

## **Die Dakini bittet zum Tanz – eine Gelegenheit, sich von Wahrheit verführen zu lassen**

von Rüdiger Dhammaloka Jansen (veröffentlicht 2002)

Nalanda, glanzvolles Nalanda – es heißt Sariputta wurde hier geboren, ein Buddhaschüler, dessen Weisheit ebenso gepriesen wurde wie sein Talent andere in der spirituellen Übung anzuleiten. Von Nalanda ist es nicht weit zum ‚Geiergipfel‘ bei Rajagaha. Der Buddha liebte diesen Ort; hier gab er einige seiner wichtigsten Unterweisungen. Auch Bodhgaya ist nicht weit entfernt, mit heutigen Verkehrsmitteln kaum eine halbe Tagesreise. Dort hatte Siddhartha Erleuchtung erlangt; er war zu einem Buddha, einem ‚Erwachten‘ geworden.

Nalanda, Ruinen von Nalanda. Die gewaltige Klosteruniversität, die hier seit dem dritten Jahrhundert unserer Zeitrechnung gewachsen war, hat den Ansturm der muslimischen Eroberer nicht überlebt. Wohl keiner von Nalandas Bewohnern hätte auch nur zu kämpfen versucht; nicht Krieg war ihre Sache, sondern Weisheit und Liebe. Bis tief in den Osten Asiens hinein war der Ruf gedrungen, dass sich hier, im Norden Indiens, die klügsten Köpfe der buddhistischen Welt versammelten. Schon im 7. Jahrhundert notierte Xuan Zang, der, damals selbst schon ein berühmter ‚Meister des Dharma‘, den Weg über Wüsten und Gebirge von China nach Indien nicht gescheut hatte, 8500 Studenten würden in Nalanda von 1500 Lehrern unterrichtet. Viele große Namen der buddhistischen Geschichte sind mit Nalanda verbunden. Um nur ein paar zu nennen: Nagarjuna, der ‚zweite Buddha‘ und radikale Vordenker des ‚Madhyamika‘; Santideva, der Dichterphilosoph, dessen ‚Bodhicaryavatara‘ (deutsch: Eintritt in das Leben zur Erleuchtung) noch heute zu den meist studierten buddhistischen Schriften gehört; Dharmakirti, der ‚indische Kant‘. Für Absolventen von Nalanda standen alle Türen in der Gesellschaft offen. Große Karrieren harreten ihrer, nicht nur in Tempeln und Klöstern, sondern auch als Staatsbeamte oder Hofpriester, Dichter, Astronomen, Ärzte oder Philosophen. Groß war die Ehre, als Lehrer an diese hohen Schule der Weisheit berufen zu werden. Und welch ein geistiges Abenteuer es wohl war, in einer der weltweit berühmten Bibliotheken zu stöbern? Kaum vorstellbar für uns Heutige waren der Prunk und die Privilegien der Großäfte von Nalanda ... viele träumten wohl davon, es einmal so weit zu bringen.

Wer weiß, ob auch Naropa einst ein solcher Träumer war. Im Jahr 1049 oder, nach einer anderen Datierung, einige Jahrzehnte früher – es heißt, er war dreiunddreißig Jahre alt und schon als Gelehrter berühmt – wurde er Abt von Nalanda. Höhepunkt des Berufungsverfahrens war eine religiös-philosophische Debatte, wie es sie ähnlich noch heute bei tibetischen Buddhisten gibt. In einer Art Wettkampf traten zahlreiche buddhistische und nicht-buddhistische Gelehrte gegeneinander an. In einem Feuerwerk von Fragen und Einwänden, Argumenten und Widerlegungen zeigte sich, wer von ihnen der beste und eloquenteste Gelehrte war. Diesmal fiel das Votum der Jury auf Naropa. Er wurde Abt von Nalanda und schien damit den Höhepunkt seiner Laufbahn erreicht zu haben. Größere Ehren hatte die akademische Welt nicht zu vergeben. Aber kaum acht Jahre später, ohne jede Vorwarnung, legte Naropa Amt und Würden nieder, tauschte Ornat und Talar mit dem Flickkleid des Wandermönchs und die prachtvollen Gemächer und Bibliotheken mit den staubigen Pfaden Nordindiens. Vergeblich blieben die Versuche seiner bestürzten Kollegen und Schüler ihn zurückzuhalten. Was war passiert?

In seiner Biografie lesen wir<sup>1</sup>: »Als Naropa eines Tages, mit der Sonne im Rücken, die Bücher über Grammatik, Erkenntnislehre, spirituelle Vorsätze und Logik studierte, fiel ein furchterregender Schatten darüber. Er schaute sich um und erblickte hinter sich eine hässliche Alte mit siebenunddreißig Merkmalen: Ihre Augen waren rot unterlaufen und lagen tief in den Augenhöhlen; ihr Haar war fuchsrot und verfilzt; die breite Stirn trat mächtig hervor; das Gesicht hatte Runzeln und war verschrumpelt, die Ohrläppchen waren lang und klobig, die

---

<sup>1</sup> S. Herbert V. Guenther (Ed. and transl.): *The Life and Teaching of Naropa*. Translated from the original Tibetan with a philosophical commentary based on the oral transmission, Shambala, Boston und London, 1995, S. 24f. (Dt. Übersetzung vom Verfasser.)

Nase krumm und entzündet; sie hatte einen gelben Bart mit weißen Strähnen; ihr Mund war schief und klappte auseinander; die fauligen Zähne wuchsen nach innen; mit schmatzenden Lauten leckte ihre Zunge die Lippen und sie piff, während sie gähnte; sie greinte und Tränen rannen ihre Wangen herab; sie zitterte und rang nach Luft; ihre Haut war rau und aufgedunsen, ihr Teint dunkelblau; der Körper war gebeugt und schief, der Nacken krumm und sie hatte einen Buckel; weil sie lahmete, stützte sie sich auf eine Krücke. – Und die Alte sprach Naropa an: „Was liest du gerade?“

„Ich studiere die Bücher über Grammatik, Erkenntnislehre, spirituelle Vorsätze und Logik“, antwortete er.

„Verstehst du sie?“

„Ja.“

„Verstehst du die Buchstaben oder die Bedeutung?“

„Die Buchstaben.“

Die Alte war entzückt, schüttelte sich mit freudigem Lachen und begann zu tanzen, wobei sie den Stock durch die Luft schwenkte. In der Annahme, das würde sie noch glücklicher machen, ergänzte Naropa: „Ich verstehe auch ihre Bedeutung.“ Doch da begann die Frau zu schluchzen und zu zittern und warf den Stock auf den Boden.

„Wie kommt es, dass du dich freust, als ich sagte, ich verstünde die Buchstaben, doch nun bist du unglücklich, da ich hinzufügte, ich verstünde auch ihren Sinn?“

„Ach, ich war so froh, dass ein großer Gelehrter wie du nicht log, sondern offen zugab, dass er nur die Buchstaben versteht. Doch nun bin ich traurig, dass du doch gelogen hast und behauptest, du verstündest auch ihre Bedeutung, was doch überhaupt nicht zutrifft.“

„Ja, wer versteht denn dann die Bedeutung?“

„Mein Bruder.“

„Stell mich ihm vor, wo immer er auch sein mag.“

„Geh selbst hin, zeige ihm deine Hochachtung und bitte ihn darum, dass du vielleicht irgendwann dahin gelangen mögest, die Bedeutung zu erfassen.“

Mit diesen Worten verschwand die Alte – wie ein Regenbogen am Himmel. ...« —

— und Naropa gab alles auf und verließ Nalanda. Weshalb? Was war mit ihm geschehen? Was hatte er erkannt? In gewissem Sinne scheint es offensichtlich. Seine Art mit Büchern umzugehen, war offenbar unzureichend. Und dennoch – trotz seiner jungen Jahre war er sicherlich mehr als nur ein kluger Theoretiker. Bloße Gelehrsamkeit genügte nicht um Abt von Nalanda zu sein. Was immer ihn bewogen haben mag, seinen Posten so rasch wieder aufzugeben, wir können sicher sein, dass er mehr als nur ein akademischer Experte für Buddhismus war. Wahrscheinlich war er kaum weniger tief in die Praxis der Lehre eingedrungen. Um so überraschender ist seine Entscheidung. Hatte er denn wirklich nur die Buchstaben der Wörter verstanden? Wusste er nicht auch um ihre Bedeutung?

Um Naropas Aufbruch besser zu begreifen, ist es nötig ein wenig weiter auszuholen. Wir müssen der Frage nachgehen, was man in der buddhistischen Überlieferung eigentlich meint, wenn von *verstehen* oder *wissen*, ja von *Weisheit* die Rede ist. Vor allem werden wir fragen, welche inneren Vorbereitungen nötig sind um zu verstehen. Einleitend aber will ich erläutern, was mich denn eigentlich an diesem Thema und an Naropas Erlebnis so sehr interessiert und auch verwirrt, dass ich genau darüber schreiben wollte.

*Im Netz von Wörtern gefangen*

Ich bin kein Naropa. Naropa war einer der Großen der buddhistischen Überlieferung. Im Westen kennen wir ihn bisher vielleicht vor allem als einen der spirituellen Ahnen des tibetischen Dichteryogi Milarepa. Dessen *Hunderttausend Gesänge* mit ihrer Mischung aus Naturmystik und tiefer spiritueller Erfahrung sind auch hier bekannt und beliebt. Zum Zeitpunkt seiner Begegnung mit der hässlichen Alten war Naropa in seiner spirituellen Übung zweifellos viel erfahrener als ich, der seit etwa zwanzig Jahren mal mehr, mal weniger wirksam versucht, die Buddhalehre zu verstehen und zu üben. Manchmal frage ich mich, wohin mich das gebracht hat, und ich merke: Eigentlich bin ich recht verwirrt und hin und wieder auch ratlos.

Manche Leute streiten darüber, ob Buddhismus überhaupt eine Religion oder nicht eher eine Philosophie sei. Wahrscheinlich ist dieser Streit ziemlich müßig und eher ein Ausdruck von Schubladendenken als eine Frage von existenzieller Bedeutung. Bei allen Unterschieden im Detail stimmen die Kontrahenten gewöhnlich in wenigstens einem Punkt überein, nämlich darin, dass die Lehre des Buddha einen *Weg* beschreibt. Fast jeder, der etwas über Buddhismus hört oder liest, wird zu dieser Auffassung gelangen – zumindest für eine Weile. Die meisten lernen den Buddhismus als Weg der Übung kennen, einen Weg des Wachsens und der spirituellen Entwicklung oder Evolution. Mit dem Begriff des Weges verbinden wir in der Regel auch die Vorstellung von einem Ziel. Wege führen irgendwohin und das Irgendwohin des buddhistischen Weges nennt man ‚Erleuchtung‘ (*bodhi*) oder ‚Erlöschen‘ (*nirvana*).

Nun lesen wir aber in manchen buddhistischen Schriften über das Ziel dieses Weges, man könne nichts über es sagen, was man nicht gleich widerrufen müsse. Überdies sei man auch unmittelbar vor der Zielerreichung noch unendlich weit von Erleuchtung entfernt. Und zwar so weit wie eh und je. Anders gesagt: Weder wissen wir, was dieses Ziel ‚Erleuchtung‘ eigentlich ist, noch können wir ihm überhaupt näher kommen. Wie um das Ganze auf die Spitze zu treiben, lesen wir dann auch noch dies: Wenn wir unser Ziel irgendwann doch ‚erreicht‘ haben (sofern man denn etwas unendlich Fernes überhaupt erreichen kann), dann werden wir auch wissen, dass wir immer schon da waren, d.h. dass wir immer schon erleuchtet *sind*. »Die Lebewesen sind ursprünglich Buddha. ... Das Nahe nicht kennend, suchen sie in der Ferne – wie töricht! ... Dieser unser Ort ist das Lotusland, dieser unser Leib ist Buddha.«<sup>2</sup> Auch das finde ich recht verwirrend – und zugleich überaus anziehend.

Über das Ziel des buddhistischen Weges selbst – über Erleuchtung, Buddhaschaft oder Nirvana – können wir also nichts Triftiges sagen. Mehr als auf das Ziel zu deuten, ist nicht möglich. Immer wieder betonen die Schriften, der *Buddhadharma* selber, d.h. die Lehre des Buddha, sei wie der berühmte Finger, der zum Mond zeigt, den wir aber nicht mit dem Mond verwechseln sollen.

Man könnte einwenden, diese Auffassung stamme aus der buddhistischen Spätzeit. Doch auch der Buddha selber hatte es vorgezogen, in verneinenden Worten über Erleuchtung zu sprechen und mehr darüber zu sagen, was Erleuchtung nicht ist als was sie ist: »Es besteht ein Reich, wo es keine Erdenart gibt, Wasserart nicht, Feuerart nicht, Luftart nicht, wo kein Bereich ist eines unbegrenzten Raumes, oder endlosen Erfahrens, oder ‚Nicht-Etwas‘, und auch nicht ‚Weder-Wahrnehmung noch keine‘. ‚Diese Welt‘ und ‚jene‘ – beides gibt’s dort nicht, auch ‚Sonne‘, ‚Mond‘ nicht. Kommen gibt’s dort nicht, so sag ich, Gehen nicht und kein Sichstützen, Schwinden nicht und Wiederkommen: Frei von Stützen, frei von Fort-Gang: So ist es ganz unabhängig. Wahrlich: Das ist Leidens Ende.«<sup>3</sup> Die wenigen positiv formulierten Umschreibungen von Erleuchtung oder Nirvana, die wir in den ältesten buddhistischen Schriften finden, sind eher poetisch-bildhafter Natur. Auch sie deuten nur an und vermeiden positive Definitionen.

---

<sup>2</sup> Aus Hakuins *Lobgesang des Zazen*, in: Kazuaki Tanahashi, *Der Zen-Meister Hakuin Ekaku*, aus dem Japanischen und Englischen übersetzt und herausgegeben von Franziska Ehmcke, DuMont Buchverlag Köln 1989, S. 149f.

<sup>3</sup> *Verse zum Aufatmen*. Die Sammlung *Udana* und andere Strophen des Buddha und seiner erlösten Nachfolger. Aus dem Palikanon übersetzt von Fritz Schäfer, Verlag Beyerlein und Steinschulte, Herrnschrot o.J. (1999), S. 118f.

