlassen sein Büro nicht mit einem Lebensrezept, auf dem ihnen sechs von diesen Regeln und sieben von jenen verordnet wurden wie bunte Pillen, die täglich einzunehmen sind. Im Gegenteil – der Dalai Lama pflegt für gewöhnlich sehr einfache Ratschläge zu geben. Wie eine berühmte Katze einmal gesagt hat (und das könnte durchaus ich gewesen sein): Einfachheit ist die höchste Form der Raffinesse.

Wenn man also auf der Suche nach Erleuchtung ist, kann man sich den Weg zu den Neuerscheinungen im Himalaja-Buchcafé sparen. Darum entschied auch ich mich dafür, zu Hause zu bleiben, und streckte mich auf

der sonnenbeschienenen Fensterbank im ersten Stock aus, von wo man einen exzellenten Blick auf das Kommen und Gehen im Innenhof des Namgyal-Klosters hat – der ideale Aussichtspunkt, um so viel wie möglich mit so wenig Aufwand wie möglich zu beobachten.

Schon seit Jahren sitze ich an dieser Stelle und verfolge den Wandel der Jahreszeiten vor dem Fenster, während ich den Gesprächen seiner Heiligkeit im Raum hinter mir lausche. Und ebenso erhalte ich seit Jahren Komplimente für meine bezaubernden saphirblauen Augen, mein entzückendes kohlschwarzes Gesicht, mein üppi- ges, cremefarbenes Fell und meinen herrlich flauschigen grauen Schwanz.

Ich war noch ein winziges Kätzchen, als mich der Da- lai Lama vor dem beinahe sicheren Tod rettete. Alles in den Privatgemächern Seiner Heiligkeit war neu und auf- regend. In jenen frühen Tagen gab ich mich noch mit dem ersten Stock zufrieden – ein ausreichend großes Re- vier für so ein kleines, wenn auch neugieriges Wesen. Seither sind sieben Jahre vergangen, und inzwischen ken- ne ich nicht nur jeden Winkel in den Gemächern Seiner Heiligkeit und dem Namgyal-Kloster, sondern bin auch mit den interessanteren Orten der näheren Umgebung bestens vertraut.

Vor Kurzem ereilte mich – ungefragt – die Erkennt- nis, dass mir auch die Gespräche, die um mich herum stattfinden, sattem bekannt sind. Früher begegnete ich jedem Prinzen, Präsidenten und Popstar, der zu Besuch vorbeikam, mit derselben Neugier wie den Fragen, die sie auf dem Herzen hatten. Sie waren mir so neu und

unbekannt wie die Gemächer des Dalai Lama, als ich noch ein ganz kleines Kätzchen war.

Sieben Jahre später weiß ich, dass jede Frage, die sie Seiner Heiligkeit stellen, nur eine Variation der immer gleichen Themen ist.

Doch dabei ist es weiß Gott nicht so, dass mich die Antworten des Dalai Lama auf diese Fragen langweilen. Im Gegenteil: Je vertrauter ich mit ihnen bin, desto tiefer berühren sie mein Herz. Jedes Mal, wenn Seine Heiligkeit mit seiner unverwechselbaren tiefen Stimme den Wert der liebenden Güte erklärt, spüre ich, wie mich genau diese Tugend erfüllt – als könne er sie in mir zum Vorschein bringen, indem er einfach nur darüber spricht. Wenn er den Kopf zurückwirft und lacht – und das tut er oft –, dann werden alle Anwesenden, ich eingeschlossen, unweigerlich von dieser Freude angesteckt. Und wenn er den Weg zur Erfüllung und zum inneren Frieden erklärt, überkommt mich ein so tiefes Wohlbehagen, dass ich es am liebsten mit allen Lebewesen, die Fell, Federn oder Flossen oder auch gar nichts davon besitzen, teilen möchte – auf dass wir alle unsere wahre Natur als greifbare, alles durchdringende Gewissheit erkennen.

Und noch etwas ist mir klar geworden: Der Grund, aus dem so viele Menschen den Dalai Lama aufsuchen, liegt nicht unbedingt in seinen Worten allein, sondern auch in der Art und Weise, wie sie sich in seiner Gegenwart *fühlen*. Worte und Erkenntnisse sind wichtig, um zu verstehen, weshalb der Dalai Lama so ist, wie er ist. Sie lehren uns, wie wir in uns dieselben Tugenden kultivieren können, die wir an ihm so bewundern. Noch lange

nachdem seine Besucher auch das letzte Wort Seiner Heiligkeit vergessen haben, erinnern sie sich daran, wie er ihr Herz berührt hat. Und dafür lieben sie ihn.

