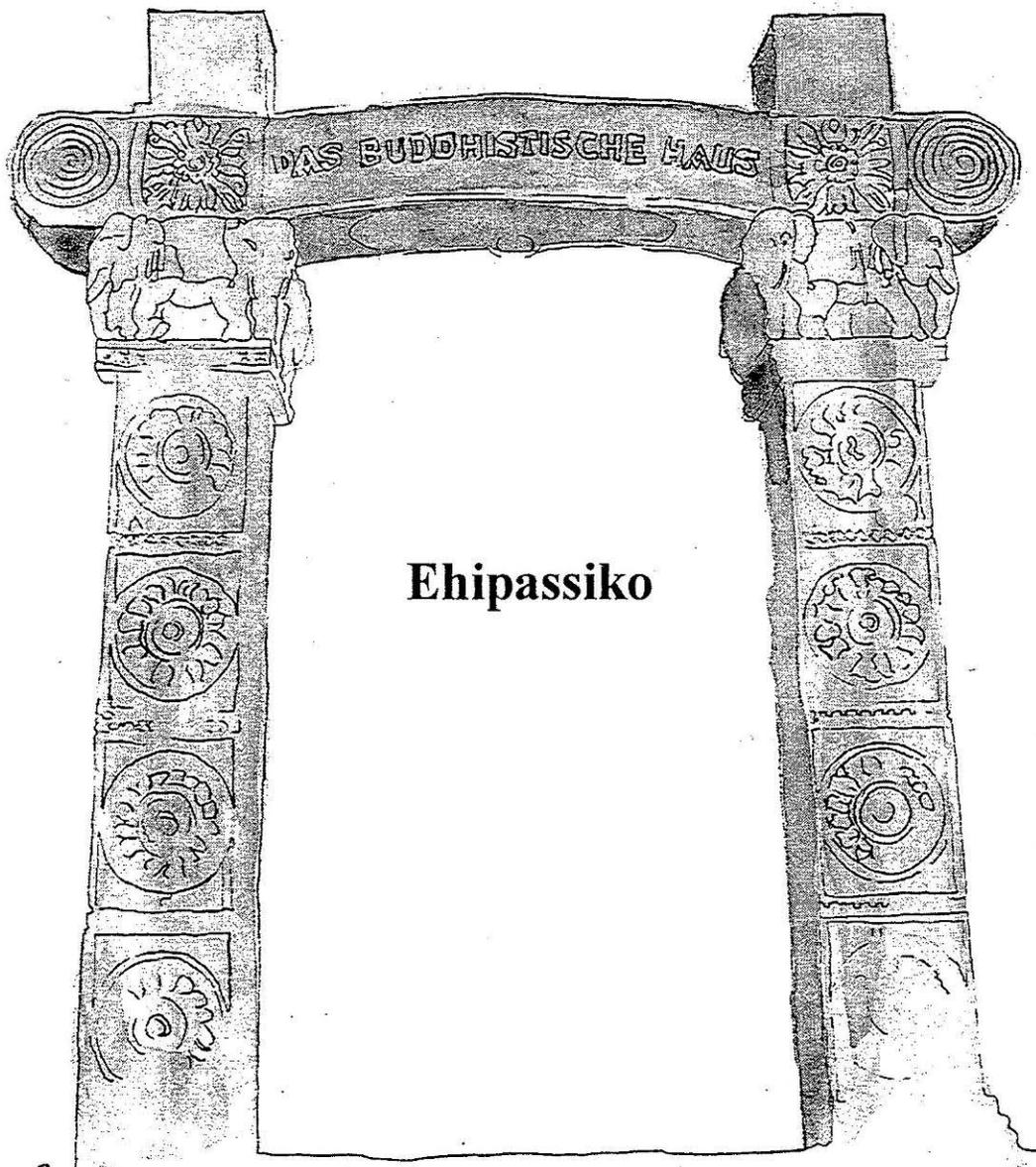


Dhammadūta

Jahrgang 3, Nr. 2

Oktober 1999



Komm und sieh!

Inhalt

Editorial	2
<i>Dana...</i>	4
<i>Anicca</i> , ein Daseinsmerkmal	
<i>Dr. Marianne Wachs</i>	5
Die Bedeutung der Vergänglichkeit in der Buddhalehre	
<i>Bhikkhu Panyasara</i>	7
<i>Anicca</i> , Unbeständigkeit und Vergänglichkeit	
<i>Fr. Chandrasiri</i>	9
Über die Vergänglichkeit	
<i>Anagârika Kassapa</i>	11
Von der Unbeständigkeit des Seins	
<i>Dr. Inigo Deane</i>	15
Die Nonne Khemâ	
<i>Puññaratana</i>	18
Eine buddhistische Parabel	
<i>Lafcadio Hearn</i>	19
<i>Anicca, anicca...</i>	
<i>Dr. Helmtrud Rumpf</i>	20
Blauer Schmetterling	
<i>Hermann Hesse</i>	23
Das Buddhistische Haus - regelmäßige Veranstaltungen	24

Liebe Freunde des Buddhistischen Hauses,

diese sechste Ausgabe von *Dhammadûta* (Bote der Lehre) erscheint anlässlich der *Kathina*-Feier, die im Buddhistischen Haus Berlin-Frohnau am Sonntag, den 14. November 1999 zwischen 10.00 - 15.00 Uhr stattfinden wird und zu der alle herzlich eingeladen sind. Dieses Fest wird in den buddhistischen Ländern Asiens am Ende der Regenzeit gefeiert. Die Mönche verlassen während der Regenzeit ihren Aufenthaltsort nicht und widmen sich der Meditation und inneren Einkehr. Zur *Kathina*-Feier kommen die Gläubigen in den Tempel und spenden den Mönchen alles, was sie zu ihrem Lebensunterhalt brauchen. Bei dieser Gelegenheit bekommen die Mönche eine neue Robe, die sog. *Kathina*-Robe. Als Dank für die Gaben halten die Mönche eine *Pûja* - eine Andacht - ab und rezitieren *Parittâ* (Verse auf Pali) zum Schutz der Anwesenden.

Zu dem Thema *anicca* (Vergänglichkeit) sind die unterschiedlichsten Beiträge eingegangen. Ein herzliches Dankeschön an alle, die mit einem redaktionellen Beitrag zu dieser Nummer beigetragen haben, insbesondere auch an Kassapa, der die mühevoll Arbeit des Korrekturlesens übernommen hat.

In der nächsten Nummer, die für Anfang Mai nächsten Jahres geplant ist, soll das Thema *dukkha* zur Diskussion gestellt werden. *Dukkha* (Leiden, Leidunterworfenheit, Unzulänglichkeit, Elend, Übel) ist eines der drei Daseinsmerkmale und die erste der vier edlen Wahrheiten. Wie steht es mit der Behauptung, der Buddhismus sei deshalb eine pessimistische Religion? Eigene Beiträge zu dem Thema oder auch - kurze - Kommentare zu Beiträgen aus dieser Ausgabe sind herzlich willkommen. Bitte schicken Sie Ihre Artikel spätestens bis zum 15. April 2000 an die Redaktion.

Und nun noch eine freudige Überraschung für die nächste Ausgabe im Mai 2000. Dr. Inigo Deane hat sich ein Kreuzworträtsel ausgedacht, auf dem die geläufigsten Worte auf Pali zu finden sind. Wenn Sie die Paliworte in den früheren Nummern von *Dhammadûta* und vor allem auch in dieser Ausgabe aufmerksam gelesen und vielleicht sogar behalten haben, werden Sie die Lösungen finden. Drei Preise sind dabei zu gewinnen!

Herzlichen Dank auch für die Geldspenden, die - wie immer - nur von einigen wenigen Menschen kamen. Bekanntlich ist die Herstellung einer Zeitschrift mit finanziellen Kosten verbunden. Für die Kopierkosten von *Dhammadûta* wurde das Sparkonto Nr. 941280144 auf den Namen von Dr. Helmtrud Rumpf bei der Sparkasse Berlin (BLZ 100 500 00) eingerichtet. Wenn Ihnen daran gelegen ist, dass im Mai 2000 die nächste Nummer der Zeitschrift erscheint, müssen auch Spenden auf dem Konto eingegangen sein.

Für die Redaktion verantwortlich


(Helmtrud Rumpf)

Dana...

