

Buddha erkennen

Ehrw. Fuden - Dharmazuflucht Schwarzwald

Mit großem Dank an Andreas Körner für seine Hilfe bei der Übersetzung aus dem Englischen

In anderen Menschen das Herz Buddhas zu erkennen, ist auf unserem spirituellen Weg äußerst hilfreich. Als ich ein junger Mann war, gab es eine tiefe Sehnsucht in mir, die ich damals nicht hätte in Worte fassen können. Erst als ich 1976 nach Throssel Hole Buddhist Abbey ging und ein Jahr später nach Shasta Abbey, um Mönch zu werden, und dort Reverend Master Jiyu traf, konnte ich klarer erkennen, wonach mein Herz sich sehnte. Unsere Verbindung mit einem Menschen, der der Wahrheit bedingungslos folgt, weckt unsere eigene Sehnsucht danach, ihm darin zu folgen, und klärt sie erheblich. Zeuge der tiefen Hingabe zu sein, mit der Reverend Master sich dem Weg der Buddhas und Vorfahren widmete, sowie der Handlungen, die daraus entsprangen, war eines der wichtigsten Juwelen, welche mein spirituelles Leben genährt haben. Wenn ich auf den folgenden Seiten über sie schreibe, bin ich mir völlig bewusst, dass ich den Schatz, den sie uns gab, nicht angemessen in Worte fassen kann.

Reverend Master Jiyu sprach zu uns immer wieder von der Gabe, in anderen Menschen Vertrauen zu erwecken. Dies, so sagte sie, sei eine der größten aller Gaben. Für mich bedeutet dies im tiefsten Sinne, Vertrauen in das Ungeborene zu vermitteln und zu übertragen. Zu erkennen, wie sie selbst sich dem ewigen Buddha anvertraute, hieß zu sehen, wie unerschütterlicher Glaube sich in diesem menschlichen Leben manifestieren kann. Zeuge zu sein und intuitiv zu spüren, wie ein anderer Mensch dieses gläubige Vertrauen durch alle Prüfungen und Drangsale des Daseins hindurch lebt, muss einen tiefen Einfluss auf uns haben. Wie der Große Meister Dogen sagt: Wenn wir mit jemanden eng verbunden sind, der in seinem Leben wahrhaftig dem Dharma folgt, so ist dies, wie wenn wir durch einen feinen Nieselregen gehen: mit der Zeit werden wir selbst nass – d.h., die Güte des Dharma beginnt, auch uns zu durchdringen.

Zuversicht zu vermitteln, ist eine Facette der Gabe der Furchtlosigkeit - nach Buddhas Lehre einer der drei Aspekte der Freigebigkeit (die anderen beiden sind das Geben des Dharma und das Geben materieller Güter). Furchtlosigkeit geben, heißt denen, die sich im Leben fürchten, eine Zuflucht zu sein. Reverend Master Jiyus Furchtlosigkeit und standhaften Mut zu sehen – obgleich ihr Furcht wie uns allen vertraut war -, war wichtig für mein spirituelles Wachstum. Es gab mir die Zuversicht, dass dies möglich ist. Ich erinnere mich an meine Zeit als junger Mönch, wie sie in einem sehr geschwächten Zustand und unsicher auf den Beinen in den Gemeinschaftsraum zu kommen pflegte, um zu allen Mönchen zu sprechen oder einen Dharma-Vortrag zu halten. Bei solchen Gelegenheiten konnten wir ihr bedingungsloses Vertrauen in das Ungeborene spüren. Das Bild von ihr, wie sie dort saß, und die tiefe Stille in ihr, die ich damals spürte, obgleich sie zeitweise offensichtlich körperlich sehr litt, werden mir immer im Herzen bleiben. Indem ich ihr tiefes gläubiges Vertrauen spürte, spross mein eigenes Vertrauen darauf, dass ich mein Leid und meine Ängste der Quelle der Güte anvertrauen kann.

Reverend Master wies uns nicht nur auf eine sehr direkte Weise auf die Wahrheit des Daseins hin, sie lehrte und zeigte uns auch klar alle Schritte, die wir in der Übung tun müssen, um unser Leben in Einklang mit unserer wahren Natur zu bringen. Neben – und als integraler Bestandteil von – der Übung der Meditation und einem Leben im Sinne der Tugendregeln, lehrte sie uns auf umfassende Weise die Bedeutung der Läuterung unseres Herzens von karmischen Hindernissen. Dafür bin ich sehr dankbar.

