

Keine Wahl!

Der Ökologische Imperativ lässt uns keine Wahl als den Pfad des Dharma, der Höheren Evolution des Bewusstseins, zu gehen. Wenn wir überleben wollen. Und die Welt.

Übersetzung aus dem Englischen von Lothar Lehmann

Die vielleicht größte Herausforderung, die sich in unserer heutigen Welt stellt, ist, wie wir damit aufhören können, den Planeten zu zerstören und wie wir einiges von dem wieder gut machen können, was wir an Zerstörungen bereits ange richtet haben. Einer der Gründe dafür, warum wir das uns und unserer Heimat, dem Planeten Erde, angetan haben, ist, dass wir – die menschliche Rasse – den Zusammenhängen zwischen den Dingen unwissend gegenüber stehen, unwissend bezüglich der wechselseitigen Verbindungen und Abhängigkeiten des Lebens. Wir sind sogar unwissend darüber, das es so etwas wie ein Ökosystem überhaupt gibt. Es wäre ein un gemein großer Fehler, wenn wir wenn wir mit dieser Arroganz fortfahren würden, während wir nach vermeintlichen Lösungen suchen. Es wäre ein un gemein großer Fehler, wenn wir den Umweltgedanken als einen Teilaspekt unseres Lebens auffassen würden. Es wäre ein Fehler zu glauben, dass ökologische Zusammenhänge getrennt von Thema Krieg existieren würden, von der Armut sproblematis, von Wirtschaft, von Politik, vom Freizeitverhalten, von unserer Arbeit oder vom spirituellen Leben. Zu glauben, dass die Umweltproblematik in dieser Art abgetrennt wäre, würde heißen, den Pfad der Ignoranz weiterzuverfolgen, der uns das alles eingebrockt hat. Das Soziale, das Spirituelle und das Ökologische sind keinesfalls getrennte Wissens- oder Handlungsfelder, sie sind vielmehr unzertrennlich miteinander verknüpft und die Unwissenheit diesbezüglich führt uns genau dazu, uns so zu verhalten, dass wir den Planeten und damit uns selbst zerstören. Diese Ignoranz kommt daher, dass die Menschen ein selbstreflexives Bewusstsein entwickelt

haben. Wir sind uns bewusst, und wir sind uns dessen bewusst, dass wir uns bewusst sind.

Diese Bewusstseins, das uns von den Tieren unterscheidet, ist unser wichtigster Aktivposten, unser größtes Geschenk und vielleicht unserer größter Fluch. Aufgrund dieses Selbstbewusstseins existiert nämlich auch ein Bewusstsein über „das Andere“ und daraus wiederum entsteht ein Bewusstsein der Unsicherheit in unseren Beziehungen mit „dem Anderen“. (...) Dieses Selbst wird be ständig herausgefordert durch Ände-

Diese spirituelle Unwissenheit ist es, die Gier nach Besitz anstachelt und damit den Leuten ein Sicherheitsgefühl gibt, und es ist auch diese spirituelle Unwissenheit, die Hass aufschäumen lässt.

rungen von außen und auch von innen, nämlich durch den Selbsterhaltungs- und Fortpflanzungstrieb. Daher ist das Unsicherheitsgefühl ein unvermeidlicher Begleiter der Entwicklung des Selbstbewusstseins. Wie stellt Subhuti in „die buddhistische Vision“ so richtig fest: „das rudimentäre Selbst oder unreife Ego versucht Sicherheit dadurch zu bekommen, dass es den gleichen Instinkten folgt, durch die das Tier sich schützt. Genau wie das Tier nach Nahrung jagt um seinen Körper zu erhalten, so jagt auch das Ego dem nach, von dem es sich Sicherheit erwartet. Und genau so, wie das Tier all das attackiert und bekämpft, was sein Überleben gefährdet, so versucht das Ego all das zu zerstören, was seine Unversehrtheit zu gefährden scheint. Noch unterstützt durch die menschliche Kraft der Einbildung können diese Reaktionen zu solch monströsen Dimensionen führen wie der Bildung von Weltreichen oder der Massenvernichtung durch Kriege.“ Das unreife Ego ist also unwissend hinsichtlich der Verbun-