### *Nützliche und schädliche ‚Lügen‘*

Mit Denken und Spekulieren über das Ziel des buddhistischen Pfades kommen wir ihm nicht näher. Dennoch betonen die Schriften auch immer wieder, wie wichtig es sei, dass wir unser Denken klären und den Weg samt seinem Ziel richtig verstehen. ‚Rechtes Denken‘ oder ‚rechte Ansichten‘ gelten als unerlässliche Voraussetzungen um Erleuchtung zu erlangen. Der Fachbegriff in diesem Zusammenhang ist *ditthi* (Pali) oder *drsti* (Sanskrit) Ansicht, Schauung, Sichtweise, Sehen, Vision, Überzeugung ... – ein Begriff mit sehr vielen Bedeutungsebenen.

*Ditthi* beginnt mit unseren Meinungen, Vermutungen und Überzeugungen, mit dem was wir für wahr und richtig halten – oft ohne es näher durchdacht zu haben. Aus Sicht eines Erleuchteten sind die meisten unserer Meinungen so genannte *micchaditthis*, falsche Ansichten.

Ein Beispiel: Viele, vielleicht die meisten Menschen halten es zwar nicht gerade für edelmütig, aber auch nicht eigentlich für problematisch, Gefühle und Gedanken von Ärger und Abneigung gegenüber anderen zu hegen und zu nähren: Dies seien ja nur Gefühle und Gedanken, und so lange wir sie nicht in die Tat umsetzen würden, hätten sie auch keine negativen Auswirkungen. Vielmehr würden sie sich so verflüchtigen, wie sie gekommen seien. Aus buddhistischer Sicht ist das falsch. Ob wir denken, sprechen oder körperlich handeln – immer sind daran auch Absichten oder Wünsche beteiligt, selbst wenn sie uns kaum bewusst werden. Willentliches Handeln (*karma*) vollzieht sich in den drei Dimensionen von Körper, Rede und Geist. Und es gehört zur inneren Gesetzmäßigkeit solchen Handelns, dass es sich nicht nur auf andere auswirkt, sondern in einer Art Rückkopplungsprinzip auch auf uns selbst zurückkommt. Handelnd *machen* wir uns immer mehr zu Menschen, die auf eine ganz bestimmte Weise denken, fühlen, kommunizieren und agieren. Wenn ich mir immer wieder gestatte, mich über andere zu ärgern und sie vielleicht sogar zu hassen, dann werde ich gerade dadurch zu einem immer unfreundlicheren Menschen, einem Griesgram und Misanthrop. Irgendwann werde ich dann vielleicht auch das tun, was ich mir anfangs nur zu fühlen und denken gestattete. Wer anderen in Gedanken Schaden zufügt, hat den Mörderweg schon betreten.

Eine zweite Art von *ditthi* sind unsere mehr oder weniger gut belegten und durchdachten Überzeugungen. Sie können richtig oder falsch sein, was vor allem von der Genauigkeit und Gründlichkeit unserer Beobachtungen und der Stichhaltigkeit unserer Folgerungen abhängt. Wahrscheinlich aber sind die meisten unserer Anschauungen und Theorien lediglich Rationalisierungen von Wünschen und Abneigungen. Sie mögen zwar schlüssig klingen, dienen aber vor allem dazu unsere Vorlieben und Abneigungen zu rechtfertigen. Beispiele dafür lassen sich in den jeweils aktuellen Denkmoden zu Hauf finden. Wer etwa der Meinung anhängt, jeder müsse ‚seine eigene Wahrheit‘ finden und so etwas wie ‚die‘ Wahrheit könne es gar nicht geben, braucht seine subjektiven Überzeugungen auch nicht mehr der kritischen Diskussion zu stellen und es wird mehr oder weniger beliebig, was man glaubt oder für wahr hält.

Rechte oder richtige Ansichten im buddhistischen Verständnis – so genannte *sammaditthis* – sind Überzeugungen, die zwar durchaus vorläufig und unvollkommen sind, aber trotzdem als Werkzeuge auf dem Weg zur Wahrheitserkenntnis im höchsten und letztlich unaussprechlichen Sinn taugen. Solche Ansichten sind zwar nicht absolut wahr, eben weil die Wahrheit sich nicht in Worten ausdrücken lässt; sie sind aber auch nicht ganz falsch, eben weil es sich bei ihnen um Positionen handelt, die um ihre Vorläufigkeit und Begrenztheit wissen und darauf zielen sie zu überwinden. Rechte Ansichten sind provisorisch wahr – man könnte sie ‚nützliche Lügen‘ nennen. Eine solche Ansicht ist beispielsweise die Anerkennung als Tatsache, dass unerleuchtetes Denken und Handeln immer Gefahr läuft, von eigennützigen Vorlieben und Befürchtungen geleitet zu werden, und das heißt, von selbstbezogenen Wünschen, Ängsten, Abneigungen und Illusionen.

Zu *sammaditthi* oder rechter Ansicht in diesem Sinn gehören drei wesentliche Aspekte: Erstens, die eben schon erwähnte Anerkennung der Tatsache, dass unsere Einsicht in die Realität noch unvollkommen ist und wir unseren eigenen Emotionen mehr oder weniger stark ausgeliefert sind. Zweitens, eine vorläufige Vision des für uns möglichen Zustands von Erleuchtung, wie sie

vom Buddha und den vielen Erwachten der buddhistischen Geschichte symbolisiert wird – eine ahnende Vision dessen, was menschenmöglich ist. Drittens, ein praktisches Verständnis des Pfades oder Weges, der vom Zustand der Unvollkommenheit zu menschlicher Vollkommenheit führt, das heißt, von der Kettung an selbstbezogene Emotionen zur unbedingten Freiheit der Erleuchteten.

Immer wieder sprechen die buddhistischen Schriften vom nur pragmatischen Wert der rechten Ansichten, so auch das schon zitierte Lankavatara Sutra:

»Wenn die Wahrheit nicht in Worten und Büchern ausgedrückt würde, so würden die Schriften, welche den Sinn der Wahrheit wiedergeben, verschwinden und wenn diese verschwinden würden, so gäbe es keine Jünger, Meister, Bodhisattvas oder Buddhas mehr und dann gäbe es auch nichts mehr zu lehren. Daher soll niemand sich an die Worte von Schriften klammern, denn sogar die kanonischen Schriften weichen manchmal von der geraden Linie ab, was von der unvollkommenen Tätigkeit empfindender Gemüter herrührt. Religiöse Unterweisungen werden von mir und anderen Tathagatas gegeben in Antwort auf die verschiedenen Bedürfnisse und Ansichten aller möglichen Wesen, um sie zu befreien von der Abhängigkeit der Denktätigkeit des Geistsystems; sie werden jedoch nicht gegeben, um die Stelle der Selbstverwirklichung des Heiligen Wissens einzunehmen. Wenn die Erkenntnis entsteht, dass es in der Welt nichts anderes gibt als das, was im Geiste selbst gesehen wird, so werden alle dualistischen Unterscheidungen verworfen und die Wahrheit der Bildlosigkeit verstanden werden und [zwar] mehr in Übereinstimmung mit dem Sinn, als mit Worten und Buchstaben.«<sup>4</sup>

Oder in den knappen Worten des *Avatamsaka-Sutra*: »In Worten wird die Macht der Buddhas ausgedrückt. Wahre Erleuchtung jedoch übersteigt alle Worte, wenn man sie auch vorläufig durch Worte erläutern mag.«<sup>5</sup>

Rechte Ansichten sind notwendig, damit wir letztendlich über alle Gedanken und Ansichten hinausgehen können und in jenen transzendenten Bereich der Erleuchtung vordringen, der jenseits von Worten liegt. Deshalb sollen wir die Lehre zwar ernst nehmen, aber doch die einzelnen Ansichten nicht allzu wörtlich auffassen. Wir sollen sie nutzen ohne an ihnen fest zu halten – und wir sollen uns hüten sie voreilig loszulassen. Rechte Ansichten sind Werkzeuge der Übung. Auch diese Auffassung findet sich schon in den ältesten Schriften des buddhistischen Kanons. Dort wird der Buddhadharmas mit einem Floß verglichen, das wir, *nachdem* es uns gute Dienste bei der Überquerung des reißenden Stromes geleistet hat, nicht schultern und weiter mit uns schleppen sollen.

Allerdings ist es wichtig, das Richtige zur rechten Zeit zu tun. Man kann das Floß zu früh oder zu spät loslassen. Leider wird auch das oft missverstanden. Manche Leute ziehen aus dieser Lehre, die ihnen so sympathisch undogmatisch vorkommt, den voreiligen Schluss, sie bräuchten das Floß gar nicht erst betreten. Ein solches Missverständnis scheint auch nahe zu liegen, wenn man in Schriften wie dem *Kegon-* oder *Avatamsaka-Sutra* – zunächst durchaus in Übereinstimmung mit dem *Lankavatara* – liest:

»Die Wesenheit des Seienden ist von Anfang an klar und rein und gestaltlos, gerade so wie der leere Raum. Alle Lebewesen können nichts davon aussagen. Der Weise schaut auf solche Weise. Wer sich freut zu schauen, dass alle Dinge still, leer und ungreifbar sind, und zwar auch durch Übungen nie zu erreichen sind, der kann den heiligen Lehrer der Welt schauen.«<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Zitiert nach *Meditations-Sutras des Mahayana-Buddhismus* Band 1, Herausgegeben von Raoul von Mural, Origo Verlag Bern, 3. Aufl. 1988, S. 100. Vergl. auch *Die makellose Wahrheit erschauen. Die Lehre von der höchsten Bewußtheit und absoluten Erkenntnis. Das Lankavatara-Sutra*, aus dem Sanskrit von Karl-Heinz Golzio, O.W. Barth Verlag, Bern, München und Wien 1996, S. 197

<sup>5</sup> Vom Verfasser übersetzt nach *The Flower Ornament Scripture. A Translation of the Avatamsaka Sutra*, Volume I, Translated from the Chinese by Thomas Cleary, Shambala, Boston&London 1985, ISBN 0-8773-767-3, p. 528. Vgl auch *Das Kegon Sutra II*, Im Auftrag des Tempels Todaiji aus dem chinesischen Text übersetzt Torakazu Doi, Tokio 1981, S. 33

<sup>6</sup> *Das Kegon Sutra I*, Im Auftrag des Tempels Todaiji aus dem chinesischen Text übersetzt Torakazu Doi, Tokio 1983, S. 227

Der letzte Satz sagt doch wohl, dass Übung – und mutmaßlich auch Übung auf der Grundlage rechter Ansichten – nicht hilft zur Erleuchtung zu gelangen. Wenn wir nun ein letztes Mal zum *Lankavatara-Sutra* zurückkommen, dann scheint es als werde dort der ganze Buddhismus geradezu ad absurdum geführt, wenn wir noch lesen: »Die Tathagatas lehren keinen Dharma, welcher von Buchstaben abhängig ist. Jeder, der eine Lehre vertritt, die von Worten und Buchstaben abhängig ist, ist ein leerer Schwätzer, da die Wahrheit über Buchstaben, Worte und Bücher erhaben ist. Aus diesem Grund wurde von mir und anderen Buddhas und Bodhisattvas in den Textbüchern erklärt, dass nicht ein Buchstabe von den Tathagatas gesprochen oder beantwortet wurde. Aus welchem Grund? Weil Wahrheiten nicht von Buchstaben abhängen.«<sup>7</sup>

Nun – wenn der Buddha kein Wort gesprochen hat, dann gibt es wohl auch keine Buddhalehre und damit auch keinen Buddhismus. Was mache ich nur, der ich doch einem buddhistischen Orden angehöre? Woran könnte ich mich noch halten? Manchmal sehne ich mich zurück in die guten alten Kindertage, als ich noch treuherzig glauben konnte. Damals war die Welt einfach und übersichtlich: Worte hatten einen klaren, unmissverständlichen Sinn (auch wenn ich den nicht immer leiden mochte). Oben war oben und unten war unten, es gab einen Anfang und ein Ende, ein Vorher und Nachher, eine Schöpfung und ein jüngstes Gericht. Ich verstand zwar auch nicht, was damit genau gemeint war und wieso das so sein sollte, aber es herrschte wenigstens Ordnung – ich meinte zu wissen, was ich tun und lassen sollte und mit welchen Folgen zu rechnen war.

Seit ich den Buddhismus kennen gelernt habe, ist das alles anders. Immer mehr wird mir der Boden entzogen. Immer weniger weiß ich, woran ich mit mir selbst und der Welt bin. Und paradoxer Weise fühle ich mich dabei geradezu erleichtert.

Dennoch kann ich gut nachvollziehen, warum ein tibetischer Lehrer gesagt haben soll: „Wenn ihr noch nicht Buddhisten seid, lasst bloß die Finger davon. Der Weg ist schwer und mühsam ... Wenn ihr aber schon Buddhisten seid, dann ist es schon zu spät für euch. Ihr müsst weiter gehen. Für jemanden, der von der Wahrheit gekostet hat, gibt es kein Zurück.“

Ob die Wahrheitsfalle auch hinter mir schon zugeschnappt ist, vermag ich nicht zu beurteilen. Ungeachtet meiner Verwirrung weiß ich jedoch, dass ich weiter gehen werde. Ich möchte tiefer verstehen und den Geschmack von Wahrheit und Befreiung in allen Nuancen kosten. Beim Versuch, hier über Wahrheitssuche zu schreiben, möchte ich aber die Warnung nicht vergessen – und sie auch den Lesern ans Herz legen –, dass es nur zu leicht ist, sich in Worten so zu verstricken, dass unsere Betrachtungen eher in die Irre führen als zu Einsicht und Wissen.

Ich werde eine Lehre aus den frühesten buddhistischen Schriften aufgreifen. Sie ist im *Sangiti Sutta*<sup>8</sup> des *Digha Nikaya* zuerst erwähnt und wird auch in den späten Schulen des Buddhismus immer wieder aufgenommen. Nach dieser Lehre lassen sich drei Arten oder Stufen von Weisheit (*pañña*) bzw. Erkenntnis unterscheiden:

1. *sutamaya-pañña*: Auf Hören oder Lernen gründende Weisheit oder der systematische Gewinn genauer Kenntnis über den Buddhadharma durch vorbehaltlose Aufnahme des Gesagten;
2. *cintamaya-pañña*: Verstehen und Vertiefen dieser Kenntnis im Licht der eigenen Erfahrung durch systematisches Erwägen und Bedenken;
3. *bhavanamaya-pañña*: Auf geistiger Kultivierung durch Meditation gründende Weisheit; die Verwandlung der erworbenen Kenntnisse in echte, unmittelbare Einsicht in die Wirklichkeit.