Ein ganz herzliches "Danke Schön" an Frau Marlies Wanjura, Bürgermeisterin des Bezirksamt Reinickendorf von Berlin, die Ende Mai 1999 den aus ihrem persönlichen Einkommen dotierten "Reinickendorf-Taler" für die Kopierkosten von *Dhammadûta* zur Verfügung gestellt hat. Sie hat maßgeblich dazu beigetragen, dass diese Ausgabe überhaupt erscheinen konnte.

Heißt es doch im *Anguttara-Nikâya* (V,34) zur Frucht des Almosengebens:

Beliebt ist, wer da gibt; ihn suchen viele auf.
 Ein guter Ruf wird ihm zuteil; sein Ansehen wächst.
 Frei von Verwirrung tritt er unter Menschen,
 voll Sicherheit, weil er nicht geizig ist. (...)

Den Zugang sich erschließend durch ihr gutes Wirken,
 wenn Gebefreudige aus diesem Dasein scheiden,
 selbstleuchtend werden sie durch himmlische Gefilde wandeln,
 im Glück frohlocken, frohgemut und heiter,
 im Vollbesitz der Sinnenfreuden werden sie dort leben. (...)

Sabbe sattâ sukhitâ hontu! Mögen alle Wesen glücklich sein!



Anicca, ein Daseinsmerkmal

Der frühe Buddhismus hat mit der Lehre von den drei Daseinsmerkmalen einen bedeutsamen Beitrag zum Verständnis der Welt und der in ihr wirksamen Prozesse geleistet. Die drei Daseinsmerkmale (Pâli: *tilakkhana*) sind *anicca*, die Vergänglichkeit, *dukkha*, die Leidhaftigkeit, die Unzulänglichkeit und *anattâ*, die Unpersönlichkeit. Buddhaghosa definiert im *Visuddhi-Magga*, dem großen Kommentarwerk aus dem 5. Jh.u.Z. *anicca*, die Vergänglichkeit folgendermaßen:

Als Vergänglichkeit gilt der Dinge Entstehen, Vergehen und Anderswerden, oder das Schwinden der gewordenen, entstandenen Dinge. Der Sinn ist der, dass diese Dinge nie in derselben Weise verharren, sondern zergehen, indem sie sich von Augenblick zu Augenblick auflösen. (Vis.VIII.3)

Von der Vergänglichkeit werden oftmals die beiden anderen Daseinsmerkmale, die Leidhaftigkeit und die Unpersönlichkeit abgeleitet. Es wird argumentiert, dass alle Dinge vergänglich und deswegen in letzter Konsequenz leidvoll sind, denn jedes Glück findet ein Ende, jedes Glück zerrinnt. Ebenso sind die Dinge auf Grund ihrer Vergänglichkeit unpersönlich, und das heißt, an ihnen ist nichts festzustellen, das unvergänglich, unteilbar und unwandelbar wäre. Das, was vergänglich ist, kann ich auch nicht als mein Eigentum ansehen, denn ich kann es nicht kraft meines Willens daran hindern, sich zu verändern.

Die Vergänglichkeit ist eine Grundeigenschaft aller bedingten Vorgänge, seien sie körperlich oder geistig, grob oder fein, in der Innen- oder in der Außenwelt. An sämtlichen materiellen und geistigen Daseinsgebilden zeigt sich ein Entstehen, eine Veränderung des Bestehenden und ein Vergehen. Die Existenz ist bedingt. Es gibt nichts Dauerndes.

Die Vergänglichkeit aller bedingt entstandenen Phänomene in der Welt wird am Menschen besonders deutlich. Nicht einmal mein gegenwärtiger Körper ist stofflich identisch mit dem zur Zeit meiner Geburt, und die gestalthaften Veränderungen sind noch gravierender. Betrachten wir uns unsere Kinderfotos und vergleichen wir sie mit unserem jetzigen Aussehen! In unserem Körper gibt es keine Zelle, die noch die gleiche wäre wie vor einem Jahr. Und um wieviel mehr gilt das für die psychischen Aspekte, für unsere Gefühle, unsere Sinneswahrnehmungen, unsere Willensregungen, unsere Gedanken!

Die Persönlichkeit ist ein sich unaufhörlich wandelnder körperlich-geistiger Werdevorgang, dem kein beharrender Wesenskern zu Grunde liegt. Da gibt es nur einen Daseinsprozess, der dem ständigen

Entstehen und Vergehen unterworfen ist. Es gibt auch kein konstantes Ich, auch wenn der Mensch das meistens nicht wahrhaben will. Es ist wie mit einer Ölleuchte. Deren Flamme erscheint beim Brennen als ein und dieselbe, obwohl sie ununterbrochenem Wandel unterworfen ist und obwohl das verbrennende Öl ständig ein anderes ist. Das, was der Mensch als Dauer erlebt, ist eine Konstruktion des eigenen Denkens. Mehr noch als bei der sinnlichen Wahrnehmung wird dies im zwischenmenschlichen Bereich deutlich: Obwohl sich die Menschen, die mich umgeben, ständig verändern, verleihe ich ihnen mittels der Kategorien meines Denkens Konstanz.

Damit man dazu kommt, die Gesetze, die die Wirklichkeit bestimmen, nicht nur verstandesmäßig zu erfassen, sondern auch gefühlsmäßig zu begreifen und sich in jedem Augenblick gegenwärtig zu halten, ist es nötig, in der Meditation die Wahrnehmung der Vergänglichkeit zu schärfen und auszudehnen. Dazu dient die Achtsamkeit, angewandt auf die unablässige Beobachtung aller körperlichen Sinnesempfindungen (von den intensivsten bis zu den flüchtigsten). Durch Ordnen und Benennen der geistigen Vorgänge als Vorbereitung für die Einsicht in ihre wahre Beschaffenheit wird das momentane Entstehen und Vergehen der Bewusstseinsvorgänge klar erfasst. Die Verlangsamung und Analyse des Gehvorgangs kann ebenfalls dazu dienen, den Glauben an die unveränderte Fortdauer und Einheitlichkeit eines - in diesem Fall körperlichen - Vorgangs zu zerstören. Insbesondere aber ist es die unablässige Beobachtung des Atems, die zu der Einsicht führen kann, dass es kein starres Sein, sondern nur unaufhörliches Werden und Vergehen gibt. Jeder Atemzug hat Anfang, Mitte und Ende. Jedem Atemzug folgt ein nächster - bis zu unserem Tod. Meditationen solcher Art führen schließlich zu der ureigenen Erfahrung, dass der Körper ein kompliziertes Netzwerk aus ständig sich verändernden Phänomenen ist.

Wenn man in voller Bewusstheit auf die Sinnesdaten und die geistigen Prozesse achtet, die sich normalerweise unterschwellig abspielen, dann sieht man die Unbeständigkeit aller Phänomene - und man erfährt sich selbst gleichfalls als unbeständig, als ein dynamisches Konglomerat, dem nichts Festes, nichts Ewiges zu Grunde liegt. Es entsteht Klarblick, und das heißt eine tiefe dringende Einsicht in die drei Merkmale allen Daseins, in die Vergänglichkeit, die Unzulänglichkeit und die Unpersönlichkeit. Ohne diesen Klarblick gibt es keinen Eintritt in den Pfad, der schließlich zum Nibbâna als dem Erlöschen von Gier, Hass und Verblendung führt.

Dr. Marianne Wachs

Die Bedeutung der Vergänglichkeit in der Buddhalehre.

Vergänglichkeit - *anicca* - ist eines der drei Daseinsmerkmale (*tilakkhana*) in der Buddhalehre. Die beiden anderen sind Leidunterworfenheit - *dukkha* - und Nicht-Selbst - *anattā*.

Die Vergänglichkeit des Daseins, aller Phänomene, aller subatomaren Teilchen - *kalāpas* - ist damit angesprochen. Da wir Menschen die Vergänglichkeit jedoch noch nicht geistig erfahren haben, sind wir davon überzeugt, dass das Vergängliche unvergänglich ist. Der Mensch will ewig jung bleiben; er ist diesem Ideal verhaftet. So leidet er unter dem Alterwerden, den Wechseljahren, der Midlifecrisis, altersbedingten Krankheiten und Schwächen, die jeder von uns kennen lernt. Dieses körperliche Leiden wird umso größer, wenn man sich nicht der Vergänglichkeit des Körpers bewusst geworden ist.