denheit alles Lebendigen und erfährt sich selbst als abgetrennt, beständig und unveränderlich. Dies ist nach buddhistischer Auffassung das grundlegende Unwissen. Eben diese spirituelle Unwissenheit ist es, die Gier nach Besitz anstachelt und damit den Leuten ein Sicherheitsgefühl gibt, und es ist auch diese spirituelle Unwissenheit, die Hass aufschäumen lässt. Und zu gewaltsamem Zurückweisen all' dessen führt, das dieses scheinbar abgetrennte, beständige und unveränderliche Ich gefährdet. Hier also liegt die Quelle aller menschlichen Konflikte, der Ursprung des Konsumismus, der wahre Grund für die Überbevölkerung und die Ursache der blinden Zerstörung unserer eigenen Umwelt.

Genau das steht im Zentrum des tibetischen Lebensrades. Dort sind drei Tiere dargestellt, ein Hahn, eine Schlange und ein Schwein, die sich gegenseitig in den Schwanz

beißen und sich immer weiter im Kreise drehen. Der Hahn symbolisiert Gier, die Schlange Hass und das Schwein Unwissenheit. Sie symbolisieren das Tier in uns, dass nur von einer ganz kleinen zivilisatorischen Schicht überdeckt wird. Tiere allerdings sind nicht destruktiv, es ist die Verbindung des Tieres mit Selbstbewusstsein, die destruktiv ist. Daher sagt diese Bild nicht wirklich etwas über Tiere aus, es ist vielmehr ein



Die beiden inneren Kreise des bhava cakra, des Lebensrades.

Spiegel, in den wir sehen sollen, und vielleicht erkennen wir – etwas erschreckt – dass wir dort letztlich unser eigenes Selbst sehen, bestimmt durch Gier nach Besitz, nach Sex und nach Status, motiviert durch Aversion gegenüber allen Unbequemlichkeiten und geprägt vom Streben nach Sicherheit. Es ist das,

Vielleicht erkennen wir im Spiegel des Lebensrades, dass wir dort letztlich unser eigenes Selbst sehen, bestimmt durch Gier nach Besitz, nach Sex und nach Status.

was der innere Kreis des Lebensrades uns zeigt. Er konfrontiert uns direkt mit unserer inneren spirituellen Ignoranz und Unreife. Da es sich hierbei um einen Symbolismus handelt, ist es wichtig, die Parallelen nicht zu überstrapazieren. Denn Konzepte können auch zu einem Hindernis zwischen uns und der Wirklichkeit werden. Besser ist es, einfach in den Spiegel zu schauen und zu sehen, was wir sehen: ein Hahn, eine Schlange, ein Schwein, glotzende, stolzierende, kreischende, zischende, wühlende, schnüffelnde Tiere. Wir sind allerdings mit Selbstbewusstsein ausgestattet, wir sind Menschen, wir haben den gewissen Bewusstseinsfunken, der uns von der totalen Abhängigkeit von Unwissenheit befreien kann. Wir haben die Wahl, die Frucht vom Baum der Erkenntnis zu essen, um einen Begriff aus einer anderen spirituellen Tradition zu verwenden. Wir haben die Wahl, von unserer Achtsamkeit wirklich Gebrauch zu machen. Wir können unsere Achtsamkeit entwickeln. Wir können uns weiterentwickeln, Wir haben die Wahl, die Achtsamkeit zu festigen und die Fesseln von Unwissenheit, neurotischer Gier und Hass abzustreifen. Wir können den sog. Pfad der Höheren Evolution beschreiten, den Pfad der Evolution von Bewusstsein und Achtsamkeit. (...)