In den Sutras finden wir viele detaillierte Beschreibungen davon, wie die Reinigung von Karma geschieht. Ein solcher Passus, den ich besonders hilfreich finde, stammt aus dem Sutra der Meditation über den Bodhisattva Universelle Tugend, dem dritten Teil des Dreifachen Lotos Sutra. Dort geht ein Übender durch den langwierigen Prozess des Erkennens und Bereuens uralter Gewohnheiten des Anhaftens sowie der Handlungen, die daraus entsprangen. In der Schrift scheint es von großer Bedeutung zu sein, dass die Buddhas dem Übenden die wahre Natur der Wirklichkeit erst enthüllen, nachdem er diesen umfangreichen Prozess der Herzensläuterung durchschritten hat. Dabei wendet sich der Übende immer wieder den Buddhas zu und bittet sie inständig, ihm zu helfen und ihn zu führen. Wie entscheidend es ist, in unserem Herz die Buddhas und Bodhisattvas um Hilfe zu bitten, ist ebenfalls etwas, das Reverend Master in ihren Lehren immer wieder betonte.

Wir Schüler konnten die Hingabe deutlich spüren, mit der sie die stets aufmerksame Absicht ihres Herzens wahrte, sich ganz und gar dem Ungeborenen anzuvertrauen. Im Laufe der Übung werden wir uns immer mehr bewusst, welche große Bedeutung es hat, uns selbst dem Ungeborenen anzuvertrauen und nicht ein persönliches, festes Heim aus dem zu machen, was unser Herz und unser Bewusstsein durchquert. Das ist keine einfache Angelegenheit, da die Absicht, sich in diesem Sinne anzuvertrauen, alles, was uns im Inneren bewegt, einschließen muss, ob es sich um furchtsame Sorgen, Abneigungen, oder andere, nicht hilfreiche Impulse handelt, oder um Aspekte unseres Innenlebens, die uns sehr lieb sind. Wir können wirklich nichts zurückhalten. Dies ist einer der grundlegenden Aspekte formeller Meditation, geht jedoch weit über diese hinaus und bestimmt letztendlich, wie wir unser Leben führen.

Ich bin so dankbar, dass Reverend Master nicht nur von „Loslassen“ sprach, wenn sie sich auf das bezog, was unser Herz und unseren Geist gefangen hält, sondern den Prozess des Loslassens auch auf eine andere Weise beschrieb, was mir half, zu lernen, das Loslassen zu praktizieren. Einmal sagte sie in einem Dharmavortrag zu uns: „Was auch immer aufkommen mag, ob es Gedanken seien, die ablenken oder Sorge bereiten, Anhaftungen, die zu lösen scheinbar unmöglich ist, Sehnsüchte oder nur vergangenes Karma: Lasst alles zum Ewigen zurückkehren; lasst es aufsteigen; lasst es gehen. Haltet nicht daran fest. Lasst es wie Gebete in einer Prise Weihrauch aufgehen und sitzt dabei aufrecht in der Gegenwart der Buddhas und Vorfahren.“

Das heißt sicherlich nicht, dass wir loswerden möchten, was uns Schwierigkeiten bereitet. Es ist das Herz, das sich mit seinem Leiden in voller Akzeptanz dem Buddha zuwendet, das unbedingte Ja und das unbedingte Anvertrauen, das uns ermöglicht, die Makellosigkeit aller Existenz zu erfahren. Obgleich ich hier davon spreche, als ob es etwas klar zu Definierendes wäre, glaube ich, dass es immer ein Mysterium für uns sein wird.

Ich bin mir dessen bewusst, dass man diesen Prozess auf eine Weise beschreiben kann, die ziemlich vom Obigen abweicht; wie auch immer wir ihn aber beschreiben mögen: wenn wir uns nicht dem Buddha zuwenden, innerlich aufrecht sitzen und das Leid loslassen, wird es nicht die Umwandlung und Heilung finden, die es braucht.

