

**Dem  
Dreamteam  
Jana und Anouk**

**„Auf ihrer Sternenreise  
durch diese Galaxy“**

## **Titelbild**

Unser Sherpa, der uns auf einer gefährlichen Wegstrecke auf dem Makalu-Trek im Jahr 2000 sicheres Geleit gegeben hat.  
Eine Erinnerung in tiefer Dankbarkeit und Freude !

## **Copyright**

Texte von Bernd Joschke: [www.joschke.de](http://www.joschke.de)

Fotos von Helga Sevecke: [www.only-this.de](http://www.only-this.de)

Copyright: © Bernd Joschke/Helga Sevecke, Parkallee 117 in 28209  
Bremen

Die nachfolgenden Texte und Fotos sind  
Wochen-Mitteilungen aus dem Jahre 2016 unter  
dem Titel :

**SHIDO**  
**„ Immer im Transit “**



# Prolog

## Immer im Transit

Wir befinden uns auf einer Lebensreise  
zwischen Geburt und Tod,  
zwischen Jugend und Alter,  
zwischen Eben und Gleich  
– ohne Stillstand.

–

Auch nicht eine Sekunde können wir anhalten,  
nicht ein einziges Phänomen bewahren,  
und keinen Geisteszustand konservieren.

Und was ist die Lösung  
für diese unendliche Flucht der Erscheinung ?

**„ Loslassen ! “**

# Inhaltsverzeichnis

Widmung

Prolog : Immer im Transit

Inhaltsverzeichnis

	Seite
1. Neujahr	9
2. Ein Leben	11
3. Erwachen	13
4. Bambus	15
5. Goso's „Man of the way“	17
6. Phasen	19
7. Impulse	21
8. Einfach so	23
9. „Na und“	25
10. „Never stop“	27
11. „ER“	29
12. „SIE“	31
13. „On the road again“	33
14. Training	35
15. „...nur JETZT“	37
16. Wetternachrichten	39
17. Immer wieder	41
18. Wer bin ich ?	43
19. Räume	45
20. Weltformel	47
21. Das Unbewegte	49
22. Imperien	51

# Inhaltsverzeichnis

23.	Der Weg im Samsara (Erschöpfungskreislauf)	53
24.	Der Weg aus Samsara (Energiekreislauf)	55
25.	Menschen	57
26.	Zehn Weltereignisse	59
27.	Das Karussell	61
28.	Transit-Urkunden	63
29.	Freiheit	65
30.	Nur retten	67
31.	Gute Botschaft	69
32.	Nüchternheit	71
33.	Ewiges Eheglück	73
34.	Feindschaft	75
35.	Ici Boutique	77
36.	Leerheit und Form	79
37.	Vanitas	81
38.	The Future	83
39.	Schall und Rauch	85
40.	Beständiger Wandel	87
41.	Ummon's „Golden Breeze“	89
42.	My Past	91
43.	Der Schwur	93
44.	Das Rätsel	95
45.	Ewige Gegenwart	97
46.	Im Transit	99
47.	Abflug	101
48.	TIBET	103
49.	Bemerkungen	104

# Neujahr

„Jetzt“ - ...schon vorbei !





# **Ein Leben**

„Eingeatmet – ausgehaucht“

(und dazwischen ein Menschenleben)



## **Erwachen**

„... geht darüber hinaus,  
über das Jetzt und Hier,  
geht gemeinsam zum Großen Erwachen !“

(Sutra vom Herzen der Weisheit)



## Bambus

Mal wiegt er sich im Wind,  
mal biegt er sich unter der Last des Schnees,  
mal fallen dicke Regentropfen von nassen Blättern,  
mal streckt er sich den warmen Sonnenstrahlen  
entgegen

immer in tiefer Stille.



## **Goso's „Man of the way” \***

Goso said, „When you meet a man of the way on the path, do not meet him with words or with silence. Tell me, how will you meet him ?”

Ein Mensch des Weges geht den einzigen Weg,  
geradeaus hin, keinen zweiten und dritten.  
Belästige ihn nicht durch Worte und störe ihn nicht  
durch dein Schweigen.  
Lass Dich durch seine Sonne wärmen und folge ihm  
nach wie ein Schatten.

Und jetzt sag mir:  
**Wer ist wirklich dieser „Mensch des Weges” ?!**

\*Koan 36 aus dem Mumon-Kan,  
in welchem uns der Zen-Meister Goso auffordert, entschlossen und  
weit über alle Gegensätzlichkeiten hinaus den wahren Weg der  
Freiheit zwischen Himmel und Erde zu beschreiten.



