

Leere
von
Thanissaro Bhikkhu

Copyright © 1997 Thanissaro Bhikkhu

Aus dem Englischen übersetzt von Lothar Schenk

Nur zur unentgeltlichen Verteilung.

Der Ausdruck dieses Werkes zum persönlichen Gebrauch ist gestattet.

Dieses Werk darf für den Gebrauch auf Computern und in Computernetzen umformatiert und weiterverteilt werden, vorausgesetzt für Verteilung oder Gebrauch wird keinerlei Bezahlung verlangt.

Alle sonstigen Rechte vorbehalten.

Leere ist ein Wahrnehmensmodus, eine Art, das Erleben zu betrachten. Sie fügt den Rohdaten der physischen und geistigen Ereignisse nichts hinzu und nimmt von ihnen nichts weg. Man betrachtet die Ereignisse im Geist und in den Sinnen ohne Begleitvorstellungen, ob etwas dahinter liegen möge.

Dieser Modus wird Leere genannt, weil er leer ist von den Vorwegannahmen, die wir gewöhnlich zum Erleben hinzufügen, um einen Sinnzusammenhang herzustellen: die Geschichten und Weltansichten, die wir fabrizieren, um zu erklären, wer wir sind und wie die Welt beschaffen ist, in der wir leben. Obwohl diese Geschichten und Ansichten nützlich sind, stellte der Buddha fest, dass einige der eher abstrakten Fragen, die sie aufwerfen -- über unsere wahre Identität und die Realität der Außenwelt --, unsere Aufmerksamkeit von der direkten Erfahrung ablenken, wie Ereignisse sich im unmittelbaren Jetzt gegenseitig beeinflussen. Deshalb stören sie unseren Versuch, das Leidensproblem zu verstehen und zu lösen.

Nehmen wir beispielsweise an, bei der Meditation taucht ein Zorngefühl gegen die Mutter auf. Die Sofortreaktion des Geistes ist, den Zorn als "meinen" Zorn zu identifizieren, oder zu sagen: "Ich bin zornig." Daraufhin arbeitet er das Gefühle weiter aus, indem er es entweder in die Geschichte der Mutterbeziehung mit einflucht oder in die allgemeinen Ansichten darüber, wann und wo Zorn seiner Mutter gegenüber gerechtfertigt werden kann. Das ganze Problem dabei aus der Sicht des Buddha ist, dass diese Geschichten und Ansichten eine Menge Leiden nach sich ziehen. Je mehr man sich in sie verstrickt, um so mehr wird man von der Erkenntnis der eigentlichen Leidensursache abgelenkt: das sind die Etiketten "Ich" und "mein", die den ganzen Vorgang in Bewegung setzen. Im Ergebnis findet man keine Möglichkeit, diese Ursache aufzudecken und das Leiden zu beenden.

Wenn man dagegen den Leere-Modus einnehmen kann -- indem man auf den Zorn nicht agiert oder reagiert, sondern ihn einfach als Abfolge von Ereignissen an und für sich betrachtet --, dann kann man erkennen, dass der Zorn leer ist von irgend etwas, womit es sich zu identifizieren oder das es zu haben lohnt. Je beständiger man den Leere-Modus meistert und aufrecht erhalten kann, desto mehr erkennt man, dass dies nicht nur für so grobe Gefühlsregungen wie Zorn gilt, sondern auch für jedes noch so zarte Ereignis im Reich des Erlebens. In diesem Sinn sind alle Dinge leer. Wenn man das erkennt, wird einem klar, dass Etiketten wie "Ich" und "mein" unangebracht und überflüssig sind, und dass sie nichts als Wehe und Leiden hervorrufen. Man kann sie fallen lassen. Lässt man sie vollkommen fallen, dann entdeckt man eine Erlebensweise, die noch tiefer liegt, eine vollkommen freie Weise.

Den Wahrnehmensmodus Leere zu meistern erfordert Übung in fester Tugend, Sammlung und Klarblick. Ohne diese Übung neigt der Geist dazu, in dem Modus zu verbleiben, der ständig Geschichten und Ansichten über die Welt erzeugt. Und von diesem Modus aus betrachtet, hören sich Aussagen über Leere einfach nur wie eine weitere Geschichte oder Weltansicht mit anderen Grundregeln an. Was die Mutterbeziehung betrifft, scheint sie zu sagen, dass die Mutter, dass man selbst in Wirklichkeit nicht existiert. Bezüglich unserer Ansichten über die Welt scheint sie zu sagen, dass entweder die Welt in Wirklichkeit nicht existiert, oder aber dass die Leere der große, undifferenzierte Seinsgrund ist, dem wir alle entspringen und zu dem wir eines Tages zurückkehren werden.

Diese Deutungen verfehlen nicht nur, was mit Leere gemeint ist, sondern sie verhindern auch, dass der Geist den richtigen Modus einnimmt. Wenn die Welt und die Leute in der eigenen Lebensgeschichte nicht wirklich existieren, dann erscheinen einem alle Aktionen und Reaktionen in dieser Geschichte wie eine Rechnung mit lauter Nullen, und man fragt sich, welchen Sinn die Übung in Tugend überhaupt haben soll. Wenn man andererseits die Leere als den Seinsgrund betrachtet, zu dem wir alle zurückkehren werden, welche Notwendigkeit gibt es dann überhaupt, den Geist in Sammlung und Klarblick zu erziehen, da wir alle sowieso dahin gelangen werden? Und selbst wenn Übung nötig wäre, um uns zu unserem Wesensgrund zurückzubringen, was verhindert denn, dass wir daraus wieder hervortreten und erneut zu leiden beginnen? In allen diesen Szenarien erscheint also die Vorstellung geistiger Erziehung insgesamt als nutzlos und überflüssig. Indem sie sich auf die Frage konzentrieren, ob es wirklich etwas hinter dem Erlebten gibt oder nicht, verstricken sie den Geist mit Angelegenheiten, die verhindern, dass er den Jetzt-Modus einnimmt.

Nun, Geschichten und Weltansichten erfüllen auch einen Zweck. Der Buddha verwendete sie bei der Unterrichtung von Leuten, aber er benutzte nie das Wort Leere, wenn er in diesen Modi sprach. Er erzählte die Lebensgeschichten von Leuten, um zu zeigen, wie das Leiden aus den untauglichen Erwartungen hinter ihren Handlungen entsteht, und wie sich Freiheit vom Leiden ergeben kann, wenn man einen besseren Blick erwirbt. Und er beschrieb die Grundprinzipien hinter dem Kreislauf der Wiedergeburt, um zu zeigen, wie Handlungen aus schlechten Absichten in diesem Kreislauf zu Schmerzen führen, gute zu Freuden führen, während wirklich taugliche Handlungen einen aus dem Kreislauf ganz herausführen können. In allen diesen Fällen waren seine Belehrungen darauf gerichtet, die Leute dazu zu bringen, sich auf die Qualität der Wahrnehmungen und Absichten in ihrem Geist im Jetzt zu konzentrieren -- anders gesagt, sie in den Leere-Modus zu bringen. Wenn man diesen erst erreicht hat, kann man die Aussagen über die Leere für ihren eigentlichen Zweck einsetzen: alles Hängen an Ansichten, Geschichten und Annahmen aufzugeben, so dass der Geist leer von Begierde,

Widerwillen und Täuschung bleibt, und damit auch leer von Wehe und Leiden. Und das ist, genau betrachtet, die Leere, auf die es wirklich ankommt.