

# Buddhistische Weisheiten

1. Der Buddhismus ist kein Denksystem, keine Philosophie, keine Religion. Er ist vielmehr eine Auseinandersetzung mit der Ursache des Leidens und der Suche nach dem Weg in das ewige Vergehen im Nirvana.

Der Buddhismus ist eine Weltanschauung, die sich nicht mit Gott und den göttlichen Gesetzen beschäftigt, sondern in erster Linie mit dem Menschen und seiner Erlösung aus dem Kreislauf des Leidens. Von Gott haben die Menschen keine Kenntnis. Alles ist nur eine Ausgeburt des menschlichen Geistes und der Angst der Menschen vor den kommenden Schicksalsschlägen und vor dem Tod. Aber das Leiden und seine Auswirkungen kennen die Menschen.

Buddha hat die Götter und die Kastenordnung Indiens entthront. Alles ist vergänglich und leidvoll. Auch die Götter, wie die menschliche Seele und seine Erscheinungsformen sind vergänglich. Der Vergänglichkeit sind alle Gestaltungen.

Im Buddhismus geht es nicht um Antworten auf Fragen religiöser, philosophischer, dogmatischer Art. Vielmehr geht es um das Freiwerden von solchen Fragestellungen, um das Verlassen der vielfältigen Fragen und Theorien. Letztlich will Buddha nur den Menschen helfen, das Rad des Daseins und des Leidens auf immer verlassen zu können.

Da für Buddha nur das Aufgeben und das Ende des Ichs in der Verschmelzung mit dem Nirvana, im Aufgehen in der „Großen Stille“, der „inneren Meeresstille“ als großes Ziel von Bedeutung ist, da für ihn Götter und Religionen nur von Vergänglichkeit künden, höchste Wesen und die unsterbliche Seele nur Schein und Wahn, Autosuggestion und Selbstüberschätzung sind, da nichts ewig sein kann, weder Gott noch eine Seele, hat Buddha keine neue Religion begründet, sondern nur Lebensweisheiten, Rituale und Regeln zur Überwindung des Leidens gelehrt.

2. Deshalb ist es klar und konsequent, dass sich Buddha weigerte, im Dialog auf die Fragen des Mönches Malunkyaputta zu diversen philosophischen und weltanschaulichen Problemen Stellung zu nehmen. Er antwortete auf dessen Fragen und Vorwürfe vielmehr mit der Geschichte vom „vergifteten Pfeil“ und erklärte sodann:

*„Ich weigere mich, diese Fragen zu diskutieren, weil es nicht nützlich ist, weil es nicht mit dem heiligmäßigen und spirituellen Leben verbunden ist und nicht zum Ekel vor der Welt, zur Loslösung, zum Aufhören der Begierden, zur Ruhe, zum tiefen Eindringen, zur Illumination, zum Nirvana beiträgt. Erinnere dich doch daran, dass ich dich die vier „Edlen Wahrheiten“ gelehrt habe.“*

- Die *erste edle Wahrheit* betrifft den **Dukkha**, das Leiden und den Schmerz.

Alles ist Leiden. Auch die Formen des Glücks und der Meditation sind schmerzvoll, weil sie unbeständig, vergänglich sind und so wieder im Leiden enden.

- Die *zweite edle Wahrheit* erkennt den Ursprung des Leidens im **Trsnha**, nämlich in der Begierde, dem Lebensdurst, dem Verlangen, der Anspruchshaltung.

- Die *dritte edle Wahrheit* zeigt die Erlösung vom Dukkha, vom Leiden auf, nämlich die Erlösung durch die Zerstörung der Gier, des Verlangens, der Anspruchshaltungen, der Leidenschaften. So kann der Weise das Rad des Daseins und Leidens verlassen und in das Nirvana gelangen.  
*„Kein Auge, keine Zunge, kein Gedanke kann den Heiligen im vollkommenen Nirvana erreichen, denn er ist außerhalb von Raum und Zeit.“*
- Die *vierte edle Wahrheit* zeigt den Weg zum Erreichen des Nirvana auf, indem sie den **edlen achtfachen Pfad, den mittleren Weg** weist:  
*Rechte Meinung/rechtes Denken/rechtes Wort/rechtes Handeln/ rechte Mittel zur Existenzführung/ rechte Anstrengung/rechte Achtsamkeit/rechte Konzentration.*

3. Hilfreich auf dem Weg zur Vollkommenheit, zum Freiwerden von den überflüssigen Fragestellungen religiöser und philosophischer Art, zum Verlassen der vielfältigen Fragen und Theorien über Gott, die Götter, den Sinn des Lebens und das Leben nach dem Tod etc. ist die regelmäßige Meditation.