"Es ist besser, ihr Bhikkhus, wenn ein ununterrichteter gewöhnlicher Mensch diesen Körper, der aus den vier groben Elementen gebildet ist, als sein Selbst annimmt, nicht aber das Denken. Warum das? Man sieht, ihr Bhikkhus, wie dieser Körper, der aus den vier groben Elementen gebildet ist, ein Jahr, zwei Jahre, ... fünfzig Jahre, wie er ein Jahrhundert besteht, wie er noch länger besteht. Was aber da, ihr Bhikkhus, Denken heißt und Geist und Bewusstsein: dieses andauernd in jedem Moment, Tag und Nacht, entsteht und vergeht." (Samyutta Nikāya XII, 61, 6/7)

Auch der Körper eines erleuchteten Menschen, wie der des Buddha, ist dem Verfall unterworfen. In hohem Alter von 80 Jahren wies er darauf hin, wie dieses "Vehikel" leidet, wie es zerfällt und überall schmerzt. Doch sein Geist litt nicht mehr unter den körperlichen Schmerzen, da er die Vergänglichkeit - *anicca* - bereits kennengelernt und erfahren hatte. Der Buddha konnte nur mehr lächeln. Zwar unterlag sein Körper noch dem Leiden oder der Unzulänglichkeit - *dukkha*, doch mit der wirklichkeitsgemäßen geistigen Erfahrung von *anicca* schwand dieses geistige Leiden - *domanassa*, und die geistige Freude - *somanassa* - trat an seine Stelle.

Es erfordert große Überwindung, sich die Realität der Vergänglichkeit bewusst zu machen. Wir können die Vergänglichkeit - *anicca* -, das Entstehen und Vergehen, an der Flamme einer Kerze noch sehr gut wahrnehmen. Doch schon eine Glühbirne scheint ewig zu brennen. Ihr Licht scheint nirgends herzukommen, so dass die Illusion entsteht, es sei ja "meine" elektrische Energie, die da brennt und die ich hier verbrauche. Später wundert man sich dann über die hohe Stromrechnung, deren Kosten man bezahlen muss. Dies ist ein Beispiel für die Verblen-

dung, die Illusion - *avijjâ* -, in der wir leben und deren Kosten wir durch Leiden bezahlen müssen.

Betrachtet man das fließende Wasser eines Stromes, so besteht kein Zweifel daran, dass es sich in jedem Moment um anderes Wasser handelt. Wie schwer ist es jedoch zu erkennen, dass auch der betrachtende Mensch in jedem Augenblick ein anderer ist! Wechsel, Veränderung, Vergänglichkeit, Entstehen und Vergehen sind ein wesentliches Merkmal aller - organischen, anorganischen, lebendigen und nicht lebendigen - Daseinsgegebenheiten. Auch die hier nieder geschriebenen Überlegungen unterliegen dem Gesetz der Vergänglichkeit. Eine schöne Blume ist "leider" auch keine Ausnahme; sie verblüht und verwelkt. So werden in den buddhistischen Ländern dem Buddha Blumen als Symbol der Vergänglichkeit dargebracht. *Anicca* haftet auch den schönsten Dingen an. Sind wir diesem Schönen verhaftet, so bringt dessen Vergänglichkeit uns Leiden.

Die drei Daseinsmerkmale *anicca*, *dukkha* und *anattâ* sind wohl die wesentlichsten Punkte der Buddhalehre. Der Buddha hat sie vor über 2500 Jahren erkannt und den Weg erklärt, wie sie erkannt werden können. Um *anicca* zu verstehen, hat er uns den Edlen Achtfachen Pfad gelehrt, der sich in drei Stufen unterteilen lässt, in *sîla* (Tugendhaftigkeit), *samâdhi* (Geistessammlung) und *paññâ* (Weisheit). Im Achtfachen Pfad ist Tugendhaftigkeit grundlegend für den gesammelten Geist, der die Wahrheit von *anicca*, *dukkha* und *anattâ* erkennen kann.

Die Tatsache der Vergänglichkeit aller Phänomene besteht unabhängig davon, ob sie der Buddha uns gelehrt hat oder nicht. Die Wirklichkeit so zu sehen, wie sie tatsächlich ist, und nicht wie sie sein könnte oder sein sollte, ist das Ziel jeder wirklichkeitsgemäßen Erkenntnis. Würden wir Altern, Krankheit, Schmerzen, Sorgen und Kummer im täglichen Leben unter dem Aspekt der Vergänglichkeit, Unzulänglichkeit und Substanzlosigkeit erkennen, hätten wir die Ursache vieler Leiden beseitigt und wären dem wahren Glück ein großes Stück näher gekommen.

Mögen alle Wesen wirklich glücklich sein!

Bhikkhu Panyasara¹

* * *

¹ Bhikkhu Panyasara: Buddha-Sasana-Zentrum, Föhlerstr. 9, HHS 4. St. Jeden Di und Do ab 19 h Teerunde und Einführung in die Geistes-schulung.

Anicca: Unbeständigkeit, Vergänglichkeit

Von den drei Daseinsmerkmalen (*anicca*, *dukkha*, *anattâ*, d.h. Vergänglichkeit, Unzulänglichkeit und Ichlosigkeit) steht der Mensch am häufigsten *anicca* gegenüber. Jeder von uns hat schon mindestens einmal vom Tode eines anderen gehört und darum nehmen die Meisten an, sie hätten das Phänomen der Vergänglichkeit vollständig verstanden.

Meistens wird jedoch die Unbeständigkeit, einer von vielen Aspekten der Vergänglichkeit, nicht mit berücksichtigt, und Vergänglichkeit wird als ein Abschluss, als ein plötzlicher Abbruch eines bislang beständigen Daseins empfunden. Schlimmer noch, über den Tod denkt man oft nur in Bezug auf andere, möglichst ältere Menschen nach, doch den Gedanken an den eigenen Tod schiebt man gerne von sich. So steht man am Ende des eigenen Lebens ziemlich unvorbereitet da, anstatt sich durch ständige Beobachtung rechtzeitig auf den Tod vorzubereiten und dank heilsamer Handlungen entweder ins *nibbâna* zu gelangen oder sich wenigstens eine günstige, heilsame Wiedergeburt zu erwirken.

Man sollte also den Gedanken an den Tod nicht unterdrücken, sondern sich mit ihm ausgiebig auseinandersetzen und den Tod als etwas Unausweichliches akzeptieren. Solange man noch kein *arahat* ist und als solcher in völligem Gleichmut (nicht Gleichgültigkeit) verweilt, wird man mit dem natürlichen, zu erwartendem Tod eines alten Menschen besser fertig als mit dem Tod eines Kindes oder mit dem plötzlichen Tod eines Menschen, der durch böse Taten oder gar Naturkatastrophen eingetreten ist.

Wenn ein Leben zu Ende geht, findet ein Übergang in eine andere karmabedingte Daseinsform statt. Der Tod ist unumgänglich, aber trotzdem nicht das Ende des Daseinsprozesses, darum sollte man ihn nicht auf die leichte Schulter nehmen. Gefühllos oder kaltherzig mit einem Sterbenden umzugehen, ist einfach unmenschlich und ebensowenig buddhistisch wie übermäßiges Lamentieren. Die letzten Gedanken vor dem Tod sind für das nächste Dasein oder gar den Eintritt ins *nibbâna* entscheidend, darum sollten Verwandte und gute Freunde die Gedanken eines Sterbenden liebevoll steuern.

Da die Menschen die Augen vor dem Tod nicht verschließen können, denken sie über diesen Aspekt der Vergänglichkeit häufig nach. Dabei übersehen sie jedoch gerne, dass der durch Unwissenheit, Gier, Anhaftung, Kamma und physische Nahrung entstandene Weltmensch

(*puthujjana*) ziemlich blind ist. Er wird durch Traditionen geprägt, von Aussagen verwirrt und schließlich von seinen Eindrücken und den sich daraus ergebenden falschen Schlussfolgerungen fehlgeleitet. Er sieht nur, was er sehen möchte, nämlich dass seine Umwelt stabil, beständig ist. Schließlich standen die Berge am Horizont schon zu Lebzeiten seiner Ahnen, die Festung ist auch uralte, in seinem Haus wohnten schon mehrere Generationen, der Fluss ist seit Menschengedenken da, in dem Wald spielten bereits seine Großeltern und seine Enkel werden es auch tun. Diese Scheinbeständigkeit ist jedoch eine Illusion. Die Berge verändern sich ständig, die Festung ist fast eine Ruine, das Haus wurde mehrmals renoviert und hat trotzdem viele Risse, der Boden sinkt ein, der Fluss frisst sich immer weiter ins Land hinein. Es ist nicht derselbe Fluss in zwei aufeinander folgenden Momenten, da sein Wasser niemals zurückkehrt, sondern stets neues Wasser herbeiströmt. In dem Wald stehen andere Bäume; wo die alten Bäume umgefallen sind und verfaulen, entsteht neue Vegetation. Alles in unserem unendlichen Universum befindet sich in ständigem Wandel. Was länger währt als ein Menschenleben wird fälschlich als etwas Festes und Beständiges angesehen. Dabei sind auch unsere Welt und die Welten den vier Perioden des Untergangs, der Fortdauer des Chaos, des Entstehens und des Bestehens bis zu neuem Untergang ausgesetzt.

