

Form ist Leere – Leere Form 6

Buddhistische Themen und Lehrbegriffe
Themenschwerpunkt: Buddhanatur

Hrsg. Marianne Wachs

Inhalt

Vorwort der Herausgeberin	7
Sylvia Wetzel	
Im Augenblick der Liebe scheint unser wahres Leben auf	16
Roland Berthold	
Buddha-Natur und Nienfo-Praxis in der Schule des Lauteren Landes	31
Oliver Petersen	
Die Lehre von der Buddhanatur	55
Yudo J. Seggelke	
Die Buddhanatur bei Meister Dōgen	89
Traudel Reiß	
Die Buddha-Natur aus der Sicht von Ayya Khema	123
Peter Gäng	
Klares Licht: Überlieferung der Lehre von der Buddhanatur	137
Die AutorInnen	184
Inhalt Band 1 - Band 5	187
Verlagsprogramm	190

Vorwort der Herausgeberin

In diesem Band von “Form ist Leere – Leere Form” wird nur ein einziges Thema behandelt: die “Buddha-Natur”. Dieses Thema wird von allen Seiten beleuchtet, von verschiedenen buddhistischen Schulrichtungen aus erklärt und zur alltäglichen Praxis in Beziehung gesetzt. Dabei wird zweierlei deutlich. Zum einen darf die Meinung keiner einzigen Schulrichtung verabsolutiert werden, denn wenn man eine Zusammenschau über die in diesem Band eingeschlossenen Artikel unternimmt, dann wird offenbar, dass jede Schulrichtung nur einzelne Aspekte repräsentiert, bestimmte Schwerpunkte setzt.

Darüber hinaus machen die Artikel in der Zusammenschau deutlich, dass im Westen die einzelnen Schulrichtungen, ob sie es wollen oder nicht, voneinander beeinflusst sind. Dies hat z.B. den Theravāda-Buddhismus dazu bewegt, sich mit dem Begriff “Buddha-Natur” auseinanderzusetzen, obwohl er mit seinem Sinngehalt in klassischen Lehrgebäude des Theravāda allenfalls in Anfangsgründen präsent war. Die positive Konsequenz der gegenseitigen Beeinflussung ist eine Erweiterung der eigenen Weltsicht und eine größere Akzeptanz der “fremden” Schulrichtungen – in dem Sinne, dass das “Fremde” nicht mehr als bedrohlich empfunden wird, dass Mauern fallen und der Geist eine größere Offenheit gewinnt.

Der Band beginnt mit Sylvia Wetzels Aufsatz *Im Augenblick der Liebe scheint unser wahres Leben auf*. Die Autorin geht vom tibetischen Buddhismus aus, der dritten, jüngsten großen Strömung des Buddhismus, und erklärt dessen Neuerung: Er beschreibt nämlich die letztendliche Wirklichkeit auch positiv und sieht alle Phänomene als Ausdruck der Buddha-Natur. Diese wird gleichgesetzt mit der Natur oder dem Wesen des Geistes, wird aber daneben auch als wirksames Mittel angesehen, um über die Grenzen des begrifflichen Denkens hinaus und zum Ende aller Konzepte zu führen. Erst dann erkennt man

die Tiefendimension aller Erfahrungen. Innewerden kann man sich dieser Dimension in der Übung der Achtsamkeit. Der Achtsamkeit ist die grobe Ebene des Erlebens zugänglich und direkt spürbar. Mit ihrer Hilfe lernt man, sich zu de-identifizieren. In diesem Prozess ereignet sich der Zwischenschritt des nicht-urteilenden Gewahrseins, bei dem man sich noch mit diesem letzteren identifiziert. Doch schließlich kommt die Erkenntnis, dass das, was bemerkt, und das, was bemerkt wird, nicht zweierlei ist, sondern ein Einssein jenseits von Zeit und Raum, von Worten und Begriffen. In diesem Augenblick entdeckt man die Buddha-Natur, die Natur des Geistes. Aber auch diese Erfahrung ist unbeständig und von Bedingungen abhängig – und wenn dies richtig verstanden und vor allem verwirklicht wurde, dann erst ist die Tiefendimension aller Erfahrungen erreicht.