In der Meditation soll diese intellektuelle Gedankenmühle, das stete Grübeln und Erfinden neuer Theorien von der Erlösung, der Göttlichkeit und des Heilsweges aufhören. Aufhören soll und muss so das ruhelose Drehen und Winden des Geistes auf seiner unlösbaren Suche.

Versenkung beginnt erst, wenn der Geist, das Denken zur Ruhe gekommen ist. Nur so ist ein Sich-Versenken in die „Große Stille“ möglich.

*So wie der Flügelschlag des Vogels die Windstille stört, so stören die von außen kommenden Gedanken und Kräfte die Ruhe des Geistes (Sri Aurobindo).*

Deshalb hat die buddhistische Meditation ein gänzlich anderes Ziel, als die Meditation im westlichen Sinne. Sie ist etwas anderes, als die religiöse Meditation oder die Meditation im Sinne der Esoterik oder der Heiler. Ziel und Aufgabe der Meditation im buddhistischen Sinne ist die Beendigung und Auslöschung des Selbst ( atman ), Abschied von Bewegung, Wünschen, von Werden und Vergehen, Loslösung und Verlassen des Selbst. Es geht nicht um Antworten und Selbstfindung.

4. Ziel ist das Nirvana. Doch was ist, was soll das Nirvana sein?

Die Antwort ist schwierig, da Buddha selbst keine Erklärung gab. Er ließ den Inhalt, das Bild des Nirvana offen und unbestimmt. Er ging davon aus, dass dieser Zustand – besser Nicht-Zustand – nicht zu erklären und mit dem menschlichen Geist nicht zu erfassen ist.

Buddha kam aus dem Hinduismus. Vom Ursprung und der Bedeutung des Wortes her bedeutet „Nirvana“ das „Aushauchen“. Im Hinduismus versucht das „Selbst/atman“ auf dem Weg zur Befreiung von den zahllosen Wiedergeburten und vom Rad des Daseins in Etappen durch das „Aushauchen“ oder „Weghauchen“ der jeweiligen Daseinszustände den Weg zum Ende der Wiedergeburten und zur endgültigen Vereinigung mit dem Universellen zu finden.

Die Vereinigung mit dem Unendlichen erfüllt sich schließlich mit der Aufgabe und dem endgültigen Ende der Individualität. Die Suche endet im Nicht-Ich. Diese endgültige Befreiung des Selbst und Vereinigung mit dem Universellen nennt die zentrale Schrift des Hinduismus, die Bhagavad Gita (Gesang des Erhabenen) „brahmanirvana“.

Letztendlich lässt sich der Gedanke des Nirvana also nur in der Negation erfassen, im „Nicht-Ich“, „Nicht-Sein“, Nichts-mehr-Wissen-Wollen, nicht mehr abhängig Sein in völliger Losgelöstheit. Nur so ist das Ende der Leidens-Kette zu erreichen.

Der Begriff Nirvana kann aber nicht mit dem Begriff „Nichts“ im westlichen Sinne übersetzen oder erklärt werden. Er setzt voraus, dass es nichts Absolutes gibt, nichts Ewiges, nichts Ewig-Göttliches, keine ewige Ur-Substanz, die über allem thront und zu der alles zurück kehrt.

Der bedeutende buddhistische Philosoph und Meister Nagardshuna (2. Jhdt. n.Chr.) bezeichnete diesen Zustand als die „Leere“ oder „Leerheit“. In dieser Leerheit sind alle Unterschiede zwischen Sein und Nichtsein aufgehoben, es gibt diese Zustände nicht mehr. Alles Begrenzbare, alles Veränderliche, Zeit und Raum, Werden und Vergehen ist verschwunden. Der Weise, der seine Individualität und das Sein aufgibt, dem es in der Meditation gelingt, dort hin in das undefinierbare Leere vorzudringen, könne schon zu Lebzeiten das Nirvana erlangen.