Der zweite Kreis des Lebensrades dreht sich um die Wahl, die wir haben. Dieser Kreis des Rades ist in zwei Segmente eingeteilt, ein weißes und ein schwarzes. Im schwarzen Segment finden sich nackte gequälte Frauen und Männer, die hinabstürzen, wo sie von Dämo-

nen gefoltert werden. Im weißen Segment befinden sich adrett gekleidete Frauen und Männer, die edle Handlungen vollführen im Aufstieg. Die Botschaft dieser Sektion des Lebensrades ist, dass wir die Früchte unserer Taten ernten. Dies ist das, was im Buddhismus als Karma bezeichnet wird, ein häufig gebrauchter

und oft missverstandener Begriff. Um zu begreifen, was Karma ist, müssen wir uns einem grundlegenden Begriff der buddhistischen Lehre zuwenden, dem Begriff der Konditionalität. Nach seiner Erleuchtung bemühte sich der historische Buddha auf verschiedene Art zu kommunizieren, was er da erfahren hatte. Eine der Methoden, mit denen er sich bemühte, seine Einsicht zu vermitteln, war das Gesetz der Konditionalität,

Universum. (...) Karma ist dabei nur eine Ebene der Konditionalität, insgesamt gibt es fünf. Da ist die anorganische Ebene, die im Wesentlichen die Gesetze der Physik ausmacht. Dann gibt es die Konditionalität auf der organischen Ebene, der Ebene der Biologie. Weiter gibt es die Konditionalität auf der unteren mentalen Ebene, hier geht es um Wahrnehmung und Instinkte. Dann gibt es noch die Ebene der Konditionalität auf der bewussten Ebene, auf der Karma geschaffen wird, und oberhalb dieser Ebene existiert das Transzendente, die dharmische Ebene der Konditionalität. Der Grund, warum ich diese sehr technische Einteilung hier aufgelistet habe, ist einfach um klar zu machen, dass nicht alles, was uns widerfährt auf dem Prinzip von Karma beruht. (...) Alles, was geschieht, geschieht in Abhängigkeit von Bedingungen, aber nicht alle Bedingungen sind karmischer Natur.

Einfach ausgedrückt ist Karma absichtliches Handeln.

was – sehr vereinfacht ausgedrückt – bedeutet, dass alles in Abhängigkeit von Bedingungen geschieht. In den Schriften heißt es: „Geschieht dies, so entsteht jenes, vom Entstehen von diesem entsteht jenes. Geschieht dies nicht, so entsteht jenes nicht; entsteht dieses nicht, so entsteht auch jenes nicht.“ Also geschieht alles in Abhängigkeit von vorangegangenen Bedingungen. Dies gilt für alles: einen Gedanken, eine Giraffe, ein Berg, ein Krieg, ein Planet, ein



Das bhava cakra, das Rad des Lebens in der Gesamtdarstellung.

Einfach ausgedrückt ist Karma absichtliches Handeln. Der Buddhismus lehrt eine Ethik der Intention. Traditionellerweise bedienen sich ethische Systeme des Westens der beiden Termini „gut“ und „böse“. Der Buddhismus denkt nicht in diesen Kategorien. Statt dessen wird auf die hinter der Handlung stehende Absicht abgezielt. Wir bedienen uns dabei der Begriffe „geschickt“ und „ungeschickt“. Eine geschickte oder ethische Handlung ist eine, die aus liebendem, wohlwollendem und weisem Handeln entsteht; unethische Handlungen haben ihre Ursache in selbstbezogenem, hasserfülltem und verblendetem Geist. Dabei unterscheiden wir Handlungen des Geistes, der Rede und der Tat. Das Karmagesetz sagt also aus, dass geschickte Handlungen zuträgliche, positive Konsequenzen haben, während ungeschickte Aktionen negative Konsequenzen heraufbeschwören. (...) Die Wichtigkeit des Karmagesetzes liegt nicht darin unsere gegenwärtigen Umstände zu erklären oder eine Analyse der Vergangenheit zu ermöglichen. Die wirkliche Bedeutung des Karmagesetzes ist, dass wir damit die Zukunft gestalten können und – da alle Dinge miteinander verbunden sind – das wir damit nicht nur unsere eigene Zukunft gestalten, sondern unvermeidbar auch die anderer und letztlich die des ganzen Planeten.