Großherzigkeit ist ein weiteres spirituelles Juwel, das Reverend Master Jiyu uns durch die Art und Weise zeigte, wie sie anderen begegnete. Zu einer Zeit, da sie mit sehr schwierigen Angelegenheiten zu tun hatte, und sie sich sehr leicht von einigen Personen hätte abwenden können, konnten wir die enorme Großzügigkeit ihres Herzens spüren. In einem Dharma-Vortrag sagte sie einst: „Das Einhalten der Tugendregeln führt zu Frieden im Herzen; dieser zu wahrer Freude; diese zu Dankbarkeit, welche Großherzigkeit gebiert. Großherzigkeit gebiert vollkommenes Vertrauen...Lasst euch niemals blockieren durch Ichbezogenheit, durch Ansichten, Zweifel, Täuschung, und vor allem, gleich was ihr erfahrt oder miterlebt, haltet euch stets Großherzigkeit vor Augen, bewahrt sie in eurem Herzen.“

Es ist erstaunlich, wie leicht wir die Großzügigkeit des Herzens verlieren, andere verurteilen und kritisieren können. Es macht uns ganz schön demütig, wenn wir dies erkennen. Das Kritisieren und Verurteilen kann sogar dann geschehen, wenn wir eine starke und wertvolle Verbindung zu jemandem haben und dieser Person anfangs zutiefst vertrauen. Obwohl wir diese Verbindung nicht verlieren oder beschädigen wollen, da sie uns so bereichert hat, mögen wir in der Person im Laufe der Jahre bestimmte Tendenzen entdecken, die wir sehr kritisch betrachten. Es mag erst mit einem starken Gefühl der Verstimmtheit beginnen und kann dann übergehen in das aktive Hegen kritischer Gedanken über die Person, oder gar darin münden, dass wir anderen gegenüber abschätzig über sie oder ihn sprechen. Da wir die Person zugleich immer noch von Herzen schätzen mögen, lehnen wir unsere Reaktion ab und empfinden sie als schmerzhaft, und dennoch finden wir uns wieder und wieder in einer Spirale der Abneigung. Wie kann das geschehen, sogar gegenüber jemandem, den wir zuvor so hoch achteten?

Die Gründe hierfür können zweifelsohne mannigfaltig sein, doch scheint es mir, dass es im Kern immer auch um Furcht geht. Ob es bestimmte Züge der Person sind, die die negative Reaktion in uns auslösen, oder bestimmte Ansichten, die sie hat, oder ob es vermeintliche Fehler in ihrem Verhalten sind: es ist oft etwas, das unser Gefühl scheinbarer innerer Sicherheit und unser – manchmal schwer errungenes – Gleichgewicht sowie unsere Sicht der Dinge und unseren fest verankerten Sinn für Richtig und Falsch bedroht.

Wir werden ermahnt, besonders vorsichtig zu sein, uns nicht in Abneigung und Kritik gegenüber denjenigen zu verfangen, die sehr gütig zu uns waren und uns viel geholfen haben, unseren guten spirituellen Freunden etwa oder Menschen, mit denen wir auf die eine oder andere Weise sehr eng verbunden sind. Die großen Meister der Vergangenheit warnen uns davor, unseren spirituellen Freunden und Lehrern zuerst mit Hingabe und Verehrung zu begegnen und dann aber Abneigung und Geringschätzung zu entwickeln. Sie heben hervor, dass eine Person, die ihre Geisteshaltung des Verurteilens und der Abneigung nicht umwandelt, am Ende sogar über den Buddha selbst mäkeln und ihn kritisieren würde, wenn sie nur lange genug in seiner Nähe leben würde. Manchmal wird in Zusammenhang damit die Geschichte des buddhistischen Mönchs „Guter Stern“ erzählt, der ein Halbbruder des Buddha war und ihm zunächst viele Jahre diente, bis er schließlich genau das oben Gesagte tat.