Ich habe diese Lehre ausgewählt, weil in ihr gewissermaßen der ganze Buddhismus enthalten ist. Aus buddhistischer Sicht ist es Weisheit und Weisheit vor allem anderen, durch die wir Wahrheit erfahren und im eigenen Leben verkörpern können. Diese Weisheit ist allerdings nicht

---

<sup>7</sup> *Die makellose Wahrheit erschauen*, a.a.O., S. 1.97. Vgl. auch: *Meditations-Sutras des Mahayana-Buddhismus*, a.a.O., S. 99.

<sup>8</sup> *The Long Discourses of the Buddha. A Translation of the Digha Nikaya*. Translated from the Pali by Maurice Walsh, Wisdom Publications, Boston 1987/1995, S. 486

kalt und nüchtern. Sie seziert nicht, sondern ihr Erkennen *ist* Lieben. Weisheit im buddhistischen Verständnis ist unmittelbares und zugleich wertschätzendes Gewähr-Sein, ein Zustand vollkommener Wachheit, der geradezu zwangsläufig mit unendlichem Mitgefühl und einer tiefen inneren Verbundenheit mit allem Lebendigen einher geht.

### *Die Wahrheit hören und vor Wonne schaudern*

Im *Mahavedalla-Sutta*<sup>9</sup> des *Majjhima-Nikaya* stellt ein Buddhaschüler namens Maha Kotthita dem weisen Sariputta die folgende Frage:

»„Freund, wie viele Bedingungen gibt es für das Erscheinen von Richtiger Ansicht?“

[Sariputta:] „Freund, es gibt zwei Bedingungen für das Erscheinen von Richtiger Ansicht: die Stimme eines anderen (*parato-ghosa*) und weises Erwägen. Dies sind die zwei Bedingungen für das Erscheinen von Richtiger Ansicht.“«

Die Stimme eines anderen – vielleicht heute auch: das geschriebene Wort eines anderen – ist Voraussetzung für weises Erwägen und eine der Bedingungen für das Erscheinen von rechter Ansicht, *sammaditthi*.

Hören, was und wie es gesagt wurde, oder lesen, was und wie es geschrieben steht, ist das Wesensmerkmal der ersten Stufe von Weisheit, *sutamaya-pañña*. Gemeint ist die offene, vorurteilsfreie Aufnahme dessen, was wir hören oder mit den Sinnen aufnehmen. Wenn wir nur empfänglich genug wären, würde ein einziges Wahrheitswort genügen, um uns die transzendente Dimension erfahren zu lassen. Beispiele hierfür finden sich zu Hauf in den ältesten buddhistischen Texten: Jemand begegnet dem Buddha; nach der Begrüßung und ein wenig ‚small talk‘ sieht der Buddha, dass sein Gesprächspartner *bereit* ist. Dann spricht er einige wenige Worte der Belehrung, und diese allein genügen schon, um den anderen zu transzendenter Einsicht zu führen – er erlangt Weisheit durch Hören, *sutamaya-pañña*. Da ist beispielsweise die Geschichte des Bahiyers Daruciriyo, der, zutiefst beunruhigt ob der Kürze und Ungewissheit des Lebens und zugleich an der Wirksamkeit seiner eigenen spirituellen Übung zweifelnd, den Buddha bei dessen Almosengang um Belehrung bittet, ja ihn geradezu bedrängt. Schließlich erhält er Antwort: »„Was das angeht, Bahiyer, kannst du dich so üben: ‚Gesehenes gelte dir nur als Gesehenes, Gehörtes nur als Gehörtes, sinnlich Erfahrenes nur als sinnlich Erfahrenes, Erkanntes nur als Erkanntes.‘ So kannst du dich üben, Bahiyer. Wenn dir Gesehenes nur als Gesehenes, Gehörtes nur als Gehörtes gelten wird, sinnlich Erfahrenes nur als sinnlich Erfahrenes, Erkanntes nur als Erkanntes, dann bist ‚du‘ nicht ‚dort‘, Bahiyer, dann ist ‚das‘ nicht ‚deine‘ Sache, dann Bahiyer, bist ‚du‘ weder ‚hier‘ noch ‚jenseits‘ noch ‚dazwischen‘: Das eben ist das Ende des Leides.“ Als der Bahiyer Daruciriyo vom Erhabenen diese kurze Lehrdarlegung erhalten hatte, wurde sein Herz ohne Anhängen von Beeinflussung frei.«<sup>10</sup> Er hatte die höchste Erkenntnis und damit ‚Erleuchtung‘ oder ‚Nirvana‘ erlangt.

Nun - sind Sie jetzt ebenfalls erleuchtet? Oder ich? Haben *wir* das wirklich existenziell verstanden? Ist unsere Erfahrung von ähnlicher Art wie die so vieler Menschen, die damals dem Buddha nur ein einziges Mal begegneten? Sie begegneten ihm so, dass ihr *Wahrheitsauge* aufging, und immer wieder heißt es dann in den Schriften: Der oder die Soundso »sah das Dhamma, erlangte das Dhamma, erkannte das Dhamma, drang in das Dhamma ein; er ließ den Zweifel hinter sich, er wurde frei von Verwirrung, er erlangte Selbstvertrauen und wurde in der Lehre des Lehrers von anderen unabhängig. Dann sagte er zum Erhabenen: „Großartig, Meister Gotama; großartig, Meister Gotama! Das Dhamma ist von Meister Gotama auf vielfältige Weise klar gemacht worden, so als ob er Umgestürztes aufgerichtet, Verborgenes enthüllt,

<sup>9</sup> MN 43, *Mahavedalla Sutta*, zitiert nach: *Die Lehrreden des Buddha aus der Mittleren Sammlung. Majjhima Nikaya*. Übersetzt aus dem Englischen und dem Pali von Kay Zumwinkel, Jhana Verlag, Uttenbühl 2001, Band I, S. 472

<sup>10</sup> *Verse zum Aufatmen*. Die Sammlung *Udana* und andere Strophen des Buddha und seiner erlösten Nachfolger. Aus dem Palikanon übersetzt von Fritz Schäfer, Verlag Beyerlein und Steinschulte, Herrnschrot o.J. (1999), S. 12f.

einem Verirrten den Weg gezeigt oder in der Dunkelheit eine Lampe gehalten hätte, damit die Sehenden die Dinge erkennen können.“<sup>11</sup>

Wie kommt es nur, dass *wir* solche oder andere Wahrheitslehren – ob buddhistische oder nicht-buddhistische – hören und lesen, ohne wirklich zu verstehen? Wie viele Wahrheitslehren haben wir schon gehört? Müssen nicht auch Sie zugeben, dass Sie längst schon alles gehört oder gelesen haben, was Sie wissen müssen? Vielleicht sogar schon dutzendweise! Trifft es denn wirklich zu, dass Sie auch dieses Buch oder diesen Artikel noch lesen müssen? Gleichen wir nicht jenem Besucher eines japanischen Tempels, dem der Zenmeister Tee einschenkt: Der Besucher hält die Tasse und der Meister gießt und gießt und gießt ... Sind nicht auch wir voll bis über den Rand – fast schon zum Überdruß angefüllt mit unverdaulichem Wissen?

»Man kann nicht dadurch in die Sache Buddhas eintreten, dass man bloß viel gehört hat.

Wenn man auf dem Wasser schwebt und doch vor Furcht zu ertrinken nicht das tun kann, was einem gesagt wird, so muss man vor Durst sterben. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.

Wenn man den anderen mannigfaltige kostbare Speisen anbietet, aber selbst nichts isst, muss man selbst verhungern. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.

Es gibt einen guten Arzt, der mit vielen Arzneien vertraut ist und doch seine eigene Krankheit nicht heilen kann. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.

Es gibt einen Armen, der Tag und Nacht die Schätze der anderen aufzählt und doch für sich nicht einen Pfennig hat. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.

Es gibt einen Prinzen, der eigentlich ein himmlisches Leben führen sollte, aber doch wegen der bösen Taten in Armut versinkt. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.

Es gibt einen Tauben, der mannigfaltige Musik gut spielt und doch selbst nichts hören kann. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.

Es gibt einen Blinden, der mit früh erlernter Technik gut malt und es doch selbst nicht sehen kann. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.

Es gibt einen Schiffer, der unermesslich viele Menschen übersetzt und doch sich selbst nicht übersetzen kann. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.

Es gibt einen Mann, der vor einer großen Menge viele wunderbare Dinge redet und doch in sich selbst keine Tugend hat. Mit dem ‚Viel-Hören‘ steht es ebenso.<sup>12</sup>

Offenbar haben wir gewisse Schwierigkeiten beim Hören oder Lesen. Die Wahrheit liegt uns vor Augen und doch sehen wir sie nicht. Vielleicht sind wir überfüllt, vielleicht auch nicht offen genug? Fragen Sie sich ehrlich – wie ist es um Ihre Offenheit und Empfänglichkeit bestellt? Wie gut hören Sie zu? Wie weit gelingt es Ihnen im Gespräch mit anderen, ohne eigene Zutaten und voreilige Interpretationen aufzunehmen, was gesagt wird und wie? Lesen Sie tatsächlich, was geschrieben steht? Denken Sie nur einige Minuten zurück und erinnern sich, was in Ihrem Geist alles vor sich ging, seit Sie begonnen haben, diesen Artikel zu lesen. Wie und mit welchen Gefühlen mischten sich verschiedene Nebengedanken, Assoziationen, Vorbehalte, Einwände, Zustimmungen usw. in Ihre ‚Aufnahme‘ des hier Geschriebenen hinein – ganz zu schweigen von inneren oder äußeren Ablenkungen, die mit dem Thema überhaupt nichts zu tun hatten. Machen Sie sich bewusst, in welcher Weise Ihr Verständnis des hier Geschriebenen dadurch gefärbt wurde. Haben Sie tatsächlich diesen Text aufgenommen und ‚gelernt‘ oder vielleicht eher Ihren eigenen Kommentar dazu?

---

<sup>11</sup> MN 74, *Dighanakha Sutta*, zitiert nach: *Die Lehrreden des Buddha aus der Mittleren Sammlung. Majjhima Nikaya*. Übersetzt aus dem Englischen und dem Pali von Kay Zumwinkel, Jhana Verlag, Uttenbühl 2001, Band II, S. 212

<sup>12</sup> *Das Kegon Sutra I*, Im Auftrag des Tempels Todaiji aus dem chinesischen Text übersetzt Torakazu Doi, Tokio 1983, S. 156

Eine tibetische Quelle vergleicht den Geist schlechter Hörer mit einem defekten bzw. mit Gift gefüllten Topf. Ein solches Gefäß ist natürlich denkbar ungeeignet, den Nektar der Wahrheit aufzunehmen. Lesen Sie selbst den Text und achten Sie darauf, inwieweit es Ihnen gelingt offen und empfänglich aufzunehmen, was gesagt wird. Stellen Sie Ihre Bewertung – zumindest vorerst – zurück:

»Wenn du der Erläuterung einer Wahrheitslehre lauschst, musst du auf die Stimme dessen hören, der sie erklärt, ohne das Wahrnehmungsvermögen deiner Ohren zu anderen Geräuschen abschweifen zu lassen. Hörst du nicht auf diese Weise zu, dann ist es, als werde ein Getränk auf ein umgekipptes Gefäß gegossen: Mag dein Körper auch im Raum der Unterweisung sein, hörst du doch nicht ein einziges Wahrheitswort.

... Wenn du die Wahrheitslehre nicht im Gedächtnis hältst, ist das, obwohl die Worte dein Wahrnehmungs- und Hörvermögen erreicht haben, doch so, als werde ein Getränk in ein Gefäß mit undichtem Boden gegossen. So viel du auch hinein gießt, bleibt doch nichts darin; und so viele Wahrheitslehren du auch gehört haben magst, weißt du doch nicht, wie du sie deinem Geist einprägen und dir zu Herzen nehmen kannst.

... Wenn du die Erläuterung der Wahrheitslehre nicht nur hörst, sondern ihr mit Gedanken lauschst, die auf Leben und Ruhm ausgerichtet oder von den fünf [Geistes-]Giften gefärbt sind, die aus den emotional aufwühlenden Kräften des Begehrens, der Abneigung und der Verwirrung gespeist werden, dann wird diese Wahrheitslehre deinem Geist nicht nur nichts nützen, sondern sie wird sich geradezu in ihr Gegenteil verkehren. Das ist so, als gieße man ein gesundheitsförderndes Getränk in einen vergifteten Topf.

Daher sagten schon die Weisen Indiens:

,Wenn du die Wahrheitslehre hörst, sei wie ein Reh, das den Klängen von Musik lauscht; wenn du über sie nachdenkst, sei wie ein Mann des Nordens, der Schafe schert; wenn du sie zur lebendigen Erfahrung machst, sei wie jemand, der sich betrinkt; wenn du ihre Gültigkeit überprüfst, sei wie ein hungrig grasender Jak und wenn du ihre Früchte erntest, sei wolkenlos klar wie die Sonne.‘<sup>13</sup>

Nun – wie ist es für Sie, diese Worte zu lesen? Gehen sie nicht doch ein wenig zu weit? Sollen Sie denn Ihre kritische Intelligenz ganz ausschalten? – Nein, ganz gewiss nicht. Die nächste Stufe von Weisheit wird das noch deutlicher machen. Zunächst aber, auf der Stufe von *sutamaya-pañña*, geht es nur um Hören bzw. Lesen. Es geht um die Aufnahme des Gesagten und um nichts anderes. Es geht darum zu empfangen, ohne zu bewerten, so rein und umfassend, wie wir es nur vermögen. Dabei soll man aber keineswegs neutral und unbeteiligt sein, sondern wie ein Reh, das den Klängen von Musik lauscht. Dies wird ein wenig weiter im gleichen Text noch ergänzt durch: ‚Du sollst der Wahrheitslehre mit einer wonnigen Gänsehaut lauschen, mit Tränen in den Augen und gefalteten Händen.‘ Solches Hören ist Lauschen mit der inneren Bereitschaft wirklich zu lernen, sich anrühren, ergreifen und verwandeln zu lassen. Ohne Hingabe und ein offenes Gemüt kann Wahrheit ihre heilende Kraft nicht entfalten.