Selbst die Grundelemente unterliegen dem Gesetz der stetigen Veränderung und sind der Vergänglichkeit unterworfen. Auf dem Weg eines endlosen Prozesses der Umgestaltung gehen sie in andere Energien über. Die sich ständig selbst reproduzierende Natur beruht auf ihrer Unbeständigkeit. Alles in der Natur ist der Vergänglichkeit unterworfen. Sogar die angebeteten sog. Strahlenwesen, die mehrere Äonen existieren, werden eines Tages ihre Daseinsform verlieren. Nur weil einige Prozesse lange anhalten, erwecken sie den Anschein, ewig zu dauern. Der Mensch nimmt ihre unaufhörliche Veränderung nicht wahr.

Die Wahrheit (*dhamma*) der Vergänglichkeit wird bei der Betrachtung der eigenen Person offensichtlich. Mit zunehmendem Alter werden innere und äußere Veränderungen des Körpers sichtbar bzw. fühlbar: Runzeln, Altersflecken, ergraute Haare, verformte Gelenke, eine gebückte Haltung, ein schlürfender Schritt, eine zittrige Stimme etc. Krankheiten zeichnen den Weg bis zur Auflösung der Elemente, also bis zum Tod. Aber auch junge und starke Menschen sollten sich nicht als beständige, solide Einheit betrachten. Wer könnte denn behaupten, er sei derselbe Mensch als Säugling, Schulkind, Erwachsene(r) oder Greis(in)? Früher oder später kommt niemand umhin, all diese Veränderungen zur Kenntnis zu nehmen.

Die Vergänglichkeit bezieht sich jedoch nicht nur auf unseren sichtbaren Körper, denn der Mensch besteht ja aus *nâma* (Geist) und *rûpa* (Körper) gleichermaßen. Der Prozess des Entstehens, Fortdauerns und Vergehens kennzeichnet auch den Geist. Unsere Gedanken rasen; sie entstehen, verweilen und vergehen viel schneller als unser Körper. Unser Geist, der die Dinge entstehen lässt, in Bewegung hält und kontrolliert, ist ebenfalls unbeständig.

Die geistige Fähigkeit, die Dinge der Wirklichkeit gemäß zu erkennen, wird in der *vipassanâ bhâvanâ* (Entfaltung des Hellblicks) geübt. Noch vor Eintritt ins *parinibbanâ* (völliges Erlöschen) ermahnte der Buddha seine Schüler: "Vergänglich sind alle Gestaltungen, bemüht euch unablässig um Erlösung!" Von dem Buddha Gautama wissen wir, dass alle Buddhas lehren: "*Anicca vata sankhârâ*" (Alle Gebilde sind vergänglich). Der Buddha erklärte: "... es bleibt Tatsache und Daseinsbedingung, dass alle Gebilde vergänglich sind. Es ist unmöglich und unbegründet, dass ein mit rechter Anschauung begabter Mensch irgend ein Gebilde für unvergänglich halten sollte. Aber dass ein *puthujjana* (Weltmensch) irgend ein Gebilde für unvergänglich hält, das ist wohl möglich."

Erkennt ein Mensch die Vergänglichkeit als eine der drei Daseinsmerkmale, so erwartet er vom Leben nichts Unmögliches mehr und akzeptiert ruhig die Realität. Das einzig Beständige des Daseins ist seine Vergänglichkeit.

Mögen alle Menschen sich davon in der *vipassanâ bhâvanâ* überzeugen und mögen alle Wesen glücklich sein!

Fr. Chandrasiri

* * *

Über die Vergänglichkeit

Anicca, dukkha, anattâ – Vergänglichkeit, Unzulänglichkeit und Nichtselbst (Unauffindbarkeit eines Ich oder Selbst) sind die drei Daseinsmerkmale (*lakkhanâ*), die sich bei allen Dingen (*dhammâ*) zeigen. In der Buddhalehre unterscheidet man Geistiges und Körperliches – *nâma* und *rûpa*. Unter dem Geistigen versteht man Gefühle, Wahrnehmungen, Willensimpulse und Bewusstsein, während man unter dem Körperlichen alles Materielle versteht.

Vergänglichkeit bedeutet Entstehen und Vergehen von Moment zu Moment in ganz winzigen Zeiteinheiten. Wollen wir wissen, wie dies vor sich geht, müssen wir Geistiges und Körperliches in seiner mikroskopischen Feinstruktur betrachten.

Unter dem Geistigen (*nâma*) versteht man vier von fünf Dingen, die man Daseinsgruppen (*khandā*) nennt: Gefühl, Wahrnehmung, Willensimpulse und Bewusstsein (*vedanā, saññā, sankhāra und viññana*). Ihnen gegenüber steht das Körperliche (*rūpa*) als Fünftes. Gefühl, Wahrnehmung, Willensimpulse und Bewusstsein treten immer zusammen auf und bilden Anhäufungen immaterieller Art, die unmittelbar nach ihrem Entstehen vergehen und neuen Platz machen. Weil sie nur einen winzigen Moment lang bestehen und Bewusstsein das Dominierende ist, bezeichnet man sie auch als Bewusstseinsmomente (*cittakkhaṇa*). Ein Bewusstseinsmoment jagt den anderen in rasender Folge. Dies äußert sich in der Wandelbarkeit unserer geistigen Verfassung zwischen überströmender Freude und tiefster Depression, zwischen unersättlicher Gier und höchster Opferbereitschaft, zwischen geistiger Klarheit und finsterster Verblendung, zwischen liebevoller Hingabe und vernichtendem Hass. Keine dieser Regungen kehrt jemals wieder, wohl können später gleichartige oder ähnliche auftreten. Das Gleiche gilt für den Prozess des Sehens, Hörens, Riechens, Schmeckens, Tastens und alle geistigen Vorgänge vom normalen Denken bis zur höchsten intuitiven Einblickserkenntnis (*vipassana-ñāna*). Alle Bewusstseinsmomente schwinden, sobald sie entstanden sind. Ja sogar die Durchbrüche zur Erfahrung des *nibbāna*, genannt die vier Pfade (*magga*), kehren nie wieder; sie ereignen sich auf dem Wege zum *nibbāna* nur ein einziges Mal. Jedoch führen sie zu einer unmittelbar folgenden unverlierbaren Erkenntnis, die man als die Frucht des Pfades (*magga-phala*) erfährt. Ebenso wie es vier Pfade gibt, gibt es vier Pfadfrüchte. Jede von ihnen kann durch einen bestimmten Meditationsvorgang (*phalasaṃatti*) wiedererlebt werden. Wohl handelt es sich bei diesem Wiedererleben um Gleichartiges, und doch sind es völlig neue Bewusstseinsmomente, die vorher nicht da waren.

Der Strom des Bewusstseins beginnt mit dem Insdaseintreten im Konzeptionsmoment, der sogenannten Wiedergeburt, und endet mit dem Tode. Der erste Bewusstseinsmoment heißt "Rückverbindung" (*paṭisaṅghicitta*). Man nennt ihn auch Wiedergeburtsbewusstsein. Ihm folgt eine Kette gleichartiger Bewusstseinsmomente, die man als "Lebenskontinuum" (*bhavanga*) bezeichnet, das sich durch das ganze Leben hindurchzieht wie die Schnur einer Perlenkette. Der letzte Moment dieser Kette ist das Sterbebewusstsein (*cuticitta*).