Sylvia Wetzel stellt nun eine klassische und eine zeitgenössische Interpretation der Buddha-Natur vor. Die klassische Interpretation geht auf die Tradition der Gelugpas zurück, für welche die Einsicht in die Buddha-Natur bedeutet: Einsicht in die Leerheit des Geistes von Selbst-Existenz. Die Seite der Leerheit wird bei den Gelugpas betont und eine positive Definition abgelehnt, obwohl auch die Gelugpas bei der Beschreibung tantrischer Übungen positive Begriffe verwenden. Dem wird die zeitgenössische Interpretation des englischen Nyingma-Lehrers Rigdzin Shikpo an die Seite gestellt, welcher die Buddha-Natur in Beziehung setzt zu den Qualitäten der Offenheit, Klarheit und Feinfühligkeit. Hierbei eröffnet sich ein erfahrungsbezogener Zugang zur letztendlichen Wirklichkeit. Sylvia Wetzel endet mit einem Ausblick auf Bodhicitta, die Haltung, welche das Erwachen zum Wohle aller Lebewesen anstrebt und welche als direkter Ausdruck der Buddha-Natur gilt. Es erweist sich, dass sich das wahre Wesen der Buddha-Natur, wenn es erst einmal entdeckt und Vertrauen zu ihm gefasst wurde, als Liebe (im Sinne von liebevoller Freundlichkeit), Mitgefühl, Mitfreude und Gleichmut manifestiert.

Als nächstes folgt ein Aufsatz von Roland Berthold über *Buddha-Natur und Nienfo-Praxis in der Schule des Lauteren Landes*. Der Autor weist darauf hin, dass die Lehre von der Buddha-Natur unterschiedliche Entwicklungen durchgemacht hat, deren innere Konfliktlinien sich in den einzelnen chinesischen Deutungen fortgesetzt haben. Diese Lehre, welche die in allen Lebewesen vorhandene grundsätzliche Natur der Erleuchtung postuliert, hat besonders seit der Übersetzung des Mahā-pariṇirvāna-Sūtra im 3. Jh. u. Zt. erheblichen Einfluss auf das chinesisch-buddhistische Denken ausgeübt. Der Autor geht auf vier in Indien entstandene Sūtras ein, auf welche sich die chinesische Tathāgatagarbha-Richtung beruft. In diesen Sūtras wird besonders die Vorstellung, dass die Buddha-Natur eine Art Wesensessenz sei, zurückgewiesen und deren Verbindung mit dem Entstehen in Abhängigkeit betont. Aus dieser Verbindung folgt, dass die Buddha-Natur leer ist. Damit kann sie auch funktional sein: Weg zur Befreiung vom Leiden. Sie ist nicht die "Natur" eines Wesens, sondern die Möglichkeit, ein Buddha zu werden, sowie die Einsicht in die Leerheit vom Ich und von allen Gegebenheiten und außerdem der Prozess der Verwirklichung.

Roland Berthold geht besonders auf die Schule des Lauteren Landes (im Westen besser bekannt als "Reine-Land-Schule") ein, welche das gläubige Vertrauen betont. Ist dies Vertrauen erreicht, ergibt sich die spontane Einsicht in die wahre Natur des Buddha Amitābha, welche die Erkenntnis der Nicht-Zweiheit von Ich und Buddha ist. Er stellt heraus, dass sich mittels der von der Schule des Lauteren Landes vertretenen Methode der Vergegenwärtigung des Buddha in der Rezitation seines Namens oder der Visualisierung seines Bildes die eigene Identität verwandelt. Am Ende gibt es keinen Dualismus zwischen den Übenden und dem Objekt der Praxis mehr und dies ist die Geburt im Lauteren Land. Sie ist nur möglich, weil man mit der Übung seine Buddha-Natur erweckt.

Als drittes ist der Aufsatz von Oliver Petersen *Die Lehre von der Buddha-Natur* zu lesen. Der Autor erklärt, dass nach der Mahāyāna-Lehre alle Wesen ein ihnen innewohnendes Potenzial zur höchsten Erleuchtung besitzen, dass sie immer schon die Buddha-Natur haben, ganz gleich, ob sie sich dessen bewusst sind oder nicht. Dies beinhaltet, dass der Geist eigentlich rein ist, aber im Moment durch geistige Projektionen und Leidenschaften getrübt wird. Er ist von Natur aus nicht befleckt. Er ist klares Licht.