Geschickte oder ethische Handlungen in Gedanken, Wort und Tat sind der beste Weg um glückliches und zufriedenstellendes Leben zu gestalten. Heilsame Handlungen basieren auf den Geisteszuständen von Freundlichkeit, Großzügigkeit und Weisheit, die von Natur aus expansiv und mitfühlend sind. Dies hat einen positiven Effekt auf jeden, mit dem wir zusammentreffen und auf alle Lebewesen. Wenn wir Freundlichkeit, Liebe und Weisheit erfahren, beeinträchtigen wir unsere Umwelt nicht, wir schützen und genießen sie vielmehr.

Also besteht die Wahl, die wir haben, darin, entweder die schwierige Übung auf uns zu nehmen unseren natürlichen Instinkt der Suche nach Sicherheit für unser schwaches

Egogefühl zu überwinden, oder aber uns über den natürlichen Instinkt zu erheben, indem wir das Bewusstsein in expansiver und selbstloser Weise erweitern. Allerdings stellt sich die Mehrheit der Leute dieser Entscheidung nicht. Die meisten Leute entscheiden sich, in den engen Grenzen ihres Selbstinteresses zu bleiben und dabei so viel wie möglich Sicherheit zu suchen, die ihnen ihre Umwelt geben kann. (...) Wir müssen unser Herz dem Ideal öffnen, ein wahres Individuum zu werden, sodass wir Kooperation der Konkurrenz vorziehen, Einfachheit dem Reichtum, Harmonie der Bereicherung, Frieden dem Wettkampf und das Wohlerge-

tigt, wenn uns unsere Achtsamkeit zeigt, dass wir nicht so gut und wahrhaftig sind, wie wir dachten. Wir wollen unsere Selbstbezogenheit überwinden, aber werden entmutigt von der Hartnäckigkeit unseres Egoismus.

Das spirituelle Leben ist kein Zuckerschlecken und es ist nichts für Hasenfüße! Es ist ein schwieriger Weg, doch er ist es wert und er ist gangbar. Die Alternative ist fortzufahren, Glück und Sicherheit dort zu suchen, wo Glück und Sicherheit nicht erreicht werden können. (...) Der einzige Unterschied gegenüber früher ist, dass die Welt aufgrund des technologischen Fortschrittes

Das Karmagesetz sagt aus, dass geschickte Handlungen positive Konsequenzen haben, während ungeschickte Aktionen negative Konsequenzen heraufbeschwören.

hen aller Wesen dem eigenen Leben. Wir brauchen diese Öffnung des Herzens, weil unser Herz, unsere Emotionen uns Energie und Motivation geben und wir brauchen diese Energie und diese Motivation auf dem spirituellen Pfad. Wenn es uns nämlich der Motivation ermangelt, werden wir nicht in der Lage sein, die vielen Hindernisse und Auseinandersetzungen zu bestehen, denen wir auf dem langen Weg begegnen werden.

kleiner geworden ist und dass, ebenso aufgrund technologischer Errungenschaften, Massenvernichtungswaffen existieren. Daher hätte unsere Entscheidung das Leben von Verlangen, Macht und Status zu gehen stärkere Bedeutung als je zuvor. Und diese Auswirkungen werden immer sichtbarer in Phänomenen wie dem Klimawandel, der Atommüllproblematik, Massenvernichtungswaffen, um sich greifende Armut, Hunger und Überbevölkerung. Die Auswir-

Das spirituelle Leben ist kein Zuckerschlecken und es ist nichts für Hasenfüße! Es ist ein schwieriger Weg, doch er ist es wert und er ist gangbar.