Immer wenn wir lernen wollen – nicht nur in einem spirituellen, sondern auch im ganz alltäglichen Sinn –, müssen wir unsere persönlichen Vorurteile und Einwände, unsere Neigungen und Abneigungen wenigstens für eine Weile zurückstellen und den Geist freimachen, die Botschaft so aufzunehmen, wie sie gegeben wird. Sind wir abgelenkt, dann können wir nichts aufnehmen; sind wir vergesslich, dann werden wir das Gehörte oder

---

<sup>13</sup> Aus dem *rDzogs.pa.chen.po.klon.chen.snin.thig.gi.snon.'gro'i.khrid.yig.kun.bzan.bla.ma'i.zal.lun* (Die von Guru Samantabhadra gegebene Unterweisung zur Vorbereitung auf die Essenz des Allerhöchsten oder der Großen Verwirklichung), zitiert in *sGam.po.pa: The Jewel Ornament of Liberation*. Translated and Annotated by Herbert V. Guenther, Shambala, Boston & London, 1968, S. 38f., Fußnote 25. Diese Anmerkung wurde leider in der deutschen Ausgabe desselben Buchs fortgelassen. Ich habe das Wort ‚Dharma‘ als ‚Wahrheitslehre‘ und ‚Wahrheit‘ wiedergegeben. Im allgemeinen wird ‚Dharma‘ als Fachbegriff für die buddhistische Lehre benutzt, hat aber zugleich sehr viele Nebenbedeutungen. Für unseren Zusammenhang gab ich einer dieser vielen Bedeutungen den Vorrang, denn das hier Gesagte gilt, wie wohl offensichtlich ist, für ‚Wahrheitslehren‘ überhaupt, gleichgültig aus welcher Tradition sie stammen.

Gelesene nicht behalten; und soweit wir unter dem Einfluss egozentrischer Emotionen und Vorurteile stehen – stolz und süchtig nach Leben, Anerkennung, Status und Besitz –, werden sich positive Belehrungen in ihr Gegenteil verkehren. Im Gesehenen gibt es dann nicht mehr nur Gesehenes, im sinnlich Erfahrenen nicht mehr nur sinnlich Erfahrenes, im Erkannten nicht nur Erkanntes. Wir selbst stehen der Wahrheit im Weg und sie erreicht uns nicht. Ob aus bloßer Nachlässigkeit oder durch aktive Verdrehung – so werden wir uns die Wahrheitslehre nicht zu Herzen nehmen.

Weiter oben hatte ich den Begriff *ditthi* – Anschauung, Ansicht, Überzeugung usw. – eingeführt. Das dritte Hemmnis des Hörens, das mit einem mit Gift gefüllten Topf verglichen wurde, sind unsere sogenannten *micchaditthis*, die falschen Ansichten, vorgefassten oder unausgegorenen Meinungen, die wir im Laufe unseres Lebens angesammelt haben. Sie sind – mit Rilke – »die Straße von gestern und das verzogene Treusein einer Gewohnheit, der es bei uns gefiel, und so blieb sie und ging nicht.«<sup>14</sup> *Micchaditthis* sind die Gifte, die man durch Einnahme der Medizin des Dharma neutralisieren, ausscheiden oder, besser noch, in Heilkräfte umwandeln will. Sie sind emotional-intellektuelle Komplexe, die bis an die Grundstrukturen unseres Wahrnehmens, Erlebens und Deutens reichen, mehr oder weniger tief eingefleischte Wahrnehmungs- und Denkmuster bzw. -schränken. Manche dieser Überzeugungen erscheinen uns als so selbstverständlich, dass wir gar nicht erst darauf kommen, sie in Frage zu stellen. Zu ihnen gehören Glaubenssätze wie die Annahme eines ‚Ich‘ oder einer festen Persönlichkeit, vielleicht auch eines ‚wahren Selbst‘ oder einer ‚ewigen Seele‘, von der wir glauben, sie liege tief in uns verborgen und könne ans Licht gehoben werden. Oder auch die Überzeugung, außerhalb der Welt sinnlich-empirischen Erlebens sei keine Erfahrung möglich. Oder die Annahme, der analytische Verstand sei fähig zur Wahrheit vorzudringen. Zu unseren *micchaditthis* gehören auch weniger tief verwurzelte Anschauungen wie politische Ideologien, philosophische Systeme, die Meinungen des ‚gesunden Menschenverstandes‘ und dergleichen mehr.

Das Problem mit allen diesen Anschauungen ist weniger, dass wir eine Zeitlang diesem oder jenem Irrtum erliegen, als viel mehr das Ausmaß emotionaler Energie, das wir in diese Irrtümer investieren. Wir ‚identifizieren‘ uns mit unseren Überzeugungen und fühlen *uns* angegriffen, wenn *sie* bezweifelt werden. Die *micchaditthis* sind unsere zu mehr oder weniger festen ‚Meinungen‘ geronnenen Versuche, unser vermeintliches ‚Selbst‘ zu stützen und zu schützen. Sie erzählen uns fortwährend irgendwelche Geschichten über ‚uns und die anderen‘. Wir brauchen sie um uns wohl, wertvoll, sicher und zu Hause zu fühlen. Sie geben uns ein halbwegs stimmiges Orientierungssystem, das uns vorgaukelt, wir stünden auf festem Boden. Das tun wir aber nie, denn das einzige Beständige ist der Wandel, und nichts Festes lässt sich im Leben finden, weder in uns noch um uns herum. So begrenzen und verzerren die *micchaditthis* unsere Wahrnehmung, und das hat mittel- und langfristig äußerst schmerzhaft Folgen. Wir werden leiden, denn die Dinge sind anders als wir sie uns einbilden. Sie sind unbeständig, sie existieren nicht aus sich selbst heraus, und sie sind letztlich nie ganz befriedigend. Aber das mögen wir nur ungern hören. Wir verstopfen Augen und Ohren und legen ein dickes Fell an.

Die größten Hindernisse für ein richtiges Verständnis der Wahrheit liegen in uns selbst. Gerade am Anfang des spirituellen Lebens – spirituelles Leben steht immer am Anfang – sollten wir uns klar machen, dass gewisse Teile in uns gegen Wahrheit rebellieren werden. Diese Teile *wollen* die Wahrheit nicht hören und in gewisser Weise können sie es auch gar nicht. Es ist wirklich sehr schwierig für uns herauszufinden, was genau der Buddha und die Erleuchteten gesagt haben und nicht das hinein zu hören oder zu lesen, was wir gerne finden möchten, weil es unsere Ich-Illusion nährt. Die Überwindung unserer *micchaditthis* kann ein ziemlich schmerzhafter Reinigungsprozess sein.

Was immer Wahrheit auch sein mag, wir können sie nur dann aufnehmen, wenn unser Wunsch nach Erkenntnis und spiritueller Entwicklung tief und ehrlich ist. Es muss stark

---

<sup>14</sup> Rainer Maria Rilke, *Duineser Elegien*, Erste Elegie, Suhrkamp Verlag, Frankfurt/Main 1975

genug sein, um unsere *micchaditthis* wenigstens vorübergehend ‚einzuklammern‘. Hörend sind wir uns der Tatsache bewusst, dass wir bisher noch nicht wissen und dass unser Nichtwissen – eigentlich unser Nicht-Wissenwollen – der Grund unseres Leidens ist. So lange wir Wahrheit nicht existenziell wichtig finden, werden wir auch nicht offen für sie sein. Ein früher tibetischer Text empfiehlt, »dass man sich selbst als einen Kranken vorstellt, die Lehre als Medizin und den Lehrer als Arzt, dessen Vorschriften wir folgen müssen, um den Heilungsprozess zu gewährleisten.«<sup>15</sup>

In eine ähnliche Richtung zielen die Worte des historischen Buddha: »Nur für den Bescheidenen ... eignet sich diese Lehre, nicht für den Unbescheidenen. Nur für den Genügsamen eignet sich diese Lehre, nicht für den Ungenügsamen. Nur für den Abgeschiedenen eignet sich diese Lehre, nicht für den die Geselligkeit Suchenden. Nur für den Willensstarken eignet sich diese Lehre, nicht für den Trägen. Nur für den Achtsamen eignet sich diese Lehre, nicht für den Unachtsamen. Nur für den geistig Gesammelten eignet sich diese Lehre, nicht für den Ungesammelten. Nur für den Einsichtigen eignet sich diese Lehre, nicht für den Einsichtslosen. Nur für den dem Nichtweltlichen Hingegebenen, am Nichtweltlichen Erfreuten eignet sich diese Lehre, nicht für den dem Weltlichen Hingegebenen, am Weltlichen Erfreuten.«<sup>16</sup>

Weisheit durch Hören besteht somit darin, dass wir Informationen so aufnehmen, wie sie präsentiert werden. Dazu benötigen wir konzentrierte, nicht abgelenkte Aufmerksamkeit, aktives Bewahren des Gelernten im Gedächtnis und eine lautere, lernbereite Offenheit des Herzens. Wie wir gleich sehen werden, will der Buddha nicht auf eine Glaubenslehre verpflichten, der man blind folgen soll. Er bietet nur eine Landkarte des spirituellen Territoriums an. Aber auch eine Landkarte muss man lesen und richtig entziffern können. Wenn wir gar nicht erst richtig hinschauen oder gleich danach schon wieder vergessen haben, ob wir links oder rechts abbiegen sollen, wenn wir die Flüsse für Berge und die Städte für Oasen halten, dann dürfen wir uns nicht wundern, wo wir ankommen. Ein korrektes Verständnis jeglicher Unterweisung hat unmittelbare Auswirkungen auf die praktische Anwendung der Methoden und damit auch auf die Ergebnisse unserer Bemühungen.

### *Die Wahrheit erwägen wie ein Mann des Nordens, der Schafe schert*

Mit unbefangenen Hören und korrektem Verstehen ist nicht schon Glauben gemeint. Auf der ersten Stufe von Weisheit, die wir eben betrachtet haben, geht es vor allem um die rechte innere Haltung und Motivation. Es geht um die Frage, wie offen wir sind zu lernen und uns verwandeln zu lassen. Anscheinend ist ein derart hoher Grad von Offenheit möglich, dass die weiteren Stufen von Weisheit gewissermaßen überflüssig werden, weil wir gleichsam direkt ans ‚Ziel‘ katapultiert worden sind. Aus der buddhistischen Überlieferung sind viele Fälle bekannt, in denen jemand dem Buddha oder einem anderen erleuchteten Meister begegnet und durch ein bloßes Wort, eine Geste – gelegentlich auch einen Schlag – vollkommene Erleuchtung erlangt. Andere erfahren Erleuchtung beim Fallen eines Blütenblattes oder beim Spülen von Geschirr. Sie sind in einem Ausmaß offen und empfänglich für Wahrheit, wie es uns wahrscheinlich ziemlich fremd ist und vielleicht auch ‚naiv‘ vorkommt. Vielleicht dürfen wir unterstellen, dass auch diese Menschen eine gewisse Vorarbeit geleistet hatten, so dass die Wahrheit bei ihnen auf fruchtbaren Boden fallen konnte. Für unsereins mag es schon viel verlangt sein, unsere ‚Meinungen‘ wenigstens zeitweise zurückzustellen und mit klarem Blick und offenem Ohr eine Lehre in uns aufzunehmen. Wenn die radikale Verwandlung und innere Umkehr beim Hören oder Lesen noch ausbleibt, heißt das keineswegs, dass wir nun

---

<sup>15</sup> Gampopa, *Juwelenschmuck der geistigen Befreiung*. Aus dem Tibetischen übertragen und mit einem Glossar schwieriger Begriffe versehen von Herbert Guenther, Eugen Diederichs Verlag, München 1989

<sup>16</sup> Anguttara Nikaya VIII, 30, 232, zitiert aus *Die Lehrreden des Buddha aus der Angereichten Sammlung. Anguttara-Nikaya*. Aus dem Pali übersetzt von Nyanatiloka, überarbeitet und herausgegeben von Nyanaponika. IV. Band, Siebener- bis Neuner-Buch, Aurum Verlag, Braunschweig 1993, S. 129

verzweifeln und aufgeben müssten. Wir können noch immer erfolgreiche ‚Wahrheitsschüler‘ werden.

»Ein idealer Schüler des Buddhismus wäre jemand, der – wissenschaftlich ausgebildet oder nicht – bereit ist, die Möglichkeit einer spirituellen Erfahrung anzuerkennen, welche die Körpersinne und den rationalen Geist transzendiert. Ferner wäre er bereit, unvoreingenommen die Behauptung des Buddha zu erwägen, er habe dies selbst erfahren und andere könnten es, indem sie seiner Lehre folgten, ebenfalls erfahren. Ein solcher Mensch würde nicht fälschlicherweise glauben, der Verstand sei fähig zur inneren Bedeutung des Buddhismus vorzudringen (so nützliche Vorarbeit er auch leisten kann) oder die Wahrheit würde sich einem anderen Vermögen als der durch spirituelle Übung erweckten Intuition offenbaren. Er oder sie wäre frei von Glaubensüberzeugungen, die man in der Welt als religiöse Lehren anerkennt, obwohl sie in Wirklichkeit Ausgeburten von Angst, Gier und anderen selbstbezogenen Emotionen sind. Wäre er oder sie außerdem entschlossen, furchtlos zu suchen, aufrichtig zu prüfen, sowie vertrauensvoll anzunehmen und zu befolgen, was auch immer sich als Wahrheit über den Buddhismus herausstellen mag, dann könnte man von einem solchen idealen Schüler sagen, er sei recht gut für das Studium des Buddhismus gerüstet und gehe mit einer Einstellung an den Dharma heran, die dem Rechten Beweggrund im spezifisch buddhistischen Sinn zumindest nahe komme.«<sup>17</sup>

Auf der zweiten Stufe von Weisheit – *cintamaya-pañña* – geht es darum, die Wahrheitslehre durch systematisches Erwägen und Bedenken sowie im Licht unserer eigenen Erfahrung zu ergründen. Das Wort *cinta* bedeutet nachdenken, reflektieren, erwägen, aufmerksam und in gerichteter Weise denken. Es geht um tiefes Erwägen und sich Besinnen. Solch ein Denken ist keine trockene, kalte, distanzierte Analyse. Vielmehr ist es gleichermaßen präzise und scharf wie auch voller Herzenswärme, Wertschätzung und liebevoller Zuwendung. Die für den Westen so typische Spaltung von Denken und Fühlen ist dem Buddhismus ganz fremd. *Cinta* ist ein Erwägen und Bedenken, in dem Rationalität und Emotionalität auf einer höheren Ebene miteinander verschmelzen – ein sehr lebendiges, zuversichtliches, waches und schöpferisches Sich-vertiefen und Ergründen.