In der Gelug-Tradition, welche Oliver Petersen vertritt, gibt es eine Einteilung in die natürlich anwesende Buddha-Natur und den sich entfaltenden Geist der Buddha-Natur. Es wird erklärt, dass dieser Ansicht zufolge die endgültige Natur unseres Geistes die Leerheit ist, welche in jedem Wesen immer vorhanden ist. Dies nennt man den natürlichen Dharmakāya. Dagegen ist die konventionelle Natur des Geistes von Leidenschaften verunreinigt und um dies zu überwinden, muss man Weisheit entwickeln. In der Buddhaschaft gibt es die natürlich anwesende Leerheit des Geistes, welche auch die noch nicht zur Buddhaschaft gelangten Wesen haben, und zusätzlich den Weisheits-Dharmakāya, denn der Buddha-Geist ist auch leer von allen Verunreinigungen. Damit ist die doppelte Leerheit erlangt.

Oliver Petersen erklärt auch, wie die Buddha-Natur von vier buddhistischen Schulrichtungen gesehen wird, und geht auf den Nutzen der Entwicklung der Buddha-Natur ein. Der Nutzen besteht darin, dass man sehr stark sein Karma reinigen, sich befreien und andere auf den Pfad bringen kann. Die Entwicklung hilft gegen Mutlosigkeit, ermuntert zu einer Haltung des Respekts und wirkt gegen Überheblichkeit. Am Ende des Textes werden die Unterschiede zwischen den Arahats und den Bodhisattvas aus der Sicht der Gelugpas beschrieben, wobei der Bodhisattva-Weg als Höhepunkt erscheint, in dessen Verlauf sich die Buddha-Natur voll entfalten kann.

Dem Aufsatz von Petersen folgt der von Yudo J. Seggelke mit dem Titel *Die Buddha-Natur bei Meister Dōgen*. Seggelke berichtet, wie der junge Dōgen in Gesprächen mit bekannten Meistern und Gelehrten seiner Zeit versuchte, die Frage nach der Buddha-Natur zu klären. Ihn bewegte besonders das Problem, dass die Buddha-Natur einerseits von Anfang an bei allen Wesen vorhanden ist, sie aber andererseits mühevoll freigelegt werden muss, um im eigenen Leben wirksam zu werden. In China wurde sein Wissensdrang endlich befriedigt, als er erfuhr, dass nur im unmittelbaren Leben und Handeln im Hier und Jetzt die klare Erfahrung der Wirklichkeit der Buddha-Natur zu machen sei. Diesem Ziel dient auch die Methode des Shikantaza, des “Nur-Sitzens”. Später hat sich Dōgen in einem Kapitel seines zentralen Werkes Shōbōgenzō (“Die Schatzkammer des wahren Dharma-Auges”) speziell mit der Buddha-Natur beschäftigt und herausgearbeitet, dass ein solcher Begriff – nur als Begriff verstanden – oft eine Fessel sein kann, da er es eventuell unmöglich macht, das reine und wahre Handeln zu verwirklichen. Dieses Handeln zeichnet sich dadurch aus, dass es keinen Vorteil oder Profit für sich selbst will, sondern den Lebewesen in der Weise hilft, in der dies in einem bestimmten Augenblick in einer bestimmten Situation geschehen muss. In einem solchen Handeln bilden Ich und Du eine Einheit. Ein solches Handeln und wahres Leben – als “Sein” bezeichnet – kann nach Dōgen nicht von der Zeit getrennt werden. Es findet ausschließlich in der Gegenwart statt.

Dōgen kam zu der Erkenntnis, dass die Buddha-Natur die totale Existenz ist, weder messbar noch beschreibbar. Sie lässt sich verstandesmäßig nicht erfassen, sondern ist ein nicht-abtrennbarer Teil des einfachen Handelns im Alltag und damit des Menschen. Unabhängig von der Form kann sie nicht existieren. Damit wird sie auch mit der in buddhistischen Texten oft angeführten Analogie von Same und Pflanze nicht angemessen erfasst, denn Same und Pflanze sind immer im