Immer wenn ein Objekteindruck in eine der fünf Sinnesporten (*pañcadvâra*) eintritt oder den Geist trifft, entstehen Prozesse des Sehens, Hörens, Riechens, Schmeckens oder der geistigen Verarbeitung, die jedesmal den Fluss des Lebenskontinuums unterbrechen. Es sind nach bestimmten Mustern verlaufende Serien von Bewusstseinsmomenten von unvorstellbar kurzer Dauer. Zwischen diesen Serien setzt jedesmal das Lebenskontinuum wieder ein. Dieses rasende Entstehen und Vergehen von einem Bewusstseinsmoment zum anderen geht über den Tod hinaus: Das alte Lebenskontinuum endet mit dem Moment des Sterbebewusstseins, und unmittelbar darauf entsteht im Schoß eines anderen Wesens das Rückverbindungs-bewusstsein des neuen Wesens. Es folgt ein neues Lebenskontinuum, dessen Charakter anders ist als das des alten. Wieder und wieder entstehen Prozesse des Sehens, Hörens usw. und unterbrechen jedesmal das Lebenskontinuum, bis auch das neue Leben mit dem Sterbebewusstsein endet. So geht es weiter von Dasein zu Dasein. Entstehen und Vergehen von Moment zu Moment sind wie Geburt und Tod im Kleinen, ebenso wie jedes Leben mit der Geburt beginnt und mit dem Tode endet. Dieser Taumel von einem Moment zum anderen, von einem Leben zum anderen ist eine äußerst leidvolle Angelegenheit, wie es die Schicksale der Menschen zeigen. Erst wenn mit der großen Erleuchtung *nibbâna* erreicht ist und am Ende des betreffenden Lebens der letzte Tod gestorben wird, geht es zu Ende. Das ist *parinibbâna*, das endgültige Verlöschen. In ihm gibt es kein Entstehen und Vergehen mehr, es steht jenseits aller Vergänglichkeit.

Wenden wir uns nun auch dem Körperlichen - *rûpa* - zu! Entstehen und Vergehen des Körperlichen vollziehen sich wesentlich langsamer als des Geistigen, darum verfallen wir angesichts des Körperlichen viel leichter der Illusion des Beständigen. Während im Geistigen immer nur ein Bewusstseinsatom vorhanden ist und geschwunden sein muss, damit das nächste folgen kann, bestehen im Körper unzählige, teilchenartige Gebilde (*kalâpas*) nebeneinander. Aber auch die *kalâpas* entstehen und vergehen in rasender Folge, nur dass zur gleichen Zeit unzählige da sind.

Prof. Gustav Mensching hat einmal gesagt, der Buddhismus hätte den modernen Atomismus vorweggenommen. Trotzdem aber können wir beide, modernen und buddhistischen Atomismus, nicht miteinander vergleichen. Wer Vergänglichkeit, Unzulänglichkeit und Nicht-Ich aller Daseinsgegebenheiten auf den Grund gehen will, kann dies nur durch die Einblicksmeditation (*vipassanâ*); die moderne Atomphysik kann ihm dabei kaum helfen. Umgekehrt haben die Erkenntnisse buddhistischer Wirklichkeitsschau kaum Bedeutung für die moderne Wissenschaft, obwohl das buddhistische Denken in seiner Methodik durchaus wissenschaftlichen Charakter hat. Wo liegt der Unterschied? Hier unmittelbarer, in-

tuitiver Einblick in die Daseinsrealität zwecks befreiender Erkenntnis, dort Wissenschaft zur Beherrschung der Natur oder als Suche nach Wahrheit um ihrer selbst willen. Neuerdings versuchen die Wissenschaftler, mit Hilfe physikalischer, astronomischer und mathematischer Wissenschaft eine Weltformel zu finden, die das Sein und seinen Ursprung wissenschaftlich erklären soll. Wer in der Buddhalehre steht, kann über die Verstiegtheit dieses Unterfangens nur lächeln. Was nützt eine Formel, die nur eine Handvoll von "Großkopfetern" versteht, zur Bewältigung von Alter, Krankheit und Tod und zur Erlangung befreiender Einsicht?

Doch nun zurück zur Sache! Wie sieht der buddhistische "Atomismus" im Bereich des Körperlichen aus? Auf den ersten Blick sieht er sehr primitiv aus. Es werden insgesamt 28 verschiedene materielle Gegebenheiten (*rûpadhamma*) aufgezählt, deren Grundlage die vier Elemente Erde, Wasser, Feuer und Wind sind. Primitiv, nicht wahr? Doch was sind die vier Elemente wirklich? Grundeigenschaften alles Stofflichen Materie, ohne die nichts Stoffliches in Erscheinung treten kann. Das Erdelement steht für Härte und Weichheit, das Wasserelement für Fließen und Zusammenhalt, das Feuerelement für Hitze und Kühle und das Windelement für jede Form der Bewegung. Abhängig von den vier Elementen sind Farbe, Geruch, Geschmack und eine allem Stofflichen innewohnende, subtile ernährende Kraft (*oja* oder *âhâra*). Jedes Ding, ob fest, flüssig, feuer- oder gasförmig, enthält diese acht Eigenschaften, natürlich in verschiedener proportionaler Stärke. So überwiegt bei allem Harten und Festen das Erdelement, doch das Harte hat auch Zusammenhalt (Wasser), ist warm oder kalt (Feuer), enthält bewegende und stützende Kräfte (Wind). Man braucht es nur zu erhitzen, und schon ändert sich das proportionale Verhältnis der Elemente zueinander; desgleichen ändern sich Farbe, Geruch, Geschmack und sein Nährwert (*ojâ*). So gesehen sind die vier Elemente und alle anderen *rûpadhammâ* bloße Gegebenheiten, Eigenschaften, die rasant entstehen und vergehen, vergänglich, unzulänglich und ohne bleibenden Kern (*anicca, dukkha, anattâ*).

Wir sehen, die vier Elemente plus Farbe, Geruch, Geschmack, Nährwert, treten nie gesondert auf, sondern immer gebündelt. In vielen Fällen kommen noch andere Eigenschaften wie physische Lebensfähigkeit, die Sensivität der fünf Sinne, männliche Eigenart, weibliche Eigenart, körperlicher Ausdruck, sprachlicher Ausdruck und andere hinzu. Solche Bündelungen körperlicher Eigenschaften nennt man *kalâpas*. Unser ganzer Körper besteht aus *kalâpas*. Man stelle sie sich als Teilchen vor, die durcheinander wirbeln und fortwährend entstehen und vergehen. Es gibt *kalâpas*, die durch altes Karma entstehen wie die Sensitivpartikel unserer fünf Sinne. Der Geist wirkt auf den Körper

ein und bildet andere, geistig erzeugte *kalâpas*. Einflüsse von Temperatur einschließlich physikalischer Wirkungen, ob sie im Körper entstehen oder von außen auf ihn einwirken, bilden *kalâpas* eigener Art, und zuletzt entstehen durch die aufgenommene Nahrung "durch Nahrung erzeugte *kalâpas*", die den Körper ernähren. Ebenso wie in einer Regenwolke Wassertröpfchen auf- und abfluten, verdunsten und sich neu bilden, entstehen und vergehen die *kalâpas* im Körper. Diese Schau macht klar, dass der Körper nichts Kompaktes, Unwandelbares ist, sondern Entstehen und Vergehen hinter einer beständig erscheinenden Oberfläche.

Auch was im Körper vor sich geht, ist Geburt und Tod von Moment zu Moment – der Zahn der Vergänglichkeit zernagt den Körper von innen her, und das macht sich auch äußerlich bemerkbar: Wir werden runzelig, krumm und schief, die Zähne fallen aus, der Körper wird schwach, erkrankt und schließlich ereilt ihn der Tod. Wer jedoch in der Lage ist, Geist und Körper (*nâma-rûpa*) auch in ihrer mikroskopischen Feinstruktur so zu durchschauen, wie sie sind, dem wird klar, dass sie ihm nicht gehören, sondern bestenfalls eine Leihgabe auf Zeit sind. Er erkennt: Dies bin ich nicht, dies gehört mir nicht, dies ist nicht mein Selbst. Es wird ihm leichter fallen, Geist und Körper loszulassen und der befreienden Einsicht entgegenzureifen.