Zum Beispiel werden wir meditieren wollen und entmutigt werden. Wenn wir über Wochen und Monate nichts als Ablenkungen erfahren. Wir wollen liebend und freundlich sein, aber werden entmutigt werden, wenn wir Leute – besonders Buddhisten – treffen, die nicht freundlich sind und uns vielleicht sogar unfreundlich begegnen. Wir suchen nach Weisheit, aber werden entmutigt, wenn niemand unsere Weisheit hören will oder wir gar verlacht werden. Wir wollen ethisch sein, aber werden entmutigt, wenn daraus andere auf unsere Kosten einen Vorteil ziehen. Wir wollen achtsamer sein, aber werden entmu-

kungen eines Lebens in Achtsamkeit, Einfachheit, ethischen Handeln und Mitgefühl für alles fühlende Leben sind allerdings auch mächtiger, nämlich aufgrund der globalen Kommunikationsmöglichkeiten und aufgrund der gegenwärtigen spirituellen Leere im Herzen der Welt.

Wenn wir uns entscheiden, ein spirituelles Leben in einem buddhistischen Kontext zu führen, leben wir nach fünf Prinzipien. Das sind die Prinzipien von Gewaltfreiheit, Großzügigkeit, Genügsamkeit, Wahrhaftigkeit und Achtsamkeit. Die Übung der Meditation hilft uns, diese Prinzipien umzusetzen.

Aus dem ersten Prinzip sind alle anderen abgeleitet, es ist gewissermaßen der Grundstein der gesamten buddhistischen Philosophie und Praxis. Dies ist das Prinzip der Gewaltlosigkeit, oder um es positiv auszudrücken, das Prinzip der Liebe. Diese Liebe nennen wir Metta, eine Liebe die nachhaltig und fest ist und keine Gegenliebe erwartet. Dieses Prinzip hat Auswirkungen auf jeden Aspekt unseres Lebens; am deutlichsten zeigt es sich in der kooperativen, vergebenden und freundlichen Begegnung mit anderen Menschen,

Aus dem ersten Prinzip sind alle anderen abgeleitet. Dies ist das Prinzip der Gewaltlosigkeit, oder um es positiv auszudrücken, das Prinzip der Liebe. Diese Liebe nennen wir Metta,

auch solchen, deren Meinung wir nicht teilen oder die wir nicht mögen. Dies schließt Revanche ebenso aus wie Vorurteile, Verfolgungen, Benachteiligungen, Rufmord, Verleumdungen oder jemandem irgend etwas zuzufügen, von dem wir nicht wollen, dass wir es selbst erdulden müssen. Alle diese Dinge erfahren wir in sehr grober Form in unserem Umfeld, aber je ethisch empfindsamer wir werden, desto mehr werden wir der subtilen Spielarten dieser Eigenschaften in unseren Herzen und Gedanken gewahr. So werden wir ein wenig Rivalität oder leichte Anspielungen in unserem Humor bemerken, wir werden die subtile emotionale Erpressung zwischen Liebenden bemerken, wir werden der ganz kleinen Herabsetzungen in Bemerkungen über die Taten anderer gewahr. Hier liegt unser Übungsfeld und genau hier können wir in unserem Alltagsleben beginnen einen mitfühlenden Geist zu entwickeln.

(...) Das Prinzip der Gewaltfreiheit und der Liebe bezieht sich auch auf unser Verhältnis zur natürlichen Umwelt. Der Thai-Mönch Prayudh Payutto plädiert dafür, das Wort „Umwelt“ zu vermeiden, wenn wir über Ökologie sprechen. Das Wort „Umwelt“ verrät seinen Ursprung in dem westlichen Missverständnis, den Menschen als vom Rest der Natur abgetrennt zu sehen. Zur Natur gehören wir auch! Auch wir sind Teil des ökologischen

Gleichgewichtes! Erst wenn wir begreifen, dies wirklich einzusehen, wird uns klar, dass unsere Transformation eine ökologische Aufgabe ist und dass alle unsere Handlungen eine ökologische Dimension haben. Wenn ein Fluss austrocknet, ist es relativ leicht, die ökologischen Auswirkungen zu erkennen. Wenn jedoch die Herzen der Menschen austrocknen, sind die ökologischen Auswirkungen weitaus größer. Wir müssen dafür Sorge, dass unsere Herzen durchtränkt sind von den lebenspendenden Wassern der Liebe.