Augenblick der Sein-Zeit die Buddha-Natur. Sie existiert unmittelbar und ohne Bedingungen in der Gegenwart. Alle Lebewesen – und zu diesen rechnet Dōgen sogar Länder, Sonne, Mond und Sterne – sind sie, aber von der Ebene der *sūnyatā* aus sind sie zugleich ohne sie. Sie ist auch Weisheit ohne Grenzen und ohne Schranken, darf freilich nicht als etwas Ewiges und Dauerhaftes missverstanden werden. Um sie zu verwirklichen, muss hauptsächlich die Ich-Sucht überwunden werden. Seggelke geht in seinem Aufsatz auch gegen die falsche Auffassung vor, nach der Dōgen und der Zen-Buddhismus insgesamt Theorie pauschal abgelehnt hätte: Vielmehr müssen für Dōgen Praxis und Theorie eine Einheit bilden. Die Praxis besteht bei ihm aus der Zazen-Praxis und dem Handeln während des Tages und der Nacht. Wird die Praxis eifrig befolgt und auch die Theorie nicht vernachlässigt, dann verliert man seine alte Sichtweise und gewinnt eine neue Freiheit. Am Ende des Aufsatzes geht Seggelke noch auf das berühmteste Kōan mit der Frage nach der Buddha-Natur des Hundes und auf ein weiteres Kōan ein, in dem gefragt wird, in welchem Teil eines Regenwurm die Buddha-Natur ist, und unterstreicht noch einmal, dass für Dōgen unmittelbares Erleben und Erfahren im Gleichgewicht sein müssen und beides im Einklang mit der Ethik. Ist dies gegeben, dann kann die angestrebte Erfahrung gemacht werden.

Der nächste Aufsatz von Traudel Reiß befasst sich mit dem Thema *Die Buddha-Natur aus der Sicht von Ayya Khema*. Auch Ayya Khema, die große westliche Theravāda-Lehrerin, hat sich mit der Buddha-Natur beschäftigt und verstand darunter sowohl das Erleuchtungsprinzip als auch das Potenzial für die Erleuchtung, das alle in sich tragen. Mit ihrem weiten, keine künstlichen Grenzen kennenden Geist ging sie davon aus, dass es keinen grundsätzlichen Unterschied zwischen den Religionen gibt und dass in jeder Religion die Möglichkeit besteht, zur Erleuchtung zu gelangen. Schließlich kann es auch nicht

mehrere absolute Wirklichkeiten geben. Außerdem sind Begrenzungen menschlich und weltlich und können sich damit nicht auf die absolute Wirklichkeit beziehen.

Ayya Khema wies noch einmal darauf hin, dass sowohl die Erleuchtung selbst als auch das Potenzial zur Erleuchtung als “Buddha-Natur” bezeichnet werden können. Diese zwei Bedeutungen lassen sich aber nicht gleichsetzen, denn das Potenzial ist eine wesentliche Voraussetzung für das Erlangen der Erleuchtung. Wie Traudel Reiß berichtet, ist das Erleuchtungsprinzip nach Ayya Khema auch das erste der Drei Juwelen Buddha, Dharma (Pāli: Dhamma) und Sangha. Man verehrt es bei der Zufluchtnahme im Buddha.

Um dieses Potenzial zur Erleuchtung zu entfalten, ist es zuerst nötig, genügend Vertrauen in die eigenen spirituellen Fähigkeiten zu gewinnen. Der Weg, auf dem es entfaltet wird, ist gekennzeichnet durch den Entschluss, zur Erleuchtung zu gelangen, und später durch das Entwickeln der Willenskraft, verbunden mit Einsicht. Doch nicht allein das Vertrauen ist die unerlässliche Grundlage, sondern ebenfalls Hingabe und Liebe, die erweckt werden können, weil sie in jedem Menschen angelegt sind. Auf dem Weg ergibt sich dann eine Läuterung des Innenlebens (Reinigen von Unheilsemem und Ausrichten zum Heilsamen), wobei ein Hilfsmittel dazu die Meditation ist (Erleben der meditativen Vertiefungen).

Als letzter Aufsatz in diesem Band erscheint *Klares Licht: Überlieferung der Lehre von der Buddha-Natur* von Peter Gäng. Darin wird aufgezeigt, wie die Lehre von der Buddha-Natur innerhalb der Überlieferung verschiedener buddhistischer Traditionen einzuordnen ist. Es zeigen sich Ansätze zu der Lehre bereits in der vorwiegend im Pāli-Kanon dokumentierten alten Tradition. Verfolgt man die Überlieferung weiter, dann ergibt sich ein vielschichtiges Geflecht von Ideen, mit denen auch ein

mystisch-spiritueller Erleben so in Worte gefasst werden soll, dass anderen die Orientierung erleichtert wird.