Wenn sich eine Audienz dem Ende nähert, kommt es des Öfteren vor, dass der Besucher den Dalai Lama fragt, welches Buch er lesen solle, um den tibetischen Buddhismus besser zu verstehen. Dann bekommt er meistens ein einschlägiges Werk ausgehändigt – zum Beispiel Shantidevas *Leitfaden für die Lebensweise eines Bodhisattva*. Oder der Dalai Lama empfiehlt ein anderes Buch oder bittet einen seiner Assistenten, den Gast auf dem Weg nach draußen mit weiterführenden Informationen zu versorgen.

Es würde mich durchaus interessieren, ob seine Gäste diese Bücher auch tatsächlich lesen. Mir kommt es oft so vor, als wäre die Frage nach einem geeigneten Buch eher die Bitte um ein Souvenir. Ein Andenken, damit die außergewöhnliche Flamme nicht verlöscht, die durch seine Gegenwart entzündet wurde.



Eines Tages gegen siebzehn Uhr betraten Oliver und Tenzin, die beiden Assistenten Seiner Heiligkeit, das Büro zur abendlichen Besprechung. Bei dieser Gelegenheit pflegte Oliver – ein Engländer, der als Übersetzer Seiner Heiligkeit tätig war – zur allgemeinen Freude grünen Tee zu servieren. Tenzin, der nicht nur ein vollendeter Diplomat war, sondern auch als Assistent seiner Heiligkeit in spirituellen Angelegenheiten fungierte, saß seinem Chef

gegenüber neben Oliver auf einem Sofa. Ich fläzte mich auf einem Sessel neben Seiner Heiligkeit.

»Unser amerikanischer Gast hat das Buch erhalten, das Ihr ihm empfohlen habt«, berichtete Tenzin. Früher am Nachmittag war ein bekannter Talkshow-Moderator zu Besuch gewesen.

Der Dalai Lama dachte einen Augenblick lang nach, dann zuckte er mit den Schultern. »Ein sehr nützliches Buch. Vielleicht liest er es ja. Obwohl, für ihn ist es nicht unbedingt ideal.«

Oliver und Tenzin wechselten einen vielsagenden Blick. Im Lauf der Jahre hatten sie schon oft darüber diskutiert, welches Buch sie den Besuchern empfehlen sollten.

Oliver beugte sich vor. »Was wäre denn ein ideales Buch, Eure Heiligkeit?«, fragte er. Als Westler sprach Oliver seine Gedanken oft etwas direkter und unverblümter aus als die anderen aus der engsten Umgebung des Dalai Lama.

Seine Heiligkeit nickte und dachte nach. »Es muss alle Schlüsselemente des spirituellen Pfades beinhalten«, sagte er schließlich und beschrieb mit beiden Händen einen Kreis. Dann listete er besagte Elemente auf, mit denen ich natürlich längst vertraut war. Ich zählte mit. Es waren vier.

»Also eine Einführung?«, fragte Oliver.

Seine Heiligkeit hob mahrend die rechte Hand. »Aber zu einfach sollte sie nicht sein.« Er sah Oliver mit einem schelmischen Funkeln in den Augen an. »In den Sechzigern hielten wir Tibeter euch Westler noch für Barbaren. Nun ja, ganz so schlimm seid ihr offenbar doch nicht.«

Alle kicherten. Als die Lamas zum ersten Mal den Himalaja verließen und nach Europa, in die USA und nach Australien gingen, hatten sie nicht damit gerechnet, dass sich die ihrer Meinung nach hoffnungslos materialistischen Westler überhaupt für die Feinheiten der Geistes-  
schulung, geschweige denn für die wahre Natur ihres Bewusstseins interessierten. Doch zu ihrer Verblüffung hatten sie sich geirrt.

»Anspruchsvoll und nicht vereinfachend also?«, fragte Oliver.

»Und ...«, fuhr seine Heiligkeit fort, »mit einer Erklärung der eher mystischen Dinge.«

»Orakel, meint Ihr?«, fragte Oliver grinsend. »Telepathie?«

Ich drehte den Kopf, um besser zuhören zu können.

Der Dalai Lama nickte lachend.

»Astralreisen und so weiter?« Oliver ließ nicht locker.

Mir fiel auf, dass sich Tenzin nicht am Gespräch beteiligte. Obwohl er nach wie vor neben seinem Assistentenkollegen saß, war es, als wäre er mit dem Hintergrund verschmolzen, als hätte er sich völlig aus der Konversation zurückgezogen.

Seine Heiligkeit sah Oliver in die Augen. »Jetzt hast du schon so viele Bücher für mich übersetzt, vielleicht magst du zur Abwechslung ja mal eines schreiben?«

Und da begriff ich, weshalb Tenzin so schweigsam war.

Oliver hustete. Sein blasses Gesicht färbte sich rosarot. »Eure Heiligkeit!«, krächzte er.

»Mit den wichtigsten Themen bist du vertraut.«

»Ja, aber ...« Oliver bekam einen weiteren Hustenanfall. Höchst ungewöhnlich, dass es diesem Mann – er war