Anagârika Kassapa

* * *

Von der Unbeständigkeit des Seins

Eines der drei Daseinsmerkmale in der Buddhalehre ist die Unbeständigkeit, denn alles bedingt Entstandene ist unbeständig. Bedingt entstanden ist alles Zusammengesetzte oder in Abhängigkeit Entstandene. Es umfasst alles durch die Sinne Erfahrbare der uns umgebenden Welt. Der Buddha betont immer wieder, dass das, was wir als unser Selbst betrachten, unbeständig ist. Zumindest auf intellektueller Ebene sind wir uns dessen bewusst, dass wir nicht ewig leben. Über die Unbeständigkeit lehrt der Buddha, dass das, was wir für ein mehr oder weniger beständiges Selbst halten, das Erfahrungen macht, Gedanken formuliert und Handlungen vollbringt, lediglich die Zusammensetzung verschiedener, sich im ständigen Fluss befindender Phänomene ist. Dieser Fluss ist jedoch nicht willkürlich oder chaotisch, sondern wird von kausalen Prozessen körperlicher und geistiger Phänomene gelenkt.

Unbeständigkeit hat makroskopische und mikroskopische Aspekte. Alles in unserem Umfeld ist dem Zerfall und dem Wandel unterworfen, auch wenn wir uns dessen vielleicht erst nach längerer Zeit bewusst werden. Dieser Wandel erfolgt unaufhörlich, auch wenn wir ihn nicht wahrnehmen. Ein ähnlicher Prozess findet in unserem Inneren statt. Unser Körper altert; wir nehmen diesen Altersprozess jedoch erst nach einer großen Zeitspanne wahr, obwohl die Bestandteile unseres Körpers jeden Augenblick entstehen und wieder vergehen. Aber auch die unkörperlichen Phänomene unseres Daseins unterliegen einem ständigen Wandel. Trotzdem glauben wir, dass wir ein unvergängliches Selbst besitzen. Wir handeln entsprechend und leiden folglich.

Die anderen beiden Daseinsmerkmale sind Unzulänglichkeit (*dukkha*) und Ichlosigkeit (*anattâ*) oder Unpersönlichkeit. Diese drei Daseinsmerkmale hängen eng miteinander zusammen: Was unbeständig ist, kann letztendlich nicht befriedigend sein, da es vergeht; und Dinge, die unbeständig und unbefriedigend sind, können nicht als Selbst betrachtet werden. Im Gegensatz zu den flüchtigen Erfahrungen unseres täglichen Lebens stellen wir uns unser "Selbst" mehr oder weniger beständig vor. Nach der Buddhalehre sind jedoch alle Bestandteile unseres Seins (die fünf Daseinsgruppen: Körperlichkeit, Gefühl, Wahrnehmung, Geistesformationen und Bewusstsein) ebenso vergänglich wie all die unterschiedlichen Dinge, die wir erleben.

Es ist unumgänglich, die Unbeständigkeit des Seins zu begreifen, um die vier Edlen Wahrheiten zu verstehen, die - wenn sie der Wirklichkeit gemäß verstanden werden - uns vom Leiden befreien. Die erste Edle Wahrheit von *dukkha* (in etwa als "Leidhaftigkeit" übersetzt) meint, mit Unlieben verbunden und von Liebem getrennt sein. *Dukkha* ist ebenfalls Geburt, Alter, Krankheit, Sterben; Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung. Unter *dukkha* sind auch die fünf Daseinsgruppen zu verstehen, aus denen alle Lebewesen bestehen. Um *dukkha* ganz zu begreifen, ist es notwendig, *anicca* zu sehen, denn alles was unbeständig (*anicca*) ist, ist leidhaft (*dukkha*). Alles Unbeständige ist unbefriedigend, da es vergeht und keine Substanz hat.

Die zweite Edle Wahrheit ist die Wahrheit vom Ursprung des Leidens: Es ist das Verlangen nach sinnlicher Lust, das Verlangen nach Leben, das Verlangen nach Selbstabtötung. Dieses Verlangen beruht auf der Vorstellung individueller Beständigkeit, denn die Allgemeingültigkeit von *anicca* wurde noch nicht erkannt.

Die dritte Edle Wahrheit zeigt *nibbâna*, d.h. das Schwinden des Verlangens, das nicht der Unbeständigkeit unterliegt und zu Leidfreiheit führt. Soll *nibbâna* erreicht werden, darf das Unbeständige nicht

mehr fälschlicherweise als beständig betrachtet werden. Um dies zu erreichen, hat uns der Buddha den Edlen Achtfachen Pfades gelehrt.

Der Edle Achtfache Pfad, die vierte Edle Wahrheit, dient dem Erreichen von *nibbâna*. Ein Schritt auf dem Edlen Achtfachen Pfad, die Rechte Erkenntnis, besteht in der Erkenntnis der Unbeständigkeit der fünf Daseinsgruppen. Ein weiterer Schritt, die Rechte Gesinnung, besteht in Betrachtungen über die Unbeständigkeit, die frei sind von Befleckungen (*kilesa*) wie Gier, Hass und Verblendung. Durch Rechte Achtsamkeit kann die Unbeständigkeit gesehen und verstanden werden. Auch Rechte Sammlung fördert die Durchschauung dieses grundsätzlichen Daseinsmerkmals. Diese Erkenntnisse können entweder durch Konzentration gewonnen werden, wenn die verschiedenen Objekte, so wie sie in unseren Sinnen auftauchen, genau betrachtet werden, oder aber in den Vertiefungen (*jhânas*), wo die Unbeständigkeit der individuellen kleinsten Teilchen des Geistes und Körpers zu beobachten sind.

Um einen Einblick in die Unbeständigkeit zu bekommen, d.h. um diese selbst voll und klar zu erkennen, ist es notwendig, Einblicksmeditation (*vipassanâ*) zu üben. Durch die Übung der Achtsamkeit, z.B. durch die Ein- und Ausatmung, lassen sich nach und nach die Vergänglichkeit der körperlichen, dann der geistigen Phänomene erkennen, die mit der Meditation im Zusammenhang stehen. Dieses Verständnis der Vergänglichkeit kann dann weiter entwickelt werden, um alle körperlichen und geistigen Phänomene zu erkennen, aus dem das eigene Wesen besteht.

Die Durchdringung der Realität der Unbeständigkeit erklärt die leidhafte (*dukkha*) Natur der bedingten Erscheinungen. Wird die Unpersönlichkeit der fünf Daseinsgruppen erkannt, so schwindet die Verhaftung und öffnet den Weg zum *nibbâna*. Die zum Erreichen von *nibbâna* notwendigen Erkenntnisse werden im *Patisambhidâmagga* beschrieben. An erster Stelle steht die Erkenntnis der Unbeständigkeit:

Wer immer wieder die Unbeständigkeit der Erscheinungen, nicht ihre Beständigkeit betrachtet, wer immer wieder das Leiden, nicht das Glück betrachtet, wer immer wieder das Nicht-Selbst, nicht das Selbst betrachtet, der entwickelt Abscheu, empfindet keine Freude. Er entwickelt Leidenschaftslosigkeit, haftet an nichts mehr. Er verwirklicht das Aufhören, wird nicht wieder entstehen. Er lässt los, ergreift nichts mehr.²

Dr. Inigo Deane

* * *

² Zitiert aus: Ven. Matara Sri Nanarama, *The Seven Contemplations of Insight*, Buddhist Publication Soc., Kandy (Sri Lanka) 1997

Die Nonne Khemâ

Einst hielt sich die Hauptgemahlin des Königs Bimbisâra für die schönste Frau im ganzen Land. Nicht nur ihr Gemahl, sondern auch ihre Freundinnen bewunderten ihre Schönheit. Khemâ war sehr stolz und glücklich darüber, dass sie als die schönste Frau galt. Von morgens bis abends pflegte sie ihren wunderbaren Körper und vergnügte sich.

Eines Tages beschloss sie, mit ihren Freundinnen zum Tempel zu gehen, um sich auch von Buddha bewundern zu lassen. Sie wollte sich ganz in seiner Nähe niederlassen, damit er ihrer Schönheit voll gewahr werde. Als die Gruppe der jungen Frauen sich dem Buddha näherten, bemerkte Khemâ jedoch ein wunderschönes Mädchen, das dem Buddha an diesem heißen Tag Kühlung zufächerte. Voller Bestürzung stellte sie fest, dass dieses Mädchen weitaus schöner war als sie selbst. Sie beneidete dieses Mädchen um ihre Schönheit und wurde ganz traurig. Der Buddha forderte die Frauen auf, näher zu treten und sich an seine Seite zu setzen, denn er kannte den Grund ihrer Traurigkeit.