Ausgangspunkt für die hier untersuchte Lehre sind Aussagen, nach denen jedes Lebewesen das Potenzial zum Erwachen hat, und zusätzlich dazu ein meditatives Erleben von Stille und Weite voller Klarheit. In früheren Traditionen meinte man, „Unheilbares“ gehöre nicht zur Buddha-Natur, doch später wurde besonders im tantrischen Buddhismus nichts von ihr ausgeschlossen.

Nach Erklärungen zu sich auf die Buddha-Natur beziehenden Begriffen aus den Quellsprachen gibt Peter Gäng quasi ein kleines Lesebuch mit chronologisch angeordneten Ausschnitten aus Texten, in denen die Lehre von der Buddhanatur vorbereitet und formuliert wird. Es beginnt mit einem kurzen Zitat aus dem Anguttara-Nikāya des Pāli-Kanons, in dem zum ersten Mal vom „klaren Licht“ die Rede ist. Dann folgt eine Passage aus dem Jñānālokāṃkāra-Sūtra, in dem viele Aussagen von späteren Texten vorweggenommen werden. In dem nächsten Abschnitt aus dem Tathāgatagarbha-Sūtra werden neun vielschichtige Gleichnisse wiedergegeben, die man auch meditativ auf sich wirken lassen sollte. In den folgenden Auszügen aus dem Anūnatva-apūratva-nirdeśa-Sūtra geht es um den Tathāgatagarbha – der häufigste Name für die Buddha-Natur –, der so etwas wie das Ganze ist, das in jedem Einzelnen Gestalt annimmt und von ihm gestaltet wird. Im nächsten Teil – aus dem Mahāparinirvāṇa-Sūtra – werden die hier dargestellten Probleme in außerordentlich komplexen Bildern erläutert. In dem nun angeführten Abschnitt aus dem Śrīmālādeviśiṃhanāda-Sūtra wird eine Beziehung zu den Vier Edlen Wahrheiten hergestellt und die angegebenen Strophen aus dem Mahāyānasūtrāṅkāra – ein Grundlagenwerk der Yogācāra-Schule – bemühen sich um die Formulierung einer bestimmten Form des mystischen Erlebens im Kontext der Lehren von der für alle

Lebewesen prinzipiell erreichbaren Buddhaschaft. Es folgen Passagen aus dem Ratnagotravibhāgaśāstra (auch unter dem Namen Uttaratantra bekannt), einer sehr homogene Zusammenfassung, Darlegung und Interpretation der Lehren. Dagegen gehen die Abschnitte aus dem Lānkāvatārasūtra auf die Beziehung zu den einzelnen Bewusstseinsarten ein.

Schließlich wird gezeigt, dass im tantrischen Buddhismus die Lehren von der Buddha-Natur schon zum allgemeinen Bestand buddhistischer Ideen gehören. Es endet in einer grandiosen Gesamtschau im Caṇḍamahāroṣana-Tantra mit den Worten: “Die ganze Welt hat Buddha-Natur, / und das ist meine Gestalt.”

Und damit endet auch dieser Band, in dem der Begriff der Buddha-Natur von allen Seiten beleuchtet, inhaltlich und geschichtlich betrachtet und zum unmittelbaren Erleben – auch der LeserInnen – in Beziehung gesetzt wurde. Mögen die LeserInnen dies zum Anlass nehmen, weiter auf ihrem Weg fortzuschreiten und das, was in Worten nur angedeutet werden kann, in der Erfahrung zu verwirklichen!

AUTORINNEN UND AUTOREN

Roland Berthold, geb. 1942, hat 1955 durch einen Rundfunkvortrag Heinrich Harrer zum Buddhismus gefunden. 1957 Zufluchtnahme. 1958 Teilnahme am ersten Meditationsseminar nach dem 2. Weltkrieg in Deutschland unter Leitung des Ehrw. Soma Mahāthera in Iserlohn (Westf.). Von 1960 – 1988 Mitglied des Ordens Ārya Maitreya Mandala; 1981 von Lama Anagarika Govinda zum Dharmācārya berufen.