Das Herz von Buddha in anderen zu erkennen, heißt nicht, sie zu idealisieren. Es ist wichtig, das zu verstehen. Ihre Menschlichkeit steht dem Ausdruck dessen, was im Leben am wichtigsten ist, nicht entgegen. Eine Facette der Spiritualität von Reverend Master, die mir immer geblieben ist, war die, dass ihre Menschlichkeit für uns stets offen zutage lag. Es erscheint mir so wichtig, dass ein Meister oder Lehrer seine Menschlichkeit nicht versteckt oder verbirgt. Dass dies wichtig ist, und dass es wichtig ist, einen Fehler, den ich gemacht habe, nicht verbergen zu wollen, ist mir noch klarer geworden, seit ich selbst eine monastische Schülerin habe.

In „How to Grow a Lotus Blossom“ schreibt Reverend Master: „Ich begegne den sogenannten Weltlichen so, wie sie sind, und weiß, dass sie Buddhas sind.“ Obgleich ich hiervon nur von dem Punkt in meiner Übung aus sprechen kann, an dem ich jetzt stehe, scheint es mir klar zu sein, dass wir, um die Dinge so zu sehen, eine Geisteshaltung überwinden müssen, die andere verurteilen und über sie mäkeln will. Selbst, wenn unsere Sicht der Fehler oder Schwächen anderer von einem herkömmlichen Blickwinkel aus zutreffend sein sollte, müssen wir, um das wahre Herz der Wesen zu sehen, unsere Sicht zunächst dem hingeben, das grösser ist als wir und unsere persönliche Sicht. Unsere Hingabe zum Dharma muss wichtiger werden als unsere Ansichten, damit wir auf diese radikale Weise loslassen können. Unser Widerstand dagegen, unsere persönlichen Ansichten auf den Altar zu legen, ist, so glaube ich, eine entscheidende Ursache für Leiden, denn er hindert uns daran, Buddha zu erkennen. Mitgefühl ist das Wesen des Dharma, und das Beharren auf unseren Ansichten hindert uns daran, Mitgefühl zu erkennen.

Einige der Merkmale des Buddha-Herzens, die wir in den Handlungen von Reverend Master beobachten konnten, habe ich auch in den Handlungen und im Leben anderer Mitmönche aufscheinen sehen. Ich erinnere mich, wie mir an einem bestimmten Punkt schmerzhaft bewusst wurde, dass ich in einigen entscheidenden Situationen der Vergangenheit, in denen jemand Hilfe benötigte, nicht alles gegeben habe. Als ich dann sah, wie eine meiner Dharma-Schwester in manchen Situationen rückhaltlos freigebig war, ohne auf sich selbst Rücksicht zu nehmen, sah ich das Dharma auf eine Weise gelebt, die Worte niemals hätten ausdrücken können. Wie sie dies mit einem hohen Preis für sich und ihre Gesundheit tat, und dabei einem inneren Ruf folgte, den sie nicht einfach ignorierte, bewegte mich zutiefst, da ich selbst mich danach sehnte, mit solcher Großzügigkeit geben zu können.

Seit dem Tod von Reverend Master Jiyu habe ich verschiedene Berichte von Mitmönchen gehört, wie sie zutiefst gerührt waren von dem Vertrauen, das sie in uns setzte. Ich hoffe, dass ich das gleiche tiefe Vertrauen, das Reverend Master in uns hatte, auch meiner Schülerin vermitteln kann. Die Meister-Schüler-Beziehung ist möglich, weil sowohl Meister als auch Schüler ihren Blick fest auf den ewigen Buddha als ihre Zuflucht gerichtet haben – welches ihre wichtigste Grundlage ist -, und weil es festes und dauerhaftes Vertrauen zwischen ihnen gibt. Das Vertrauen ineinander muss unverrückbar sein, komme, was da wolle. Dieses lebendige Vertrauen, so glaube ich, ist eines der Juwelen im menschlichen Daseinsbereich. Natürlich ist es auch in anderen Beziehungen wichtig, aber in dieser besonderen Konstellation ist es von entscheidender Bedeutung.

