

Der CC-Weg

Der Mensch auf seinem Lebensweg ist geneigt, für sich ein Leben in Wohlstand, unbeschränkter Gesundheit und Glück zu suchen, oft sogar zu beanspruchen.

Statt sich auf das Machbare zu konzentrieren, statt den Lauf des Lebens mit allen Unwägbarkeiten und der menschlichen Ohnmacht in wesentlichen Dingen im Sinne der Stoa gelassen hin zu nehmen, kämpft er oft verbissen, aber auch vergebens um eine stetige Steigerung seines Lebensglücks.

Dabei ist er erfüllt von einer großen Begierde, von der Gier nach mehr und nach Schönerem. In seiner Verblendung meint er zumeist sogar, dass ihm ein Anspruch auf Glück, auf Gesundheit, auf mehr Vergnügungen, Wohlstand und Erfolg zustünde.

Die Menschen verkennen oder verdrängen zumeist den in ihrem Unterbewusstsein durchaus vorhandenen Kern der vier „Edlen Wahrheiten“ der buddhistischen Lehre.

1. Die erste der „Edlen Wahrheiten“ betrifft den „**Dukkha**“, das Leiden und den Schmerz. Das Leben ist begleitet von Leiden und Schmerz. Das zu erkennen und zu akzeptieren ist der Beginn des richtigen Weges.

Es gibt keinen Anspruch auf Glück, Gesundheit, Wohlergehen und Liebe. Es gibt erst recht keinen Anspruch auf Gerechtigkeit. Gerechtigkeit ist nur eine Idee, ein Ideal, das es im Leben und im gesamten Universum nicht gibt. Die Natur, die Physik und selbst Gott – wenn es ihn gäbe – sind nicht gerecht und können es auch nicht sein. Das ergibt sich schon daraus, dass die Idee der Gerechtigkeit einem menschlichen Bedürfnis entspringt, nicht aber irgendeiner Realität.

Die Menschen verkennen, dass gerade auch die Wunschvorstellungen von Glück, dauerhafter Gesundheit, mehr Wohlstand etc. dem Begriff des Dukkha, dem Leiden und Schmerz unterfallen. Denn schon bei dem Wunsch, erst recht bei der Erfüllung weiß der Mensch, dass diese Zustände nicht dauerhaft sein können. „*Pantha rei*“, alles fließt und verändert sich stetig. Was heute erkämpft ist oder kommt, kann morgen schon wieder verschwunden sein.

Wer diese Erkenntnis aus seinem Bewusstsein verdrängt, kann kein erfülltes Leben führen. Er ist vielmehr vergleichbar mit einem Hamster im Rad. Er rennt mit immer höherem Tempo Zielen nach, die er nie dauerhaft erreichen kann. Schlimmer noch, kaum hat er ein Ziel erreicht, schleicht sich schon die Unzufriedenheit in sein Gemüt und er muss der nächsten Steigerung hinterher jagen.

2. Die zweite der „Edlen Wahrheiten“ besteht in der Erkenntnis, dass der Schmerz und das Leiden auf dem Weg des Menschen aus seiner Begierde, aus der Gier, dem Verlangen, dem „**Trsnha**“ folgt. Der beständige Wunsch nach neuen Wonnen oder Erfolgen führt zu Unzufriedenheit bis hin zu ernststen psychischen Erkrankungen.

3. Was ist die Lösung?

Die Lösung ist nach Buddha die dritte und vierte der „Edlen Wahrheiten“.

Die dritte Wahrheit besteht in der Erkenntnis, dass ich vom menschlichen Leidensweg nur durch die Zerstörung und Aufgabe der Begierde erlöst werden kann. Wer das Anspruchsdenken aufgibt, seine Gier nach Mehr bezwingt, kann auch das unausweichliche Leiden bezwingen.

Er muss sich dann allerdings nach der vierten Wahrheit auf den „Edlen achtfachen Pfad“ begeben, ohne den alles andere vergebens wäre:

Rechte Meinung, rechtes Denken, rechtes Wort, rechte Aktivität, rechtes Existenzmittel, rechte Anstrengung, rechte Aufmerksamkeit und rechte Konzentration.

Die Erkenntnis zu erlangen ist für die meisten der Menschen schon zu schwierig. Noch viel schwieriger ist es aber für den Menschen, nach der Erkenntnis den achtfachen Pfad mit seinen enormen ethischen Anforderungen zu gehen.

4. Deshalb wollen wir in der **Communita Catharis** versuchen, den für uns machbaren und Erfolg versprechenden **CC-Weg** zu gehen.

Der CC-Weg beinhaltet die Suche nach einem erfüllten, aber auch ausgeglichenen Leben in der Gemeinschaft, die auch Fehler und Eigenarten tolerieren kann. Dabei spielt die Beschäftigung mit dem Tod, dem Ende allen Lebens und Strebens wie auch die Akzeptanz dieser Gedanken eine wichtige, eine zentrale Rolle.

Nur wer sich intensiv mit seinem eigenen Ende und der Relativität seines Strebens beschäftigt hat, kann gelassen, entspannt durch sein Leben gehen. Nur wer diese Dinge begriffen und bejaht hat, kann auch das Leben, die Natur, die Mitmenschen und alle überraschenden Ereignisse jeden Tag neu genießen und sich gänzlich entspannt daran erfreuen. Er weiß, dass er nichts verlangen und nichts festhalten kann. Er weiß, dass ihm seine Gegenwart heute geschenkt ist mit allen Dingen, die er heute erlebt und heute, vielleicht nur heute genießen darf.