Manche Menschen haben anscheinend schlechte Erfahrungen mit dem Denken gemacht. Sie haben Denken, wenn überhaupt, vor allem als kalte Analyse, als gefühlsarm entfremdetes Sezieren von Worten oder als technokratisches Herrschaftsmittel kennen gelernt. Entsprechend halten Sie Denken für eine blutleere, lebensfeindliche Manipulation, die in krassem Gegensatz zur reichen Welt der Gefühle und des ‚Erlebens‘ stehe. Am liebsten würden sie ganz vom Denken wegkommen, und sie sind höchst erfreut, wenn sie in buddhistischen oder anderen religiösen Lehren lesen, Wahrheit sei nur jenseits von Denken und Begriffen zu finden. Das deuten sie so, als behaupteten diese Lehren, Denken sei generell unbrauchbar, überflüssig, ja gefährlich für spirituellen Fortschritt und man solle es am besten ganz vermeiden und sich statt dessen in tiefer Meditation um direkte Wahrheitschau bemühen. Nun – wenn es gelingt, warum nicht? Leider gelingt es aber kaum jemandem. Diese Menschen schütten das Kind mit dem Bad aus.

Zunächst einmal geht es darum zu lernen, auf richtige, angemessene und fruchtbare Weise zu denken. Das schließt durchaus die Grundsätze begrifflicher Genauigkeit und logischer Folgerichtigkeit ein, aber es bleibt bei ihnen nicht stehen. *Cintamaya-pañña* ist tiefes Denken mit dem Herzen. Einerseits denken, erwägen oder überlegen wir so, dass unsere *micchaditthis* herausfordert und bloßgestellt werden. Dazu müssen wir hellwach, scharf, quicklebendig und analytisch genau sein. Zum anderen denken, erwägen und überlegen wir auf eine empfängliche, nährenden, liebevolle Weise, die in einem sehr positiven Sinn demütig und hingabebereit ist. Ein solches Nachdenken ist Kennenlernen im besten Sinn; es ist echtes studieren: voller Eifer ganz bei der ‚Sache‘ sein. Aktiv nachdenkend lassen wir uns zugleich führen und ergreifen. Andernfalls könnten wir die Erfahrungen von Meditation und Kontemplation – um die es auf der nächsten, dritten Stufe von Weisheit gehen wird – auch gar nicht so aufzunehmen, dass sie

---

<sup>17</sup> Sangharakshita: *Buddhadharma. Auf den Spuren des Transzendenten*, do evolution, Essen 1999, S. 64

uns in der Tiefe verwandeln können. Der dreizehnte Dalai Lama sagte, wer zu meditieren versuche oder nach Erleuchtung strebe, ohne den Dharma auch zu studieren, der verhalte sich wie ein Blinder, der in dunkler Nacht einen Pfeil ins Zentrum einer Zielscheibe zu schießen versucht.

Bei *cintamaya-pañña* – Weisheit durch systematisches und tiefes Erwägen und Bedenken – geht es somit nicht zuletzt um jenes *weise Erwägen*, das Sariputta gegenüber Maha Kotthita als zweite Bedingung für das Erscheinen Rechter Ansichten nannte. (Vielleicht wäre es zutreffender zu sagen, weises Erwägen umfasse sowohl die zweite als auch die dritte Stufe von Weisheit, doch das können wir hier vernachlässigen.)

Was genau Begriffe wie *nachdenken*, *weises Erwägen* oder *reflektieren* im Rahmen spiritueller Praxis nahe legen wollen, ist nicht leicht zu beantworten – nicht einmal dann, wenn wir eine berühmte Äußerung des Buddha betrachten, die gelegentlich geradezu als sein ‚Evangelium der Gedankenfreiheit‘ angepriesen wird. Zu Lebzeiten des Buddha konnte man in Indien offenbar unter einem weit gefächerten Angebot von ‚Wahrheitslehren‘ wählen, das hinter dem des modernen spirituellen Supermarktes kaum zurückstand. Und genauso wie wir waren auch die alten Inder schon verwirrt, unsicher und im Zweifel, wie sie denn ihre Wahl unter allen diesen Lehren treffen sollten. Die Frage nach einem Kriterium für die Wahrheit einer Lehre – und damit auch die Frage nach der rechten Art des Nachdenkens über Wahrheit – wurde auch dem Buddha gestellt. Hier ist die Antwort, die er den Kalamern aus der Stadt Kesaputta gab:

»Recht habt ihr, Kalamer, daß ihr da im Unklaren seid und Zweifel hegt. In einer Sache, bei der man wirklich im Unklaren sein kann, ist euch Zweifel aufgestiegen.

Geht, Kalamer, nicht nach Hörensagen, nicht nach Überlieferungen, nicht nach Tagesmeinungen, nicht nach der Autorität heiliger Schriften, nicht nach bloßen Vernunftgründen und logischen Schlüssen, nicht nach erdachten Theorien und bevorzugten Meinungen, nicht nach dem Eindruck persönlicher Vorzüge, nicht nach der Autorität eines Meisters! Wenn ihr aber, Kalamer, selber erkennt: ‚Diese Dinge sind unheilsam, sind verwerflich, werden von Verständigen getadelt, und, wenn ausgeführt und unternommen, führen sie zu Unheil und Leiden‘, dann o Kalamer, möget ihr sie aufgeben.«<sup>18</sup>

Wenn wir diese Antwort betrachten, scheint es, als weise der Buddha nicht nur jene *micchaditthis* und vorgefassten Meinungen zurück, die uns daran hindern Neues unbefangen aufzunehmen, sondern sogar jegliches vernünftig-kritische Denken und Schlussfolgern überhaupt. Es scheint, er lasse nur zwei Wege offen: auf das zu hören, was die Verständigen tadeln oder preisen (wobei er nicht sagt, woran man erkennen kann, wer ‚verständlich‘ ist), und zu testen, wohin die Anwendung dieser oder jener Lehre in der Praxis führt. Gewisse Fragen, die für viele Menschen durchaus nahe liegen, sind dagegen nach der Aussage des Buddha eigentlich nicht relevant: Handelt es sich bei dieser ‚Wahrheitslehre‘ um eine altbewährte, von der Überlieferung besiegelte Lehre? Was sagt die Philosophie dazu? Wie passt die Lehre zu allgemein anerkannten Anschauungen und Theorien? Finde ich sie attraktiv? Was soll ich von dem Menschen halten, der sie verkündet?

Überlegungen solcher Art sind aus der erleuchteten Sicht des Buddha nicht hilfreich. Sie führen nicht zur Überwindung des Leidens. Dem Buddha ging es um Praxis, nicht um Theorie. Alle seine Belehrungen sind Beschreibungen des Weges. Ihm ging es um brauchbare Landkarten, nicht um geologisch-kosmologische Systeme. Philosophische und metaphysische Diskussionen vermied er. Aus seiner Sicht waren sie spekulatives Geplänkel, leeres Gerede, und überdies gefährlich irreführend. Viele Fragen, die auch wir so gerne stellen, sind nur Ausdruck eines unerleuchteten Bewusstseins. Sie sind falsch gestellt und auf ihrer Ebene unbeantwortbar. Sie lenken vom eigentlich Wichtigen ab, der Heilung vom existenziellen Leiden. In einem berühmten Vergleich beschrieb der Buddha seine Haltung:

---

<sup>18</sup> Anguttara Nikaya III, 66, 189; zitiert aus *Die Lehrreden des Buddha aus der Angereichten Sammlung. Anguttara-Nikaya*. Aus dem Pali übersetzt von Nyanatiloka, überarbeitet und herausgegeben von Nyanaponika. I. Band, Einer- bis Dreier-Buch, Aurum Verlag, Braunschweig 1993, S. 168

»Angenommen ..., ein Mann wäre von einem Pfeil, der dick mit Gift bestrichen ist, verwundet worden, und seine Freunde und Gefährten, seine Angehörigen und Verwandten brächten einen Wundarzt herbei, um ihn zu behandeln. Der Mann würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, daß der Wundarzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Mann, der mich verwundet hat, ein Adelige oder ein Brahmane oder ein Händler oder ein Arbeiter war.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, daß der Wundarzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich den Namen und die Familie des Mannes, der mich verwundet hat, weiß.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, daß der Wundarzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Mann, der mich verwundet hat, groß, klein oder von mittlerer Größe war.“ ... Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, daß der Wundarzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Bogen, der mich verwundet hat, ein Langbogen oder ein Querbogen war. ... [es folgt noch eine Serie von Fragen nach der Beschaffenheit der Bogensehne, des Pfeilschafts und der Pfeilspitze usw. ...] All dies würde dem Mann dennoch nicht bekannt sein und mittlerweile würde er sterben. Ebenso, ... wenn irgendjemand sagen sollte: „Ich werde das heilige Leben unter dem Erhabenen nicht eher führen, als der Erhabene mir verkündet ‚die Welt ist ewig‘ oder ‚die Welt ist nicht ewig‘; ‚die Welt ist endlich‘ oder ‚die Welt ist unendlich‘; ‚die Seele ist das gleiche wie der Körper‘ oder ‚die Seele ist eine Sache und der Körper eine andere‘; ‚ein Tathagata [= ein Buddha] existiert nach dem Tode‘ oder ‚ein Tathagata existiert nach dem Tode nicht‘ oder ‚sowohl existiert ein Tathagata nach dem Tode, als auch existiert er nicht‘ oder ‚weder existiert ein Tathagata nach dem Tode, noch existiert er nicht‘, so würde das dennoch vom Tathagata unverkündet bleiben, und mittlerweile würde jene Person sterben. 嬌...] Warum habe ich jenes unverkündet gelassen? Weil es nicht förderlich ist, weil es nicht zu den Grundlagen des heiligen Lebens gehört, weil es nicht zur Ernüchterung, zur Lossagung, zum Aufhören, zum Frieden, zur höheren Geisteskraft, zur Erleuchtung, zu Nibbana führt. Deswegen ist es von mir nicht verkündet worden.“<sup>19</sup>

Die buddhistische Lehre will nur Werkzeug sein. Sie ist weder ein philosophisches noch ein religiöses System. Deshalb sind die buddhistischen Schriften der letzten zweieinhalb Jahrtausende in theoretischer Hinsicht auch eher Dokumente einer fortgesetzten Philosophie- und Religionskritik, welche die Neigung des Denkens zu Spekulation und Affirmation aufs Korn nimmt. Für eine wirksame spirituelle Praxis ist es nicht nötig, irgendetwas blind und unkritisch zu glauben. Mit einer prüfend-experimentellen Herangehensweise – der kritischen Haltung von Naturwissenschaftlern durchaus vergleichbar – kommt man wahrscheinlich weiter. Der Buddha forderte seine Schüler und Schülerinnen immer wieder auf, selbst die Probe auf Exempel zu machen und zu überprüfen, wohin die von ihm vorgeschlagenen Methoden führen.

Eine vielleicht unerwartete Gefahr im Umgang mit der buddhistischen Lehre rührt daher, dass sie so außerordentlich plausibel ist. Intellektuell gesehen liegen viele der buddhistischen Lehren eigentlich auf der Hand und wirken geradezu selbstverständlich. Manchmal mag man sie kaum aussprechen, weil man fürchtet offene Türen einzurennen. Dadurch kann es aber passieren, dass man die Stufe von *cintamaya-pañña* allzu leicht nimmt oder sie ganz überspringen möchte. Wissen wir denn nicht schon längst, dass Leben vergänglich ist? Wissen wir nicht schon längst, dass Handeln Folgen hat? Wissen wir nicht auch, dass alle Dinge in Abhängigkeit von einander entstehen und vergehen? Selbstverständlich wissen wir das: Alles ist bedingt und hat nur so lange Bestand wie jene Faktoren, die seine Existenz verursachen. Das ist so offensichtlich, dass die Spatzen es schon von den Dächern pfeifen. Ähnlich dachte auch Ananda, ein naher Schüler des Buddha:

»Einstmals weilte der Erhabene im Lande der Kuru, in einer Stadt der Kuru namens Kammasadhamma. Da nun begab sich der Ehrwürdige Ananda zum Erhabenen. Dort angelangt, begrüßte er den Erhabenen ehrfurchtsvoll und ließ sich seitwärts nieder. Seitwärts sitzend sprach der ehrwürdige Ananda zum Erhabenen so: „Erstaunlich, o Herr, wunderbar, o Herr, wie

---

<sup>19</sup> Aus dem *Malunkyaputta Sutta*, MN 63, in: *Die Lehrreden des Buddha aus der Mittleren Sammlung. Majjhima Nikaya*. Übersetzt aus dem Englischen und dem Pali von Kay Zumwinkel, Jhana Verlag, Uttenbühl 2001, Band II, S. 131 ff.

tief, o Herr, dieses abhängig-gleichzeitige Entstehen ist, und wie tief es scheint. Und doch liegt es für mich gleichsam durch und durch offen da.”

„Sprich nicht so, Ananda! Sprich nicht so, Ananda! Tief, Ananda, ist dieses abhängig-gleichzeitige Entstehen und tief sein Schein. Durch das Nichterkennen, Ananda, durch das Nichtdurchschauen dieser Wahrheit geschieht es, daß dieses Geschlecht knäuelartig verflochten, klumpenartig verfilzt, wie Gras und Unkraut, aus dem Elend, dem Unglück, dem Verderben, dem Weiterwandern nicht herauskommt.“<sup>20</sup>

Durch unser Nichterkennen und Nichtdurchschauen der Entstehung aller (geistigen wie materiellen) Dinge in Abhängigkeit verwickeln wir uns in immer neues Leiden. Und doch kommt uns die Lehre von der bedingten Entstehung ganz selbstverständlich und einleuchtend vor. Wieder sieht man: Ein bloß intellektuelles Verständnis reicht nicht aus. Bei *cintamaya-pañña* geht es um ein sanft forschendes Durchdringen des Gelernten und zugleich darum, sich dem Gelernten rückhaltlos auszusetzen. Mit *sutamaya-pañña* verstehen wir den Wortsinn: Wir wissen, was gesagt wurde und welche Oberflächenbedeutung die Worte haben. Mit *cintamaya-pañña* untersuchen und erfahren wir nun die ‚Bedeutung der Bedeutung‘; wir beginnen zu verstehen, warum diese Worte gesagt wurden, was ihr tieferer und weiterer Sinn ist, welche Auswirkungen und Verknüpfungen dazu gehören, und wir hinterfragen unser eigenes Leben im Licht dieser Worte und Lehren.

