

## PRESSEMITTEILUNG

Dang Nghiem

### **Ich war einmal ein Fluss**

Mein Weg von der Ärztin zur  
buddhistischen Nonne



- Die Mut machende und berührende Lebensgeschichte einer Schülerin von Thich Nhat Hanh
- Inspirierend auf dem eigenen Weg zur seelischen Heilung
- Einführung, wie die *Kraft des Nichtunterscheidens* im Buddhismus aus dem Leiden führt

weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

## Wenn die Welle zum Wasser zurückkehrt

Dang Nghiem hat einen steilen Weg hinter sich, als ein dramatischer Wendepunkt ihr Leben in ein neues Licht rückt. In Vietnam während des Krieges geboren und aufgewachsen in einer zerrütteten Familie, hat sie sich eine Karriere als Ärztin in den USA erkämpft. Dann stirbt ihr Geliebter überraschend, und Dang Nghiem steht vor den Scherben ihres Lebens. Im Südwesten Frankreichs lernt sie bei Thich Nhat Hanh, wie wir uns aus dem Gefängnis befreien können, das die Vergangenheit mitunter um uns errichtet. *Ich war einmal ein Fluss* ist der ergreifende Lebensbericht einer Frau, die unter schwierigen Umständen den Mut findet, sich mit dem Schmerz ihrer Vergangenheit zu konfrontieren. Und im Buddhismus Heilung erfährt.

„In meinem Leben ging es mir oft wie einem Fluss, der sich in eine Wolke verliebt und ihr hinterherjagt. Bis die Wolke sich auflöst und ich qualvolle Schmerzen erleide, weil ich angenommen hatte, die Wolke werde immer da sein“, sagt Dang Nghiem. Der Name, den Thich Nhat Hanh ihr bei ihrer Ordination verleiht, bedeutet übersetzt „Schmuck der Nichtunterscheidung“. Hierin liegt der Schlüssel, der ihr die Basis eines inneren Friedens erschließt und sie befreit von einem Geist, der sie über Jahrzehnte hinweg mit den Misshandlungen und der

Lieblosigkeit in ihrer Kindheit hadern ließ.

„Von Menschen, die mir nahestanden, erwartete ich, dass sie dieses oder jenes sein sollten, nur um dann von ihrer Unzulänglichkeit enttäuscht zu sein. Meine Gedanken, Taten und Äußerungen waren mitunter unfreundlich, was die Saat der Einsamkeit, Eifersucht und Wut in mir weiter nährte“, erinnert sie sich.

Dann wird ihr klar, dass alle Lebewesen aus demselben Stoff gemacht sind und wie sehr diese Einsicht einen großen Teil ihres Leidens unnötig erscheinen lässt. „Wir alle tragen positive und negative Samen in uns. Abhängig von unserer Umgebung und unseren Taten, Gedanken, Verhaltensweisen und Äußerungen wässern wir manche Samen mehr als andere und sind infolgedessen dem Anschein nach so oder so; doch in Wirklichkeit tragen wir *alle* Samen in uns.“ Mehr und mehr gelingt es ihr, diese lebenserhaltende Verbindung zwischen sich und anderen Menschen zu sehen.

Neue Entdeckungen und Technologien bringen den Menschen voran, aber machen sie auch glücklicher? Dang Nghiem ruft uns mit ihrer Lebensgeschichte eine Tugend in Erinnerung, die nur in wacher Bewusstheit erfahrbar ist: Mit wachsender Hingabe lässt die Vietnamesin ihr Streben nach der flüchtigen Wolke los und lernt, auch den schwierigen, leblos scheinenden inneren Räume mit einer umarmenden, annehmenden Haltung zu begegnen.

Oft spricht Thich Nhat Hanh von der Welle, die erkennt, dass sie

Wasser ist. Für sie besteht keine Notwendigkeit mehr, zum Wasser zurückzukehren. Sie kann frei sein, weil sie jegliche Unterscheidung aufgegeben, weil sie ihr Urteil losgelassen hat. Die Zeilen von Dang Nghiem füllen diese Analogie mit Leben. **Sie zeigen auf berührende Weise, dass es in unserer Macht steht, Geliebtes in uns fortleben zu lassen, wenn ein sich weitender Geist die Begrenzungen von Raum und Zeit zu lockern im Stande ist.**



Dang Nghiem  
**Ich war einmal ein Fluss**  
Mein Weg von der Ärztin zur buddhistischen Nonne  
ca. 184 Seiten, Broschur  
€ (D) 17,95  
ISBN 978-3-89901-584-3  
Auch als E-Book erhältlich

## ÜBER DIE AUTORIN



**Schwester Dang Nghiem** wurde 1968 während der Tet-Offensive in Vietnam geboren und von ihrer Großmutter aufgezogen. 1985 kam sie in die USA, machte zwei College-Abschlüsse, absolvierte ihr Medizinstudium und begann als Ärztin zu arbeiten. Als buddhistische Nonne hat sie sich sowohl westliche als auch östliche Heil-Ansätze angeeignet und darüber hinaus die heilsame Kraft der Achtsamkeitspraxis erlernt.

## ÜBER DEN VERLAG

Gegründet wurde Theseus 1975 von Silvius Dornier, um anspruchsvollen Texten aus den Themenbereichen Buddhismus und Fernöstlicher Weisheit eine Plattform zu bieten. Große Lehrer wie Thich Nhat Hanh und der Dalai Lama gehören zu den bekanntesten Autoren des Verlages .

Die Marke „Theseus“ bereichert das Verlagsgefüge der J.Kamphausen Mediengruppe\* um essentielle Titel zu Buddhismus, Yoga und östlicher Spiritualität. Die inspirierenden Sachbücher und Ratgeber verbinden Anspruch mit einer guten Lesbarkeit und unterstützen die Leser durch die Vermittlung von Entspannungs- und Achtsamkeitstechniken in ihrer eigenen Lebenspraxis. Dafür schöpft der Verlag aus dem reichen Erfahrungsschatz von zeitgenössischen Lehrern und Lehrerinnen aus verschiedenen fernöstlichen Weisheitstraditionen. Die Titel fühlen sich dem Grundsatz von Theseus verpflichtet: Dem Leben Tiefe geben.

\* Die J. Kamphausen Mediengruppe mit den Verlagen J.Kamphausen, Aurum, Theseus, Lüchow und LebensBaum sowie der Tao Cinemathek wurde 1983 in Bielefeld gegründet und beschäftigt heute 20 feste und freie Mitarbeiter. Das Lieferprogramm umfasst mehr als 700 Titel aus den Themenbereichen Spiritualität, ganzheitliche Gesundheit und Wirtschaft. Einzelne Titel erreichen Auflagen von bis zu 450.000 Exemplaren.

## PRESSEKONTAKT

Andreas Klatt  
Presse & Öffentlichkeitsarbeit  
J.Kamphausen | Mediengruppe  
Stapenhorststraße 20  
33615 Bielefeld  
Fon +49 (0)521 56052 230  
Fax +49 (0)521 5605229  
andreas.klatt@j-kamphausen.de