Prayudh Payutto hat einen Essay mit dem Titel „Buddhistische Lösungen für das 21. Jahrhundert“ geschrieben. In diesem führt er aus, dass die moderne westliche Zivilisation fest im Griff von drei nachteiligen falschen Ansichten ist, nämlich

(1) Die Auffassung, dass die Menschheit getrennt von der Natur existiert, dass die Menschheit die Natur gemäß ihren Bedürfnissen kontrollieren, erobern und manipulieren muss.

(2) Die Auffassung, dass andere menschliche Wesen keine anderen menschlichen Wesen seien. Statt auf die gemeinsamen Erfahrungen und Wesenszüge der Menschen zu achten, richten die Leute ihre Aufmerksamkeit auf die Unterschiede.

Die innere Freiheit, die eine Freiheit von neurotischer Gier, eine Freiheit von Hass und eine Freiheit von spiritueller Ignoranz ist, ist essentiell wichtig für die Ökologie unseres Planeten.

(3) Die Auffassung, dass Glück abhängt von einer Fülle materieller Güter. (...)

Weiter führt er aus, dass für das glückliche Leben der Menschen drei Freiheiten nötig sind: Physische Freiheit, soziale Freiheit und innere Freiheit. Innere Freiheit steht dabei für die Fähigkeit, glücklich und zufrieden miteinander zu leben ohne sich genötigt zu sehen, die Welt um uns herum zu manipulieren oder auszubeuten. Ohne diese innere Freiheit

ist das menschliche Glück völlig abhängig von der Manipulation der äußeren Umwelt und von sozialer Ausbeutung. Daher ist diese innere Freiheit, die eine Freiheit von neurotischer Gier, eine Freiheit von Hass und eine Freiheit von spiritueller Ignoranz ist, essentiell wichtig für die Ökologie unseres Planeten. Ohne diese innere Freiheit sind wir der Gnade der Kräfte ausgeliefert, die uns in Überkonsumtion, gewaltsame Konkurrenz und die Suche nach Glück und Sicherheit dort, wo Glück und Sicherheit nicht gefunden werden können, ausgeliefert.

Dies sind einige der Auswirkungen des ersten buddhistischen Prinzips, des Prinzips der Gewaltlosigkeit. Die anderen vier Prinzipien basieren, wie gesagt, auf diesem. Das Prinzip der Großzügigkeit dehnt das Prinzip der Liebe auf unser Verhältnis zu Besitz und Eigentum aus. Großzügigkeit ist eine Beziehung zu Besitz, Eigentum und Geld, die Teilen und Geben als wichtiger ansieht als erhalten und besitzen. Es ist ein Verhältnis, die Dinge mit leichter Hand zu halten im Bewusstsein, dass sie uns eh nur vorübergehend gehören. In der Tat ist es besser uns nicht als Besitzer, sondern als Verwahrer anzusehen, wir passen nur so lange darauf auf, bis jemand anders es übernimmt. Der Buddha sagte, dass ein starkes Besitzstreben gegenüber Dingen und Personen zu Leiden führt; alle Dinge sind unbeständig, und je fester wir sie halten, um so

schwerer wird es sein, sie loszulassen. Dies gilt für alles, auch für unseren eigenen Körper und unser Identitätsgefühl.

Das Prinzip der Großzügigkeit ist der diametrale Gegensatz zu dem, was als „Religion des Konsumismus“ bezeichnet wird, jenem Wahn mit seinen Werbeschriften als Liturgien, die ausufernder Gier gewidmet sind, und seinen Supermarkt-Kathedralen, wo wir angehalten werden, Dinge zu kaufen, die wir weder