Wie aber macht man das – wie kann man *cintamaya-pañña* üben? Das Erwägen oder Bedenken, um das es hier geht, ist eine ganz eigenartige Mischung von Tun und Geschehenlassen. Bewusstes und Unbewusstes spielen in ihm zusammen.

Nehmen wir als Beispiel ein Reflexionsthema, von dem es im tibetischen Buddhismus heißt, es sei der ‚Schlüssel, der das Tor zum Dharma öffnet‘: die *Kostbarkeit unserer Existenz als Menschen*. Sich auf die Kostbarkeit menschlichen Lebens zu besinnen hilft zu würdigen, was wir haben, Dankbarkeit dafür zu vertiefen wie auch den Vorsatz zur weiteren spirituellen Übung zu stärken. Dabei mag man auf folgende Weise reflektieren:<sup>21</sup>

„Wir wissen nicht, wie lange wir noch leben werden – ich jedenfalls weiß es nicht und ich habe keinen Anlass zu glauben, dass ausgerechnet ich nicht sterben werde. Auch weiß ich nicht mit Sicherheit, ob dieses Leben einmalig ist oder ob ‚ich‘ (in welcher Weise auch immer) nach dem Tod weiter sein werde. Die letztere Möglichkeit scheint mir jedenfalls nicht weniger wahrscheinlich als die, dass mit dem Tod alles vorbei ist. Subjektiv betrachtet kommt sie mir sogar wahrscheinlicher vor. Sollte es nach meinem Tod weitergehen, dann kann ich jedenfalls annehmen, dass meine jetzige Lebensführung darauf einen gewissen Einfluss haben wird. Und selbst wenn mit dem Tod alles vorbei sein sollte, bestimmt doch die Art und Weise, wie ich jetzt lebe, in hohem Grad die Qualität meines Lebens bis zum Tod.

Was ich schon jetzt zweifelsfrei weiß, ist die Tatsache, dass mit meinem Dasein als Mensch Freiheiten und Vorzüge verbunden sind, die andere Wesen nicht in gleichem Maße teilen. Selbst wenn ich außer Acht lasse, dass es Lebewesen geben könnte, wie sie in der buddhistischen Kosmologie als Götter, Titanen, hungrige Geister und gepeinigte Dämonen beschrieben werden, habe ich doch viel größere Freiheiten und Möglichkeiten als zum Beispiel Tiere. Diese sind mehr oder weniger hilflos der menschlichen Willkür und Gier ausgeliefert und dienen darüber hinaus auch einander als Futter. Ich dagegen habe großes Glück. Mit einem gut funktionierenden Körper, intakten Sinnen und einem leidlich arbeitenden Verstand versehen, lebe ich in einem Land, das mir fast alle Freiheit lässt so zu leben, wie ich es selber wünsche. Ungeachtet aller seiner Mängel ist dieses Land auch verhältnismäßig zivilisiert. Es gibt ein Rechtssystem, Bildung und Kultur, einen hohen Grad religiöser und weltanschaulicher Toleranz, es gibt materiellen Wohlstand, medizinische Versorgung und nicht geringe soziale Sicherheit. Mehr noch: Ich kann sogar mit

---

<sup>20</sup> Aus dem *Mahanidana Sutta*, DN 15, in: *Buddha. Auswahl aus dem Palikanon*. Übersetzt von Paul Dahlke, Fourier Verlag, Wiesbaden, o.J., S. 709 f.

<sup>21</sup> Vergl. z.B. Geshe Kelsang Gyatso: *Das Meditationshandbuch*, Tharpa Verlag, Zürich 1995

buddhistischen Lehrern und anderen Menschen, die spirituell praktizieren, zusammenkommen.

Wenn ich mir das alles vergegenwärtige, ist es ganz offensichtlich, dass meine Lebenssituation nahezu ideal ist. Zumindest ist sie von einer Qualität, wie sie auf unserem Planeten keineswegs selbstverständlich ist. Diese Überlegung erinnert mich daran, dass die buddhistischen Schriften wiederholt erwähnen, es sei eigentlich ganz außerordentlich und unwahrscheinlich der Buddhalehre zu begegnen: Man stelle sich einmal vor, dass tief am Meeresgrund eine alte Schildkröte lebt, die einmal in hundert Jahren auftaucht. Überdies stelle man sich einen kleinen Holzreif vor, der einsam irgendwo auf dem weiten Ozean treibt. Wie häufig wird es nun geschehen, dass die auftauchende Schildkröte ihren Kopf ausgerechnet durch diesen Holzreif steckt? Ähnlich unwahrscheinlich ist es, dem Buddhadharma zu begegnen. Und doch hatte ich genau dieses Glück: Als gesunder Mensch lebe ich in einem Land, in dem nur wenige Jahre vor meiner Geburt Terror und Krieg herrschten. Damals war es dort nicht möglich Buddhist zu sein. Heute leben wir in Freiheit und Frieden. Auch das ist nicht selbstverständlich. Nicht nur Tiere, sondern auch zahllose Menschen sind unvorstellbaren Leiden ausgesetzt und können den Dharma gar nicht üben. Sie haben keine Gelegenheit, die Buddhalehre zu hören – viele leben in Ländern, in denen es keine Religionsfreiheit gibt. Oder sie sind zu arm, leiden unter Entbehrungen, sind in Kriege verwickelt, heimatlos oder den Folgen von Naturkatastrophen ausgesetzt. Im Gegensatz zu ihnen allen bin ich frei von derartigen Behinderungen.

Wirklich, das Glück hat mich außerordentlich begünstigt. Ich habe die Gelegenheit, spirituell zu üben. Ich bin geistig und körperlich gesund. Ich vertraue auf den Buddha und seine Lehre. Dieses Leben ist kostbar. Möge es auch fruchtbar sein!

Es ist wichtig sich viel Zeit zu nehmen, über Gelerntes wirklich nachzusinnen. Nur wenige Menschen nehmen sich diese Zeit. Eher jagen sie von einem Erlebnis zum nächsten. Und vielleicht auch von einer spirituellen Unterweisung zur nächsten, von einer Wahrheitslehre zur nächsten. *Cintamaya-pañña* fordert uns auf inne zu halten, die Wahrheitslehre tief in unser Bewusstsein aufzunehmen, sie im Geist hin und her zu wenden und immer neu zu vergegenwärtigen. Mit den Worten der Weisen Indiens: Wir sollen über Wahrheit nachdenken wie ein Mann des Nordens, der Schafe schert. Wenn wir einmal etwas – aufmerksam zuhörend oder lesend – tatsächlich aufgenommen haben, sollte es uns eigentlich jederzeit zugänglich sein, so dass wir leicht darauf zurück kommen können. In bewusster, absichtlicher Reflexion können wir dann erwägen, was genau damit gemeint ist und in welcher Beziehung es zu anderen Aspekten der Lehre steht. Allmählich werden wir innere Zusammenhänge und Verknüpfungen erkennen und beginnen die eine Lehre im Licht einer anderen tiefer zu verstehen. Dann betrachten wir unser eigenes Leben mit Hilfe dieser Lehre. Wir untersuchen und durchdenken es – und natürlich spüren wir auch nach und lassen unser Herz daran mitwirken. Wir erforschen die Bezüge und Auswirkungen des Gelernten, erkennen, wie es mit anderen Aspekten von Realität verknüpft ist und welche Bedeutung es im Licht allgemeiner Prinzipien hat. Vor allem konfrontieren wir die Wahrheitslehre mit unseren vielen Wünschen und Vorstellungen darüber, wie wir das Leben gerne hätten. Auf diese Weise erkennen wir allmählich die Absurdität unserer Illusionen ... und sei es vorerst nur intellektuell.

Bei einer solchen Art des Erwägens und Bedenkens geht es nicht um Schulbildung (der Buddha konnte vermutlich weder lesen noch schreiben) noch um das Wiederkäuen irgendwelcher Meinungen. Es ist sogar sehr wichtig, dass wir innerlich gelöst und fast spielerisch mit den Lehren umgehen. Wir müssen uns dessen gewahr bleiben, dass wir sie im Tiefsten noch nicht verstanden haben. Wir nehmen die Lehren als Hinweise und Andeutungen, die uns vielleicht zu einer Erfahrung führen werden, die jenseits des Wortsinns liegt. So wie man bei einer Speise auch nicht genau weiß oder bewusst steuern kann, wie der Körper sie umwandelt und in sich aufnimmt, so geht es auch mit der Aneignung des Gelernten: Wir ‚verdauen‘, lassen es in uns arbeiten. Wir lassen geschehen und erlauben den tieferen Schichten des Geistes, auf die Wahrheitslehre zu antworten. Auf diese Weise wird sie allmählich reifen und uns von innen her verwandeln.

Gelegentlich stelle ich mir die Buddhalehre als eine Art Virus vor – einen Wahrheitsvirus, von dem ich mich einerseits in meiner derzeitigen Existenz und Sicherheit bedroht fühle (und dies ganz zu Recht) und von dem ich andererseits weiß, dass ich ihn eben deshalb benötige. In der Phase von *sutamaya-pañña* dringt dieser Virus ein. Mein Immunsystem ist entweder abgeschaltet oder es wird ‚unterwandert‘. Mag sein, dass ich gerade tatsächlich offen und empfänglich bin, mag auch sein, dass eine Wahrheitsbotschaft mich unvorbereitet trifft oder mich so sehr provoziert, dass meine Defensive durchbrochen wird. Obwohl es mich schockiert, ist es doch gut so, denn dadurch kann sich der Wahrheitsvirus einnisten. *Cintamaya-pañña* ist die Phase seiner Inkubation – eine vielleicht sehr lange Phase des Brütens. Der Wahrheitsvirus arbeitet in mir; er attackiert festgefahrene Strukturen und schafft allmählich etwas Neues. Noch immer wehren sich gewisse Teile von mir dagegen und versuchen ihn loszuwerden, aber immerhin weigere ich mich, ihn mit ‚Medikamenten‘ auszutreiben. Gewisse ‚Teile‘ von mir wissen, dass es sich bei meiner Krankheit um eine gute Entwicklung handelt, auch wenn sie gelegentlich weh tut. Diese Teile heißen den Virus willkommen, lassen ihn wirken und geben ihm sogar aktive Unterstützung, Nahrung und Licht. Nachdenken, Gespräche, Studieren oder Schreiben wechseln dabei ab mit einem eher passiven Geschehenlassen in Traum und Sinnieren, Ritual und Symbolerleben. Manchmal muss ich mich beharrlich fragen: Wie soll ich angesichts dieser Lehre leben? Was verlangt sie von mir? Welche Schwächen muss ich überwinden? Was werde ich tun? Dann wieder ist es besser nicht weiter einzugreifen, sondern das Geschehen sich selbst zu überantworten, vielleicht auch die Lehre wie ein Mantra nachklingen zu lassen. Gelegentlich erscheinen altvertraute, alltägliche Erfahrungen in einem neuen Licht und ein wenig kann ich spüren (nicht nur denken), dass mein Leben tatsächlich wie eine Wolke am Himmel ist oder wie eine Wasserblase vor dem Zerplatzen. Fast unmerklich beginnt dabei das Herz zu denken – ganz wach und durchaus scharf, aber zugleich liebevoll und verbindend.

Doch damit sind längst nicht alle Fragen beantwortet. Zunächst einmal lernen wir gelassener zu akzeptieren, dass über Erleuchtung oder Nirvana, ja sogar über die ganz ‚normale‘ Wirklichkeit eigentlich nichts Definitives zu sagen ist. Worte reichen nicht hin; Realität im höchsten Sinne ist jenseits der Reichweite des Verstandes. Bloßes Denken, ob in Begriffen oder in subtilen Konzepten nichtsprachlicher Natur, kann die Wahrheit nicht erreichen. Und doch ist ein solches Denken nicht nur nützlich, sondern in der Regel sogar unverzichtbar.<sup>22</sup> Wohl aus diesem Grunde erinnern die Schriften immer wieder daran, dass man ohne *sammaditthis*, ohne rechte Ansichten, das unaussprechliche Wesen der Wirklichkeit nie wird erfassen können. Die Worte der Lehre sind Schlüssel zum Tor der Wahrheit. Wer sie in der richtigen Weise benutzt, kommt an jenen Punkt, wo das Tor sich öffnet. Dann brauchen wir den Schlüssel nicht mehr. Wahrheit beginnt, wo Worte schweigen müssen.

### *Sich an Wahrheit betrinken und mit der Dakini tanzen*

Erinnern wir uns nun noch einmal an Naropa und seine Begegnung mit der alten Frau, und vergessen wir auch diesmal nicht, dass Naropa schon damals als großer Meister galt, von dem es hieß: »Keiner der früheren Äbte [von Nalanda] war als Gelehrter so tiefgründig gewesen wie Naropa. Als Abt erläuterte er den Dharma in einer heiligeren Weise als andere zuvor; wenn er über Grammatik, Logik, die Sutras oder Tantras sprach, waren seine Erläuterungen von überweltlicher Qualität; niemand konnte die Rituale ... und Initiationen auf eine gemessenere Weise feiern als er; in seiner Meditationsunterweisung gelang es ihm die Erfahrungen und Verwirklichungen besonders gut zu erklären.«<sup>23</sup> – Wenn wir das lesen, gehen wir sicherlich

---

<sup>22</sup> Die heutzutage wohl sehr seltene Ausnahme von dieser Regel ist dann gegeben, wenn wir das Glück haben, in mehr oder weniger täglicher Verbindung mit einem erleuchteten Lehrer zu leben, dessen aufmerksame Führung uns helfen wird, auf unerwartete und für uns unverständliche Erfahrungen in der richtigen Weise zu antworten.