Es gibt dazu eine Erzählung von Buddha im Pali-Kanon Udana (Kapitel VIII):

*„ ...Schwer zu erfassen aber ist die Lehre vom Nicht-Ich. Denn die Wahrheit ist nicht leicht zu begreifen. ... Darum findet sich auch ein Ausweg für das Geborene, Gewordene, Gemachte, Verursachte (Anmerkung: Gemeint ist: das von anderem Abhängige).*

*Bei dem, was von anderem abhängig ist, gibt es Bewegung. Bei dem, was von nichts anderem abhängig ist, gibt es keine Bewegung. Wo keine Bewegung ist, ist Ruhe. Wo Ruhe ist, da ist kein Verlangen. Wo kein Verlangen ist, da gibt es kein Kommen und Gehen. Wo kein Kommen und Gehen ist, da gibt es kein Sterben und Wiederentstehen. Wo es kein Sterben und Wiederentstehen gibt, da gibt es weder ein Diesseits, noch ein Jenseits, noch ein Dazwischen – das eben ist das Ende des Leidens.“*

Interessant sind hier Parallelen zu heutigen Gedanken und Theorien, z.B. zum „Urknall“-Gedanken. Vor dem Urknall gab es mangels Universum keine Bewegung. Mit dem Urknall entstand Bewegung und mit der Bewegung entstand Raum und Zeit. Zeit und Raum hat aber einen Anfang und ein Ende.

Die Ewigkeit im religiösen Sinn bedeutet dann aber Zeitlosigkeit. Ewigkeit ist ein Zustand ohne Anfang und Ende, damit also ohne Vergangenheit und ohne Zukunft. Es gibt weder ein Diesseits noch ein Jenseits. Ewigkeit ist das andauernde Jetzt. Das heißt im Sinne Buddhas, dass es für das Ewige weder ein Diesseits noch ein Jenseits noch ein Dazwischen gibt, sondern nur das ewige Jetzt im Nirvana.

Mit anderen Worten ausgedrückt ist Nirvana das, was weder entstanden ist, noch vergeht, was weder räumlich noch zeitlich existent ist, das was unbegrenzt vorhanden ist, ohne Bewegung in absoluter Ruhe und Stille.

Worin besteht das Ende des Leidens, das große Heil, nach dem zu streben es sich lohnt? Es ist die „Große Stille“, die „innere Meeresstille“ in der unbegrenzten Leere des Nicht-Mehr-Seins. In der Aufgabe der Individualität, der Beendigung des Ichs, des Selbst kann so das Ende des Leidens und damit die Erlösung im menschlichen Sinne errungen werden.

Zur Realisierung des Nirvanas und zur Erlösung von den sonst unabänderlichen Leidensstadien braucht es keinen Glauben, keine Religion und keinen Gott, der nach Buddha ohnehin als Teil der vergänglichen Welt zur Erlösung nicht beitragen kann.

Die Realisierung des Nirvanas ist auch nicht von der Gnade außerirdischer Wesen abhängig, sondern allein von der Erkenntnis der Dinge und der Realitäten, sowie vom Aufbruch und dem Willen, den Weg des Leidens zu verlassen und sich der Großen Stille anzuvertrauen.

5. Wer den Daseinsdurst, die Lebensgier besiegt, der besiegt damit auch den Tod und die Todesangst. Der hat nach Buddha die Chance, in die Gefilde des Nirvanas, in den Zustand des Nicht-Mehr-Seins zu gelangen.

Der Weg dazu besteht in dem stufenweise sich lösen vom Materiellen, vom Stofflichen und allem Vergänglichen, um so die Ruhe und die Reinheit des Herzens zu gewinnen. Nicht das ehrgeizige Tätigsein inmitten der Menschenwelt kann zur Erlösung von allem Leiden führen, sondern einzig das Entsagen, Nachsinnen, Vergeistigen und Meditieren. Nur wem es gelingt, sich von allen Absichten und Eitelkeiten, von allem Begehren und Daseinswünschen frei zu machen, nur wem es gelingt, sein Ego aufzugeben, sein Selbst zu verlassen, hat die Chance, die wirkliche Freiheit des Herzens zu finden.

Das Einzige, wonach dann das Herz noch begehren sollte, ist das lächelnde Eingehen in die Große Stille, in das Nicht-Mehr-Sein-Wollen, in die kaum zu erahnende Freiheit, die durch die Auflösung der eigenen Individualität geschenkt wird.

Nichts mehr wollen, nichts mehr begehren, nichts mehr ersehnen, nichts mehr tun und erreichen müssen, das ist Freiheit und der Beginn der Erlösung, das führt zum höchsten Glück.

6. Was ist Besitz?

Besitz ist eine Kette, über die Psyche geworfen, die den Menschen am Erdhaften festhält. Nichts kann man wirklich besitzen. Drohend stehen die Schatten der Vergänglichkeit schon hinter jedem Menschen.