Wenn die Meister-Schüler-Beziehung so funktioniert, wie sie es sollte, nutzt die dem Leben innewohnende Güte den Meister zum Wohle des Schülers und den Schüler zum Wohle des

Meisters, und es nutzt beider Übung in einem höheren Masse auch zum Segen anderer. Nun, da ich eine Weile selbst in der Position des Meisters gewesen bin, ist es für mich sehr viel offensichtlicher geworden, dass es nicht nur der Schüler ist, der vom Meister lernt. Während der Meister von Zeit zu Zeit Dinge auf eine ziemlich direkte Weise mag aufzuzeigen haben, lernt er oder sie auch andauernd vom Schüler. Der Prozess der gemeinsamen Übung innerhalb dieser Beziehung kann natürlich auch mühsame und schwierige Aspekte enthalten. Doch wenn beide Seiten ihr Vertrauen und ihr Bemühen darauf verwenden, dem Weg der Buddhas und Vorfahren zu folgen und nach den Tugendregeln zu leben, so ist dies etwas zutiefst Hilfreiches und Wertvolles auf unserem Dharma-Weg.

Natürlich ist nicht nur die Meister-Schüler-/Lehrer-Schüler-Beziehung sehr wertvoll, es sind auch alle anderen Verbindungen, die wir in der Sangha haben. Die großen Meister sagen uns, dass die karmischen Wurzeln dieser Verbindungen oft tief reichen. Wenn wir sie sehr sorgfältig behandeln und sie hoch achten, kann uns dies zu der Einsicht verhelfen, dass unsere Fürsorge und Liebe letztendlich allen Lebewesen gelten sollten. Spirituelle Freundschaft ist ein sehr wichtiges Element im Leben der Sangha.

Der Buddha sagte, dass wahre Freunde uns nicht in der Not verlassen, selbst, wenn andere sich von uns abwenden sollten, und dass sie uns darauf aufmerksam machen, wenn sie sehen, dass wir auf eine falsche Weise handeln. Beides ist wichtig. Reverend Master war sehr geschickt darin, uns auf etwas Tieferes hinzuweisen, wenn sie spürte, dass wir in einem bestimmten Bereich unserer Übung feststeckten. Während sie alles tat, was in ihrer Macht stand, um uns zu helfen, sagte sie uns zugleich deutlich, wenn sie glaubte, dass wir in eine falsche Richtung gingen.

Ein Ratschlag, den sie mir bei einer Gelegenheit gab, sticht für mich besonders hervor: Zu einer gewissen Zeit erzählte ich ihr, dass ich innerlich sehr aufgewühlt war wegen des tiefen Leidens in meiner Familie. Sie wusste, dass mich diese Sorge damals immer wieder von meinem Meditationssitz wegzuziehen drohte. Deshalb sagte sie mir, dass Mitgefühl zwar stets wesentlich und absolut unverzichtbar sei, und dass es offensichtlich wichtig sei, dass ich mich um meine Angehörigen kümmerte und mitfühlend sorgte, dass wir aber zugleich lernen müssten, zu unterscheiden zwischen dem, was wahres Mitgefühl sei, und einem Mitgefühl, das im Wesentlichen auf unseren Emotionen beruhe. Sie fügte hinzu, dass es überhaupt keine einfache Sache sei, zwischen beiden zu unterscheiden, was mich damals tröstete. Wie wichtig war es für mich, dies klar aufgezeigt zu bekommen, so dass ich nicht stecken blieb. Ein großer alter buddhistischer Meister sagte einmal, dass der beste Lehrer derjenige sei, der uns unsere Verwirrung und unsere verborgenen Fehler klar aufzeigt, und die beste Lehre die, welche diese Fehler und diese Verwirrung in ihrem Kern trifft.

In den Erklärungen, die mir Reverend Master damals gab, sprach sie auch von Bodhicitta oder, wie es manchmal genannt wird, vom erwachten Herz. Sie sagte, dass es unsere feste Verwurzelung in Bodhicitta sei, welche uns auf dem Pfad der Übung schützt. Das erwachte Herz hat seine Wurzeln in starkem Vertrauen und wahren Mitgefühl. Es hält uns davon ab, in persönliche Abneigungen und Widerwillen oder in Anhaftungen abzugleiten, und ermöglicht es uns auf diese Weise, mit den Augen des Buddha-Herzens zu sehen. Mögen wir mehr und mehr fähig sein, auf diese Weise nicht nur die Wesen zu sehen, mit denen wir eine enge Verbindung haben, sondern auch jene, von denen wir uns entfremdet fühlen, und jene, die nicht auf eine gute Weise handeln.