<sup>23</sup> Herbert V. Guenther (Ed. and transl.): *The Life and Teaching of Naropa*. Translated from the original Tibetan with a philosophical commentary based on the oral transmission, Shambala, Boston und London, 1995, S. 27

recht in der Annahme, dass Naropa nicht nur ein wenig Dharma ‚gehört‘, sondern schon sehr tief darüber ‚nachgedacht‘ hatte.

»Und die Alte sprach Naropa an: „Was liest du gerade?“

„Ich studiere die Bücher über Grammatik, Erkenntnislehre, spirituelle Vorsätze und Logik“, antwortete er.

„Verstehst du sie?“

„Ja.“

„Verstehst du die Buchstaben oder die Bedeutung?“

„Die Buchstaben.“

Die Alte war entzückt, schüttelte sich mit freudigem Lachen und begann zu tanzen, wobei sie den Stock durch die Luft schwenkte. In der Annahme, das würde sie noch glücklicher machen, ergänzte Naropa: „Ich verstehe auch ihre Bedeutung.“ Doch da begann die Frau zu schluchzen und zu zittern und warf den Stock auf den Boden.

„Wie kommt es, dass du dich freust, als ich sagte, ich verstünde die Buchstaben, doch nun bist du unglücklich, da ich hinzufügte, ich verstünde auch ihren Sinn?“

„Ach, ich war so froh, dass ein großer Gelehrter wie du nicht log, sondern offen zugab, dass er nur die Buchstaben versteht. Doch nun bin ich traurig, dass du doch gelogen hast und behauptest, du verstündest auch ihre Bedeutung, was doch überhaupt nicht zutrifft.“

„Ja, wer versteht denn dann die Bedeutung?“

„Mein Bruder.“

„Stell mich ihm vor, wo immer er auch sein mag.“

„Geh selbst hin, zeige ihm deine Hochachtung und bitte ihn darum, dass du vielleicht irgendwann dahin gelangen mögest, die Bedeutung zu erfassen.“

Mit diesen Worten verschwand die Alte – wie ein Regenbogen am Himmel.«

Auf dem Hintergrund unserer bisherigen Ausführungen können wir nun verstehen, dass Naropa – wenigstens aus Sicht der alten Frau – auf die falsche Art und Weise nachgedacht hatte. Sein Erwägen, Reflektieren und Bedenken hatte ihn anscheinend nicht dazu gebracht, die Bedeutung oder den Sinn der Worte zu verstehen. Und genau das hatte die alte Frau durchschaut. Das wirft natürlich eine Frage auf: Wer ist denn diese Alte mit ihren siebenunddreißig scheußlichen Merkmalen, die so drastisch beschrieben werden? Wer ist diese Frau, die offenbar tiefer versteht als der große Gelehrte Naropa und die ihn erbarmungslos mit der schockierenden Wahrheit konfrontiert, dass er über Buchstabenwissen nicht hinausgekommen ist?

In Wahrheit handelt es sich natürlich nicht um eine alte Frau – wie könnte eine solche auch ‚wie ein Regenbogen am Himmel‘ verschwinden? Aber sie ist auch keine junge Frau, obwohl Wesen wie sie in der tibetisch-buddhistischen Überlieferung oft als sehr junge, jungfräuliche und zugleich überaus wilde, ekstatisch rasende Frauen dargestellt werden.

Die Alte ist eine *dakini*, eine Himmelstänzerin. Aber sie erscheint Naropa in einer Verkleidung. Genauer: sie erscheint ihm so, wie es ihm entspricht. Trotz seiner Jugend ist der Naropa unserer Erzählung in gewisser Weise halb vertrocknet. Er ist ein krummer Bücherwurm mit ungesunder Haut; seine vom angestregten Nachdenken trüben Augen liegen tief unter einer gewaltig vorgewölbten Stirn. Er ist ein zwar hoch verfeinerter, doch gleichwohl einseitiger Gelehrter. Die Alte hält ihm den Spiegel vor; sie *ist* sein Spiegelbild. Dass sie als Frau erscheint – wenn auch als hässliches Weib – zeigt ihm, wie sehr er sein emotionales Leben unterdrückt, fast schon abgetötet und ins Unbewusste gedrängt hat. So tritt sie ihm als eine Karikatur seiner selbst entgegen: verkümmert, verknöchert und gar nicht schön anzusehen. Doch hinter dieser Fassade lebt die *dakini*. Unter Runzeln und Falten lebt noch immer Naropas eigene Emotionalität: ewig jung, mit unbändiger Energie und Lebenskraft, nackt und dabei wild

tanzend in ekstatischer Begeisterung und Leidenschaft. Der Name der Dakini ist *Vajravahari* – ‚Diamantsau‘. Ein eigenartiger Name, doch leicht nachvollziehbar, wenn man weiß, dass Schweine im Buddhismus Symbole für Verblendung sind. In Vajravaharis hoch aufgetürmtem Haar sieht man, wie eine Trophäe, einen Sauenkopf. Mit ihrem Vajramesser hat sie den Kopf der Verblendung abgeschlagen und damit das blinde Treiben unerleuchteten Lebens und Leidens zu Ende gebracht. Ihr jungfräulicher Körper ist blutrot, das Rot von Leben, Intensität und Feuer. Wild tanzend schwingt sie in der rechten Hand ein blitzendes, rasiermesser-scharfes Vajramesser, während die linke eine menschliche Schädelschale ans Herz hält, gefüllt mit der Ambrosia der großen Seligkeit, die sie jenen anbietet, die ihren Anblick aushalten können.

Was bedeutet das alles? Müssen wir überhaupt wissen, wer die Alte ist und wie sie *wirklich* aussieht? Hilft es uns zu wissen, dass *wir* Vajravaharis wahren Anblick nicht aushalten würden? Auch Naropa kann das nicht. Zumindest noch nicht. Doch immerhin ist er schon stark genug, die *Dakini* in ihrer Maskerade als hässliche Alte zu ertragen. Wir hätten wahrscheinlich auch damit unsere Schwierigkeiten. Würden wir denn überhaupt auf sie hören, wenn sie uns mit meckerndem Lachen darauf hinwies, dass wir gar nichts von dem verstehen, was wir hier lesen oder schreiben? Naropa hört auf sie. Und gerade durch ihre Maske hindurch erkennt er etwas sehr Wichtiges über sich selbst. Was also ist Vajravaharis Botschaft an Naropa? Offenbar will sie ihn veranlassen, auf eine andere Weise über Wahrheit ‚nachzudenken‘. Nur wie?

*Dakinis* symbolisieren tiefe Kräfte der Inspiration, hingerissenes, begeistertes, leidenschaftliches Engagement. Vajravahari ist vom Dharma verwandelt, von Wahrheit verführt oder besser: Sie *ist* Verführung durch Wahrheit. Nach all den Jahren seines Nachdenkens und Studierens kommt sie nun zu Naropa, um auch ihn zu verführen. Sie bietet ihm die Schädelschale mit der Ambrosia der großen Seligkeit. Damit sagt sie: Wenn du Wahrheit zur lebendigen Erfahrung machen willst, dann musst du sein wie jemand, der sich betrinkt. Doch diese Aufforderung geht auch für Naropa noch zu weit. Bisher kann er noch nicht einmal Vajravaharis wahre Gestalt erkennen. Aber er erkennt wenigstens sein Spiegelbild – und damit wird ihm klar, dass er Nalanda schleunigst verlassen muss. Würden wir ihn weiter auf seinem Weg begleiten, dann würden wir erfahren, dass er noch viel durchzumachen hat, bis er die nackte Wahrheit sieht und sich an ihr betrinkt.

Es ist nicht etwa so, dass Naropa bisher alles falsch gemacht hätte. Ganz und gar nicht. Er hat den Dharma gehört. Er hat gelernt und er hat reflektiert. Sein Denken und Erwägen hat ihn ziemlich weit gebracht. Es hat ihn nicht nur an einen hohen Posten in der Kirchenhierarchie geführt, sondern vor allem dahin, dass Vajravahari sich für ihn zu interessieren beginnt. Er hat einen Punkt erreicht, von dem aus er weiter gehen kann, viel weiter und aufs Ganze. Dazu muss er aber nun alle seine Energie – Kräfte der Tiefe und Kräfte der Höhe – bis in die letzte Zelle hinein mobilisieren: Sein Denken und Erleben muss radikal schöpferisch werden, das Gelernte muss die Tiefenstruktur seines Daseins ergreifen und verwandeln.

Vajravahari (die wir, psychologisch ausgedrückt, auch als Manifestation von Naropas ‚innerem Potenzial‘ ansehen können) weiß, dass Naropa sich jenem Punkt nähert, wo er Wahrheit unmittelbar schauen kann. Sein Erwägen und Bedenken, *cintamaya-pañña*, hat ihn darauf vorbereitet, alle *ditthis* – die rechten ebenso wie die falschen – loszulassen und alles preiszugeben, was sein bisheriges Selbstbild und seine Lebensform geprägt hat. Wir können vermuten, dass Naropa schon eine Ahnung davon hat, wie sehr er sich in den eingefahrenen Geleisen, festen Strukturen, Sicherheitshaltungen und Schablonen seines Amtes und seiner Persönlichkeit um die Wahrheit des Lebens betrügt. Wie sonst sollten wir es verstehen, dass seine kurze Begegnung mit dem alten Weib ihn dazu bringt, das alles aufzugeben und das Joch des Wanderasketen auf sich zu nehmen? Er war nicht zu blind zu sehen, dass schwierige Jahre auf ihn zukommen würden. Aber er war bereit seine Sicherheiten preiszugeben und sich ins Feuer der Verwandlung zu stürzen.

Naropa konnte zwar die Gegenwart der *dakini* aushalten, aber er vermochte noch nicht mit ihr zu tanzen. Das wäre schon die höchste und letzte Stufe von Weisheit gewesen, zu der er sich auch jetzt noch nicht erheben konnte. Wir sollten aber nicht glauben, die drei Stufen von Weisheit seien ganz scharf voneinander unterschieden. Immerhin sahen wir ja schon, dass der

Überlieferung nach sogar auf der ersten Stufe von *sutamaya-pañña* vollkommene Einsicht möglich ist – wenn wir denn nur empfänglich genug sind. Nach seiner Begegnung mit Vajravahari befindet Naropa sich irgendwo zwischen *cintamaya-pañña*, das er noch vervollkommen muss, und *bhavanamaya-pañña*, der Kontemplation von Wirklichkeit im tiefsten oder höchsten Sinn. Deshalb tut er auch das Richtige, als Vajravahari wie ein Regenbogen am Himmel verschwindet. Er kontempliert über das Elend und die Schrecken von *Samsara*, die Gefahren des unerleuchteten Lebens. Die Bilder seiner Meditation lassen keinen Zweifel daran, dass er nun jede bloß gelehrte Wortklauberei hinter sich gelassen hat :

»Der ehrwürdige Naropa dachte über die Erscheinung der alten Frau mit den siebenunddreißig hässlichen Merkmalen nach, und indem er jedes Merkmal als Kontemplationsthema nahm, erkannte er, dass – objektiv gesehen – Samsara elend ist, weil es die siebenunddreißig unbefriedigenden Merkmale hat; dass – subjektiv gesehen – der Körper mit seinen siebenunddreißig unreinen Bestandteilen nicht von Dauer ist und zu Grunde geht; und dass man – mystisch gesehen – bedingtes Entstehen durch Kontemplation der siebenunddreißig Pfade und der siebenunddreißig Arten schöpferischen Handelns versteht. Dann sang Naropa:

„Samsara ist die Neigung Fehler in anderen zu suchen,  
eine unerträgliche Schale aus Feuer,  
ein dunkler Kerker,  
ein tiefer Sumpf der drei Gifte,  
eine furchtbare Welle böser Leben.

Es ist Gefangenschaft im Netz einer Spinne,  
oder ein Vogel verwickelt in eines Vogelstellers Netz.

Es ist von Kopf bis Fuß gefesselt zu sein von Mara,  
Versinken in einer Pfütze der Gemeinheit.

Es ist wie ein Hirsch, der eine Spiegelung jagt.

Es ist das Netz des Schicksals,  
eine Biene, die Honig saugt,  
Es ist die Kuh des Lebens zu melken und  
in den flüchtigen Schatten von Altern und Geburt zu leben.

Es ist von den rühdigen Hunden des Todesfürsten gefasst zu werden,  
ein in einer Schlinge gefangenes Reh,  
ein gnadenloser Jäger,  
Verstrickung und Knechtschaft,  
ein unsicherer Fußweg,  
ein wildes Tier in der Fallgrube.

Es ist eine Wiese reich an Gaukelspielen von Gegensätzen,  
ein Pferd der acht weltlichen Winde [Gewinn, Verlust, Ruhm, Schande, Lob, Tadel,  
Vergnügen, Schmerz],  
eine Lanzenspitze, die eine Trommel rührt,  
Wolllust mit scharfen Klauen.

Es ist eine zerbrechliche Wasserpflanze,  
die ungreifbare Spiegelung des Mondes im Wasser,  
eine Blase der Verwirrung,  
flüchtiger Nebel und gekräuselt Wasser,  
eine Schlange, die durch Berührung und Blick besiegt,  
der Geschmack von Honig serviert auf einer Rasierklinge.

Es ist ein Baum mit giftigen Blättern,  
giftige Pfeile, von gestörten Gefühlen abgeschossen,  
Jene vergiften, die missgebildet sind.

Es ist eine Flamme, die im Wind zuckt,

Unwahrheit, ein Traum, Verwirrung,  
der Wasserfall von Alter und Tod.

Es ist Klesamara, Trugbild's Führung.

Wahrhaftig, ich muss den Guru suchen."<sup>24</sup>

Dies *sang* Naropa. Man stelle sich vor: Der würdige Abt von Nalanda singt. Was für ein Song! So also gibt Naropa Amt und Würden auf. Samsara ist ihm unter die Haut gegangen. Was könnte ihn noch in der Fallgrube des prächtigen Nalanda halten? Der Geschmack von Honig auf einer Rasierklinge? Naropa wird seinen Guru suchen. Er macht sich für ihn bereit – was allerdings nicht bedeutet, dass er ihn auch gleich finden wird. Erst nach einer langen Wanderung, die ihn an den Rand von Verzweiflung und Selbstaufgabe führt, erkennt er seinen Lehrer.