Der Buddha konnte in die Herzen der Menschen sehen und wusste auch um den Stolz der schönen Frau. Aus Mitleid mit ihr ließ er durch seinen Geist die Erscheinung des jungen Mädchens entstehen. Er bat Khemâ, diese genau zu betrachten. Und innerhalb ganz kurzer Zeit sah sie, wie aus dem jungen Mädchen eine Frau wurde. Diese Frau war zunächst sogar noch schöner und strahlender. Zusehens wurde sie jedoch älter; ihre Haut wurde runzelig; ihr Körper wurde von Krankheit geplagt, bis sie schließlich starb. Ihr Körper zerfiel, so dass nur noch die Knochen übrig blieben. Voller Entsetzen sahen Khemâ und ihre Freundinnen zu, wie nichts – aber auch gar nichts – von der einstigen Schönheit des jungen Mädchens übrig geblieben war.

Die auf ihre Schönheit stolze Khemâ begriff, dass auch ihr Körper den gleichen Gesetzen des Zerfalls unterliegt. Denn alles, "was entstanden ist, ist dem Vergehen unterworfen". Alles ist vergänglich. Auch sie kann ihre Jugend, ihre Schönheit, ihr Leben nicht ewig bewahren. In diesem Augenblick schwand ihr Stolz, sie erkannte plötzlich die Leidhaftigkeit des Daseins. Als der Buddha sah, dass die schöne Frau aufnahmefähig war, erklärte er ihr die Lehre vom Leiden, vom Ursprung des Leidens, von der Aufhebung des Leidens und vom Weg, der zur Aufhebung des Leidens führt. Khemâ nahm Zuflucht zum Buddha, zur Lehre und zu Gemeinde, um dem Kreislauf des Daseins zu entkommen. Sie wurde als Nonne unter dem Namen Khemâ (die Friedvolle) ein Vorbild für andere Frauen, die später Nonnen wurden.

Puññaratana Thero

Eine buddhistische Parabel³

Gleich irdenen Gefäßen, auf der Drehscheibe des Töpfers geformt, ist das Leben der Menschen; wie sorgfältig es auch gebildet sein mag, es ist doch der Vernichtung geweiht. Nichts, was lebt, kann dauern; Leben ist wie das Wasser eines Flusses, das verströmt, aber niemals wiederkehrt. So ist auch Glück nur zu erlangen, wenn die sechs Gelüste sich verbergen, wie die Schildkröte ihre sechs Glieder in ihre Schale zurückzieht; wenn die Gedanken vor Wunsch und Kummer behütet werden, wie die Stadt sich durch Gräben und Wälle beschirmt... Also sprach Sakya-Muni. Und diese Parabel (...) findet sich in dem einundfünfzigsten Buche des 'Fa-Yuen-tschu-lin'.

... Ein Vater und sein Sohn arbeiteten zusammen auf dem Felde zur Zeit der Schlangen, und eine giftige Schlange stach den Jüngling, dass er auf der Stelle starb; denn dem Menschen ist kein Heilmittel bekannt, um das Gift des Schlangensbisses unschädlich zu machen, das die Augen plötzlich mit Dunkelheit verhüllt und die Bewegung des Herzens hemmt. Als der Vater aber seinen Sohn tot am Boden liegen sah und die Termiten sich um ihn zu sammeln begannen, kehrte er zu seiner Arbeit zurück und begann nicht minder eifrig zu arbeiten als vorher.

Da kam ein Brahmane des Weges, und als er sah, was geschehen war, wunderte er sich, dass der Vater weiter arbeitete, noch weit mehr aber wunderte er sich, dass seinen Augen tränenlos waren. Deshalb fragte er ihn: "Wessen Sohn war der Jüngling, der hier gestorben ist?"

"Es war mein einziger Sohn," entgegnete der Arbeiter und hielt in seiner Arbeit nicht inne. "Wie kommt es aber, wenn er dein Sohn war, dass ich dich tränenlos und ruhig finde?"

"Du Tor!" erwiderte der Arbeiter, "sobald ein Mensch geboren wird, macht er den ersten Schritt dem Tode entgegen; und das Reifen seiner Kraft ist auch Beginn seines Verfalls. Für den, der Gutes tut, gibt es einen Lohn, für den Bösen gleichermaßen eine Strafe. Was sollen also Tränen und Kummer fruchten? Dem Toten können sie nichts nützen... Vielleicht, guter Brahmane, bist du auf dem Wege nach der Stadt? Wenn das so ist, bitte ich dich, in mein Haus einzutreten, meinem Weibe zu sagen, dass mein Sohn gestorben ist, und sie zu bitten mir mein Mittagbrot hierherzuschicken." "Was für ein Mensch ist dies!" dachte der Brahmane bei sich selbst. Sein Sohn ist tot, und dennoch weint er nicht; der Leichnam liegt in der Sonne, er aber lässt nicht

³ aus: *Legenden. Eine Sammlung von Lafcadio Hearn*. Gyldendal'scher Verlag, Berlin: 1921: 81-88.

von seiner Arbeit ab; die Ameisen sammeln sich darum, er aber verlangt kühlen Herzens sein Mittagbrot. In seinem Inneren wohnt wahrlich kein Mitgefühl, kein menschliches Empfinden." (...).

[Der Brahmane kommt zu der Mutter und überbringt ihr die Nachricht vom Tod ihres Sohnes.] Aber die Mutter des Toten antwortete ihm mit einem Gleichnis und sagte: "Herr, dieser Sohn hat nur ein schnell verstreichendes Leben von seinen Eltern empfangen (...). Jetzt ist er von mir gegangen, und meine schwache Kraft vermochte ihn nicht zurückzuhalten. Er war nur wie ein Wanderer, der in einer Schenke Rast macht; der Wanderer ruht sich aus und geht weiter; darf der Schankwirt ihn aufhalten? So aber ist das Verhältnis zwischen Mutter und Sohn. Ob der Sohn geht oder kommt, ob er bleibt oder von dannen zieht, ich habe keine Macht über ihn. Mein Sohn hat sein Geschick vollendet, und vor diesem Geschick konnte niemand ihn bewahren. Warum soll man über das Unvermeidliche jammern?"

[Die Schwester des Toten antwortet dem Brahmanen:] "Bisweilen betritt ein starker Holzfäller den Wald und fällt die Bäume mit mächtigen Axthieben und bindet sie zu einem großen Floß und bringt das Floß auf den Strom. Aber ein wütender Orkan erhebt sich und wühlt die Wogen auf, die das Floß bald hierhin, bald dorthin treiben, bis es zerschellt; und nun trennen die Wellen die vorderen Stämme von den hinteren, und alle werden auseinandergewirbelt, um nie wieder vereinigt zu werden. Dies ist auch das Los meines jungen Bruders gewesen. Das Schicksal hatte uns in einer Familie vereinigt; wir sind für immer getrennt worden. Es gibt keine bestimmte Frist für Leben oder Tod; ob unser Dasein lang oder kurz ist, - wir sind doch immer nur eine Weile vereinigt, um dann auf ewig getrennt zu werden. (...). Warum sollte ich weinen, da ich nicht weiß, wie bald meine eigene Stunde kommen wird?"

Und der Brahmane verstummte vor Staunen und folgte mit den Blicken den zarten Gestalten der Frauen, die sacht in dem Strahl des goldenen Lichtes von draußen hin und herglitten und das Mittagbrot für den Arbeiter auf dem Felde rüsteten, der keine Tränen hatte.

* * *

Annica, annica ...

Betrete ich in Asien einen buddhistischen Tempel, so stehen vor der Buddhastatue oder vor den unzähligen, sich ähnelnden Buddhastatuen verschiedene Gaben: Früchte, Blumen, Kerzen, Räucherstäbchen und

vieles mehr. Mäuse und andere kleine Tiere huschen über die Gaben oder mümmeln vor sich hin. Der Buddha wird mit Goldplättchen bepflastert, so dass sein Leib immer dicker und unansehnlicher wird. Gold ist in unserer materiellen Welt das Kostspieligste, das man dem Erhabenen spenden kann. So funkeln dann der Buddha und seine - oft kleineren - Gefährten lächelnd vor sich hin.

Aber der Buddha soll auch gar nicht ansehnlich oder ästhetisch aussehen, wie ich ihn als "ewig wählenden" - möglichst im Dahlemer Völkerkundemuseum zu bewundernden - religiösen Kunstgegenstand gerne hätte, denn nicht die Statue oder der längst vergangene historische Gautama Buddha wird verehrt, sondern die von ihm verkündete Lehre. Die besagt wiederum, dass alles Entstandene vergeht, also auch die Lehre des Buddha. Sie wird als ein Floß angesehen, das zur Überquerung eines Flusses gebaut wurde, nach Erreichung des anderen Ufers jedoch seine Funktion verloren hat. Wozu also das Floß an Land mitschleppen? Am Ufer zurückgelassen, wird es vielleicht anderen Menschen dienen oder vermodern, bis es sich in seine Bestandteile aufgelöst hat.