Ein kurzer Aufenthalt in einem Kloster der Schule des Lauteren Landes auf Taiwan im Jahre 1984 führte zu einer Neuorientierung der spirituellen Praxis, die 2003 durch Unterweisungen des vietnamesischen Meisters Thích Hai-Quang weiter vertieft wurde.

Seit 1994 Mitglied der chinesischen Fo-guang-shan-Gemeinschaft, von deren Großmeister Xingyun er 1997 zum tanjiangshi (Dharma-Lehrer) berufen wurde. Mitbegründer (1999) und Lehrer der deutschsprachigen „Mittwochsgruppe“.

Peter Gäng, Dr. phil., geb. 1942. Studierte Indologie, Philosophie und Sozialwissenschaften, promovierte in Philosophie über buddhistische Hermeneutik. Mitbegründer der Buddhistischen Akademie Berlin Brandenburg. Lebt und arbeitet als Autor und Lektor in Berlin. Kontakt über den Buddhistischen Studienverlag.

Oliver Petersen, 1961 geboren, ist Lehrer des Buddhismus am Tibetischen Zentrum e.V., Hamburg, das unter der Schirmherrschaft des Dalai Lama steht. Er lehrt dort seit 1980. Zwischen 1983-1999 war er als buddhistischer Mönch und Schüler von Geshe Thubten Ngawang ordiniert. Heute leitet er für das Zentrum Meditationsseminare und Studienkurse und ist als Referent, Übersetzer und im interreligiösen Dialog tätig.

Oliver Petersen ist Magister der Tibetologie, Religionswissenschaft und Philosophie und hat eine gestalttherapeutische Ausbildung.

Traudel Reiß, Jahrgang 1954, Dipl.-Math., hat mehrere Jahre in der Industrie gearbeitet, bevor sie ins Buddha-Haus und den Metta Vihara ging und dort neun Jahre gelebt und gearbeitet hat, davon 4,5 Jahre als buddhistische Nonne. Sie war Schülerin von Ayya Khema und ist von ihr zum Lehren autorisiert. Heute lebt sie im Allgäu, ist selbstständig tätig mit Meditationsseminaren und verschiedenen Verlagstätigkeiten (u. a. Übersetzungen, Lektorat und Layout) sowie für die DBU in der Redaktion der Zeitschrift "Buddhismus aktuell".

Yudo J. Seggelke, Dr., geb. 1938, studierte Elektrotechnik, Ökonomie, Soziologie und Philosophie. Promotion in Umweltinformatik. War Direktor und Professor im Umweltbundesamt und lehrte an der TU Berlin. Er praktiziert und studiert Buddhismus seit über 35 Jahren. Er war Schüler der koreanischen Meisterin Dae Poep Sa Nim und wurde von Nishijima Roshi ordiniert, von dem er auch die Dharma-Übertragung erhielt. Er beschäftigt sich hauptsächlich mit Dōgen und Nāgārjuna, hält Vorträge und arbeitet an Übersetzungen buddhistische Texte ins Deutsche. Er betreibt den Internet-Blog zur Einführung in Dōgens Shōbōgenzo: <http://yudoblog-b.blogspot.com/> und hat den buddhistischen Verlag DONA gegründet.

Sylvia Wetzel, geb. 1949, ursprünglich Gymnasiallehrerin, befasst sich seit 1968 mit unterschiedlichen Wegen zur psychischen und politischen Befreiung und seit 1977 mit dem Buddhismus. Ausbildung in der tibetischen Tradition (Thubten Yeshe, Zopa Rinpoche, Rigdzin Shikpo (Michael Hookham) u.a.), zwei Jahre Praxis als Nonne. Wichtige Impulse kommen aus dem Rinzaï-Zen, dem Theravāda, dem Tara-Rokpa-Prozess. Die Publizistin und Meditationslehrerin spricht und schreibt

über Buddhismus und unterrichtet seit 1986 Entspannung, Meditation und Buddhismus im deutschsprachigen Raum und in Spanien. Mit ihren kulturkritischen und feministischen Ansätzen ist sie eine Pionierin des Buddhismus im Westen. Sie ist Mitbegründerin und Vorsitzende der 2001 gegründeten Buddhistischen Akademie Berlin Brandenburg.

Internetseite: <http://www.sylvia-wetzel.de/>