Vermutlich müssen wir, ehe wir Ähnliches tun können – d.h. ehe wir innerlich bereit sind den Guru zu erkennen – noch viele der Vorarbeiten leisten, die Naropa schon geleistet hatte. Im schon mehrfach erwähnten Gespräch zwischen Sariputta und Maha Kotthita erfahren wir mehr über das, was *wir* zu tun haben. Damit kommen wir von den Himmelstänzern wieder herunter ins Flachland unseres Alltags. Nachdem Maha Kotthita von Sariputta gehört hat, die Stimme eines anderen und weises Erwägen seien die Bedingungen für das Erscheinen Richtiger Ansichten, fragt er weiter:

„Freund, von wie vielen Faktoren wird Richtige Ansicht unterstützt, wenn sie die Herzensbefreiung als Frucht, die Herzensbefreiung als Frucht und Nutzen hat, wenn sie die Befreiung durch Weisheit als Frucht, die Befreiung durch Weisheit als Frucht und Nutzen hat?“

„Freund, Richtige Ansicht wird von fünf Faktoren unterstützt, wenn sie die Herzensbefreiung als Frucht, die Herzensbefreiung als Frucht und Nutzen hat, wenn sie die Befreiung durch Weisheit als Frucht, die Befreiung durch Weisheit als Frucht und Nutzen hat. Freund, Richtige Ansicht wird hier von Sittlichkeit, Lernen, Erörterung, Ruhe und Einsicht unterstützt. Richtige Ansicht, die von diesen fünf Faktoren unterstützt wird, hat die Herzensbefreiung als Frucht, die Herzensbefreiung als Frucht und Nutzen, hat die Befreiung durch Weisheit als Frucht, die Befreiung durch Weisheit als Frucht und Nutzen.“<sup>25</sup>

Über jeden dieser fünf Faktoren ließe sich sehr viel sagen, doch das würde den Rahmen dieses Beitrags sprengen. Die drei zuerst genannten Faktoren – Sittlichkeit, Lernen, Erörterung – sind für die Stufen von *sutamaya-pañña* und *cintamaya-pañña* besonders wichtig. Die Faktoren vier und fünf – Ruhe und Einsicht – kann man eher zur nächsten Stufe zählen. Doch wie schon erwähnt, sollten wir die Stufen gedanklich nicht zu scharf trennen.

Dass Naropa erhebliche Vorarbeit im Bereich der ersten Faktoren geleistet hat, ist vermutlich offensichtlich. Um die Aspekte des Lernens und der Erörterung ging es ja gerade bei den bisher behandelten Stufen von Weisheit. Für manche Leser ist aber vielleicht der Gedanke überraschend, dass es einen Zusammenhang zwischen Weisheit und moralischem Handeln gibt. Ein paar Worte darüber sind sicherlich angebracht.

Moralisches Handeln – die praktische Orientierung an grundlegenden ethischen Prinzipien wie Freundlichkeit, Großzügigkeit, Mäßigung, Ehrlichkeit und Achtsamkeit – ist Ausdruck unserer existenziellen Verbundenheit mit allen Lebewesen. Die ethischen Leitlinien des Buddhismus beschreiben, wie jemand, der Erleuchtung erlangt hat und somit im Einklang mit der Wirklichkeit lebt, ganz spontan und natürlich handelt. Als ‚Vorsätze‘ betrachtet sind diese Maximen nicht etwa die Gebote einer äußeren Instanz, sondern vor allem *Trainingsprinzipien*, an denen man sein persönliches Handeln orientiert. Dabei geht man davon aus, dass die äußere Übung moralischen Handelns im Alltag ganz allmählich – unterstützt und vertieft durch Meditationsübungen – dazu beitragen wird, eine diesem Handeln entsprechende innere

<sup>24</sup> Ebd., S. 25f.

<sup>25</sup> *Die Lehrreden des Buddha aus der Mittleren Sammlung. Majjhima Nikaya*. Übersetzt aus dem Englischen und dem Pali von Kay Zumwinkel, Jhana Verlag, Uttenbühl 2001, Band 1, S. 472

Geisteshaltung zu bilden. Je freundlicher oder achtsamer wir *handeln*, desto liebevoller und aufmerksamer *werden wir sein*.

Indem die ethischen Prinzipien die Merkmale eines Handelns im Einklang mit der Wirklichkeit beschreiben, sagen sie implizit natürlich auch etwas über diese Wirklichkeit aus. Auch wenn es uns oft anders vorkommen mag: Wir *sind* nicht von allem anderen getrennte, eigenständig und unabhängig existierende Wesen. Vielmehr sind wir die gar nicht ablösbaren *Teilprozesse* eines unermesslich großen Netzwerks von Bedingungen. Wer sich selbst vormacht, dass es nicht so ist, und wer der Befriedigung seiner persönlichen Bedürfnisse den Vorrang vor seiner existenziellen Verbundenheit mit allem Leben und Sein gibt, der lebt an der Wirklichkeit vorbei und zementiert damit nur seine schmerzhaft empfundene Einsamkeit. Wer anderen schadet, schadet sich selbst – und zieht damit weiteres Leiden auf sich.

Solange unser Denken nicht in ethischer – und das heißt nicht zuletzt in altruistischer – Praxis verwurzelt ist, wird es wahrscheinlich kaum mehr sein als ein Rationalisierungsversuch unserer eigennützigen Motive. Unser Denken wird zur mehr oder weniger verschlagenen Spiegelfechtereier und Wortklauberei, wenn nicht gar zum Ausdruck intellektueller Arroganz und Verachtung. Zwar mag es uns für eine Weile gelingen, oberflächlich edle Gedanken von Liebe, Mitgefühl usw. zu hegen, doch bei *cintamaya-pañña* geht es, wie wir gesehen haben, um mehr als ein bloß intellektuelles Denken. Es geht um ein Denken mit dem Herzen, das sich zugleich im praktischen Tun ausdrückt und von diesem wiederum gestützt wird. Wer Einsicht in Wahrheit gewinnen will, muss nicht nur sein Denken oder den Geist läutern, sondern *sich*.

Naropas ‚Vorarbeit‘, die die meisten von uns wohl erst noch leisten müssen, war jene beharrliche Übung, in der sowohl sein Handeln in der Welt als auch sein Denken über die Welt durch eine anstrengende Schule von Kritik und Verfeinerung gegangen sind. Auf diese Weise bereiteten in seinem Leben *sutamaya-pañña* und *cintamaya-pañña* den Weg für *bhavanamaya-pañña*, die dritte und letzte Stufe von Weisheit. Damit kann Naropa den Sprung in das Reich jenseits von Worten wagen. Die Dakini kommt und fordert zum Tanz.

Was *bhavanamaya-pañña* ist, weiß ich nicht. Über Weisheit im höchsten Sinne habe ich nichts zu sagen. Für mich gilt eine Mahnung aus dem *Kegon-Sutra*:

»Sowohl die endlichen Dinge als auch die unendlichen Dinge soll man nicht ermessen wollen. Die Endlichkeit und die Unendlichkeit sind beide falsch und illusionär. Sie sind substanzlos und gar nicht zu greifen.

Auszusagen, was man nicht aussagen soll, das ist nichts anderes als Selbsttäuschung. Wenn einer nicht einmal seine eigene Sache zu Ende bringen kann, wie wäre es dann möglich für ihn, die anderen Lebewesen zu erfreuen?«

*Bhavanamaya-pañña* ist ‚die Sache zu Ende bringen‘. Die Wahrheitslehre, von der wir in *sutamaya-pañña* gehört und über die wir in *cintamaya-pañña* tief und schöpferisch nachgedacht haben, durchdringt unser Dasein in jeglicher Hinsicht. Wir werden gewissermaßen eins mit dem Gegenstand unseres weisen und schöpferischen Erwägens. Die Wahrheit wird zur echten Erfahrung – wir *manifestieren* Wahrheit.

Solange wir intellektuell dies oder das denken, glauben wir vielleicht, wir würden die Dinge einigermaßen genau begreifen. Mit Weisheit hingegen erkennen wir, dass wir sie bisher überhaupt nicht begriffen hatten. Weisheit verwandelt radikal. Sie stellt uns vom Kopf auf die Füße. Der Buddha sprach davon, dass Nicht-Erleuchtete die Welt ‚verkehrt herum‘ sehen: Was vergänglich ist, halten wir für beständig, mit dem Ergebnis, dass es uns tief erschüttert, wenn wir es dann doch verlieren. Dinge, die letztlich unschön und leidbringend sind, halten wir für schön und beglückend und heften unser Begehren an sie. Was keine Eigensubstanz hat oder nicht aus sich selbst heraus besteht, halten wir für substanzvoll und eigenständig und bauen unsere Sicherheit darauf. Sandkastenspiele und Luftschlösser.

Um Wahrheit zur echten, gelebten Erfahrung werden zu lassen, bedarf es eines hohen Grades persönlicher Reife und Integration. Dazu ist *samadhi* erforderlich, die Übung jener geistigen Ruhe und Einsicht, die Sariputta gegenüber Maha Kotthita als vierten und fünften Faktor

nannte. Wir können uns auf diese Art von Einsicht ‚einstimmen‘ durch Meditation im Sinne von *samatha*- oder Beruhigungs-Praktiken sowie durch *vipassana*- oder Einsichts-Praktiken.

Durch *samatha* läutern, klären und sammeln wir das Gewahrsein; wir werden immer mehr zu ganzen, heilen, integrierten Menschen – zu *Individuen* im besten, d.h. unteilbaren Sinn. Als zunehmend ganze Menschen sind wir immer weniger von bloß eigennützigem Bestrebungen, Launen und Wünschen getrieben. Wir sind ins Leben hinein verbunden, durchlässig für andere, dankbar und bereit Verantwortung zu übernehmen. *Samatha* schafft eine hellwache, freudige Offenheit und große emotionale Robustheit. Damit legt es das Fundament für *vipassana*.

In *vipassana* lassen wir die geklärte, hellwache und gesammelte Aufmerksamkeit, ein sehr feines, nicht besitzergreifendes Denken und Wahrnehmen gewissermaßen in den ‚Kategorien‘ des Dharma verweilen. In diesem Sinne ist *vipassana* erneut eine Art des weisen Erwägens, nun aber auf höchster Stufe, der Stufe eines durch ethische Praxis und meditative Sammlung geläuterten Geistes.<sup>26</sup> *Vipassana* ist nicht machbar oder erzwingbar. In gewissem Sinne kann man nichts tun, sondern Einsicht nur geschehen lassen. Man läßt Wahrheit in den Geist sinken und direkt auf ihn wirken. Es ist, als lege man einen Wahrheitsgedanken so in den ruhig-gesammelten Geist, wie man ein Juwel auf kostbaren Samt legt. Dort lässt man den Gedanken verweilen und sich entfalten. Man bearbeitet ihn nicht, man versucht auch nicht ihn zu verstehen. Vielmehr weiß man von Anfang an, dass man ihn letztlich gar nicht verstehen kann. Man lässt den Gedanken einfach den schöpferisch-klaren Geist beeinflussen, so wie man ein Juwel einige Minuten lang betrachtet – offen dafür, dass sich seine Schönheit zeigt.

In der buddhistischen Überlieferung gibt es ein sehr schönes Bild für diese geläuterte Geistesverfassung, die ganz und gar durchlässig und für Wahrheit empfänglich ist. Ich meine das Bild von *Sukhavati*, dem Reinen Land der Glückseligkeit. Meistens wird von *Sukhavati* so gesprochen, als sei es tatsächlich ein paradiesisches Gefilde, eine Art buddhistisches Schlaraffenland. Und es heißt, diese Land liege irgendwo im Westen, und dort könnten wir ‚wieder geboren‘ werden. Alle Probleme seien dort gelöst und alle unsere Wünsche würden erfüllt, sobald wir sie nur dächten. Es heißt, in *Sukhavati* spiele alles, aber auch alles, die Musik der Wahrheit.

So schön diese Vorstellung ist, dürfen wir sie doch wieder einmal nicht allzu wörtlich nehmen. *Sukhavati* liegt hier vor unseren Augen, nur sehen wir es nicht. »Dieser unser Ort ist das Lotosparadies«, heißt es in Hakuins *Lobgesang des Zazen*. Wenn wir nur klaren Auges sehen könnten, dann wüssten wir, dass alles immer hier ist: vollkommen und ohne jeden Mangel. *Sukhavati* ist ein Geisteszustand. Es ist der Zustand tiefster Meditation, ein vollkommen freies Zulassen und Geschehenlassen dessen, was uns ungeachtet aller unserer Vorstellungen, Projektionen, Wünsche und Vorurteile *unmittelbar und direkt* als Welt begegnet.

Hier beginnt das eigentliche Denken des Udenkbaren, in dem es niemanden gibt, der denkt und nichts, das gedacht wird. Das ist der Tanz der Dakini. Doch, wie schon erwähnt, darüber habe ich nichts zu sagen und tue besser daran, mit Hakuins Worten zu schließen<sup>27</sup>:

»Die Eigen-Natur ist Nicht-Natur  
und von hohler Argumentation gänzlich frei.  
Das Tor des Einsseins von Ursache und Wirkung öffnet sich,  
der Weg von Nicht-Zweiheit und Nicht-Dreiheit führt geradeaus,  
die Form der Nicht-Form wird zur Form,  
Weder Gehen noch Zurückkehren sind einander fremd,  
Das Denken des Nicht-Denkens wird zum Denken,  
und Gesang und Tanz werden zur Stimme des Dharma.

---

<sup>26</sup> Es ist an dieser Stelle nicht möglich, *samatha*- und *vipassana*-Meditation im Detail zu beschreiben. Eine ausgezeichnete Einführung in Meditation gibt Anthony Matthews: *Meditation. Der buddhistische Weg zu Glück und Erkenntnis*, do evolution, Essen 1997

<sup>27</sup> *Lobgesang des Zazen*, in: Kazuaki Tanahashi, *Der Zen-Meister Hakuin Ekaku*, aus dem Japanischen und Englischen übersetzt und herausgegeben von Franziska Ehmcke, DuMont Buchverlag Köln 1989, S. 150

Weit und ohne Hindernis ist der Himmel von *samadhi*,  
hell leuchtet der volle Mond der vierfachen Weisheit.  
Wonach sollte man jetzt noch verlangen?  
Ist doch das Nirvana gegenwärtig.  
Dieser unser Ort ist das Lotosland,  
dieser unser Leib ist Buddha.«