Der **CC-Weg** ist ein ruhiger, besonnener, aber auch freudiger Weg. Er ist ein bejahender Weg in das Vergehen. Der Weg ist nicht gepflastert mit vielen, großen Erschütterungen und Leiden, denn wir wissen, dass wir nichts fest halten können und wollen. Das Heute genießen und das unbekannte Morgen gelassen erwarten und akzeptieren mit allen Unwägbarkeiten. Wer das kann, der bietet dem körperlichen und psychischen Leiden erfolgreich die Stirn.

Mit dem Wissen um das Glück des Todes, um das Glück der Auflösung unserer Individualität durch das Leben zu gehen, bedeutet, jeden Augenblick des eigenen Lebens bewusst in der Gegenwart wahr zu nehmen und soweit angebracht und möglich auch zu genießen.

Dazu gehört auch die bewusste Trauer um Verluste, die unausweichlich sind. Dazu gehört aber nicht Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit. Wer das Glück des Todes erkannt und akzeptiert hat, kann die Wechselfälle seines Lebens in Gelassenheit ertragen, denn er weiß, dass er tatsächlich nichts verliert.

Wer keinen Anspruch erhebt, kann auch nichts verlieren. Er kann vielmehr jeden neuen Tag willkommen heißen und optimistisch, ohne Ängste ihm entgegen gehen. Er weiß, dass jeder Tag, jedes schöne Erlebnis und Gefühl ein Geschenk ist.

5. Wer den **CC-Weg** geht, will in einer Gemeinschaft mit einem akzeptablen Wertesystem, mit Gemeinschaftsveranstaltungen und gemeinschaftlichem Austausch Aufnahme finden. Er will mit gemeinschaftlichen Erlebnissen und gegenseitigen Hilfen oder Unterstützungen ohne Angst vor der Zukunft und ohne Angst vor dem Tod und dem Ende seines Individuums durch ein möglichst entspanntes und fröhliches Leben gehen.

Die **CC-Gemeinschaft** hat nur dieses Ziel. Sie dient nicht dazu, alle strittigen und großen Fragen dieser Welt, ob politisch, naturwissenschaftlich oder religiös zu lösen. Deshalb ist es für die Gemeinschaft und das gemeinsame Gestalten nicht erforderlich, philosophisch/religiöse, politische, naturwissenschaftliche Probleme und Fragen zu lösen, die nicht hilfreich auf dem Weg zur inneren Erkenntnis unseres Daseins und unseres Vergehens sind. Das Verlangen, solche Probleme auf unserem CC-Weg zu lösen, ist vielmehr nur störend.

Solche anderweitigen Fragen mag jeder selbst für sich bedenken und diskutieren, bzw. diejenigen, die davon betroffenen sind. Etwas anderes gilt allerdings, wenn die Gemeinschaft durch Ideologen oder Fanatiker in der Ausübung ihrer Tätigkeiten oder ihrer Existenz behindert, gefährdet oder bekämpft würde.

Wir müssen uns vor allem vor zu viel intellektueller Überheblichkeit und Wichtigtuerei hüten. Wir sollten uns vor überschäumender Klugheit und Bewunderung unseres Intellekts bzw. unseres Verstandes bewahren. Das führt nur in Sackgassen, Widersprüche und Auseinandersetzungen, sowie Störungen innerhalb der Gemeinschaft. Wer scheinbar so klug und perfekt die Probleme unserer Welt löst, wer dies vielleicht auch noch propagiert, begibt sich in eine Scheinwelt mit Scheinlösungen, die aber dem CC-Weg und damit der Gemeinschaft nicht dienen.

Dazu vielleicht ein **Beispiel aus der Buddha-Legende:**

Buddha wurde von einem Mönch gefragt, ob das Universum ewig oder vergänglich, ob es endlich oder unendlich sei, ob die Seele Teil des Körpers oder von ihm verschieden sei. Der Mönch bat um eine präzise Antwort.

Buddha gab ihm ein Beispiel.

Ein Mann wurde von einem vergifteten Pfeil getroffen. Als ein Chirurg ihn heraus operieren wollte, verweigerte der Mann die Operation, bis er erfahren habe, wer der Täter sei, mit welcher Waffe er handelte, aus welcher Familie er stamme, welche Größe und Haarfarbe er habe, aus welchem Ort er stamme. Da der Chirurg die Fragen nicht beantworten konnte und den Pfeil nicht entfernen durfte, starb der Mann ohne Antwort auf seine Fragen.

Buddha: Ebenso geht es dem Menschen, der sich weigert, den Weg der Erkenntnis und Erlösung zu gehen, ohne die vorangegangene Beantwortung seiner philosophischen Probleme.

Er weigerte sich, dem Mönch Fragen zu beantworten, die nicht nützlich auf dem Weg zum Nirvana, auf dem Weg weg vom Leiden und seiner Bekämpfung sind.

Für den **CC-Weg** gilt dasselbe. Für die Gemeinschaft wichtig sind die Fragen, die die Gemeinschaft und den gelassenen Weg jedes Mitglieds in die Ewigkeit betreffen. Alle anderen Fragen sind für die Gemeinschaft Scheinprobleme und letztlich ohne Bedeutung.

Soweit also auch von mir Probleme und Fragen behandelt und vielleicht beantwortet werden, die nicht notwendig oder hilfreich auf dem **CC-Weg** zur Unendlichkeit sind, können diese Äußerungen von mir nur relativ gesehen werden. Sie könnten vielleicht auch ganz anders betrachtet und gelöst werden.