Der Buddha und die ihn umgebenden vielen kleinen Buddhas strahlen mich an. Ich möchte ihnen auch etwas spenden. Nicht, um es den Asiaten gleich zu tun, sondern einfach, weil es mir selbst Freude bereitet, etwas Schönes zu verschenken. Das Schönste sind für mich die lilafarbenen Lotosblumen, "ein Symbol des durch den Schlamm der Welt unbefleckt bleibenden wahren Wesens des Menschen, das durch die Erleuchtung verwirklicht wird"⁴. Also biete ich dem Buddha glücklich meinen symbolträchtigen Strauß dar. Erschienen mir meine Lotosblumen anfangs noch strahlend schön, so kommt mir der Strauß immer kleiner und unbedeutender vor, je näher ich dem Altar trete. Unter den anderen voluminösen Sträußen ist er kaum noch zu sehen, so dass ich ganz traurig werde. Er hätte doch die strahlende Schönheit und den Ruhm des Buddhas vergrößern sollen!

"Pûjemi Buddhāṃ kusumena nena
puññaena m'etena ca hotu mokkham.
Pupphāṃ milāyati yathā idam me
kāyo tathā yāti vināśabhavam."

(Ich verehere den Buddha mit dieser Blume,
Befreiung bringe mir dieses Verdienst!
Wie die Blume verwelkt, verwelkt auch mein Körper
und fällt der Vernichtung anheim.⁵)

⁴ Michail Pjotrowskij (Hg.) *Die schwarze Stadt an der Seidenstraße*, Electa: Mailand 1993: 284

⁵ A. Kassapa, *Buddhistische Pûjâ*, Berlin o.D.: 5-6.

Meine ursprüngliche glückselige Gebefreudigkeit ist in Trauer umgeschlagen. Der Lotos hätte vielleicht noch lange geblüht und viele Menschen durch seine Schönheit erfreut, wenn ich ihn nicht dem Buddha dargebracht hätte, um - wie es in dem rezitierten Vers heißt - selbst ein Verdienst zu erlangen! Sicher sind Blumen ebenso vergänglich wie mein Körper, warum aber diese Vergänglichkeit noch beschleunigen, indem ich den Lotos aus seinem natürlichen Lebensraum herausreiße? Ich selbst möchte ja auch nicht auf dem Altar eines "Gottes" geopfert werden, möge er auch noch so weise sein. Und heißt es nicht: Was du nicht willst, das man dir tu, das füg auch keinem andern zu? Jetzt scheinen mich die vielen Blumen auf dem Altar ganz traurig anzusehen.

Ist doch ganz klar, dass "auch mein Körper verwelkt und der Vernichtung anheim fällt". Zu dieser Erkenntnis hätte es nicht der Blumen bedurft, auch wenn sie ein treffendes Symbol der Vergänglichkeit sind. Ich brauche nur meine knirschenden Gelenke nach der dreimaligen Verbeugung zu spüren, um mir meines eigenen Alterwerdens und Vergehens bewusst zu werden. Was ist aber mit meinen Gefühlen geschehen? War ich nicht glücklich, dem Buddha die schönsten Blumen darreichen zu dürfen? Habe ich nicht freudvollen Herzens den lilafarbenen Lotos von der alten Frau vor dem Tempel gekauft? Wie schön war es doch, mit diesem Strauß den Tempel zu betreten, um ihn dem Buddha darzureichen. Wo ist dieses Glück plötzlich geblieben? Warum ist mir mein Strauß immer kleiner und unbedeutender vorgekommen? Woher kommt meine Trauer?

Nun könnte ich versuchen herauszufinden, ob meine anfängliche Gebefreudigkeit vielleicht gar nicht so selbstlos war. Ich könnte rational begründen, dass die egoistische Zerstörung des Lotos mir zu schaffen mache. Oder aber ich könnte mich in meine Trauer darüber, dass ich im Verhältnis zu den anderen, die dem Buddha viel mehr spenden, so unbedeutend bin, immer tiefer hineinfallen lassen. Tatsache bleibt, dass auch meine schönsten und erhabensten Gefühle vergänglich sind. Oft ändern sie sich, ohne dass ich mir dessen bewusst bin oder sie beeinflussen kann. So wurde ich vor der Buddhastatue bei der Darreichung der Blumen von meiner Trauer überwältigt. Hätte der Buddha mir jetzt nicht ermutigend zulächeln können? Tat er aber nicht!

Als ich den Tempel das erste Mal betrat, strahlten der große Buddha und die vielen kleinen Buddhas mich an und erfüllten mich mit Glückseligkeit. Wieso haben sie sich jetzt verändert? Können sie gar nicht, denn sie sind ja vorwiegend aus festem Material, deren langsame Transformation kaum wahrnehmbar ist. Schon gar nicht innerhalb der halben Stunde, die zwischen meinem ersten und zweiten Tempelbesuch liegt. Bleibt nur noch die Möglichkeit, dass sich mein eigener Geist -

meine persönlich Einstellung zur Darreichung der Blumen als Zeichen der Verehrung des Buddha - gewandelt hat. Diese anfangs sinnerfüllte rituelle Handlung ist für mich - aus welchem Grunde auch immer - plötzlich zu einer leeren Konvention geworden. Sie verursacht deshalb ein Gefühl des Ausgeschlossenseins, des Fremdseins, ja sogar des Neides den anderen gegenüber, die sich vertrauensvoll dieser rituellen Geste hingeben und dabei glücklich sind. So entsteht meine Wirklichkeit durch meine eigene, sich ständig wandelnde - also vergängliche - geistige Einstellung den Dingen gegenüber.

Anicca, anicca ... Mein Körper, meine Gefühle, meine Gedanken, alles ist unbeständig und vergänglich. Ich kann den physischen Zerfall meines Körpers zwar nicht aufhalten, meinen Gefühlen und Gedanken jedoch bewusst eine bestimmte Richtung geben, wenn ich sie mit liebevoller Aufmerksamkeit betrachte und nicht verdränge oder verurteile. Gerade die Vergänglichkeit ermöglicht ja die positive - oder negative - Veränderung jedes einzelnen Menschen. Schlechte, unheilsame Eigenschaften in Gedanken, Rede und Tat können dank dieser Vergänglichkeit in gute, heilsame verwandelt werden. Der Buddha hat uns durch seine Lehre das Werkzeug dazu in die Hand gegeben.

Namo tassa bhagavato arahato sammâsambuddhassa!

Verehrung sei ihm, dem Erhabenen, Heiligen, vollkommen Erwachten!

H.R.

* * *

Blauer Schmetterling

Flügelt ein kleiner blauer
Falter vom Wind geweht,
Ein perlmutterner Schauer,
Glitzert, flimmert, vergeht.
So mit Augenblicksblinken,
So im Vorüberwehn
Sah ich das Glück mir winken,
Glitzern, flimmern, vergehn.

(Hermann Hesse)



DAS BUDDHISTISCHE HAUS

REGELMÄSSIGE MONATLICHE VERANSTALTUNGEN

Sonntags um 15.00 Uhr:

Vorträge in der Bibliothek von

Frau Dr. M. Wachs, Frau Chandrasiri, Anagârika Kassapa oder auch geladenen Gästen (siehe entsprechende monatliche Ankündigungen)

- Gegen frankierten Rückumschlag wird Ihnen das Programm auch gerne zugeschickt - Edelhofdamm 54, 13465 Berlin (Tel.: 401 55 80)

Meditation:

Mittwochs 18-20 Uhr	gemeinsames Sitzen für Erfahrene mit Dr. Marianne Wachs und Harald Wolf
Freitags 18-20 Uhr	offene Meditationsgruppe mit Ehrw. Puññaratana Thero
Samstags 16-18 Uhr	dto, mit Dr. Marianne Wachs und Harald Wolf
Sonntags 17-19 Uhr	dto., mit Anagârika Kassapa
Tägliche Öffnungszeiten:	im Sommer 8-20 Uhr im Winter 9-18 Uhr

Für **sachkundige Führung** wird um vorherige telefonische Anmeldung gebeten (401 55 80).