

Auszüge aus einem Interview mit Bhikkhu Bodhi im Herbst 2002 im Magazin Insight:

*Was halten Sie von der Tatsache, daß der Buddhismus in diesem Land so populär wird?*

Es ist nicht schwer zu verstehen, warum der Buddhismus zu diesem Zeitpunkt unserer Geschichte für die Amerikaner attraktiv sein sollte. Die theistischen Religionen haben ihren Einfluß auf den Geist vieler gebildeter Amerikaner verloren und das hat ein tiefes spirituelles Vakuum hinterlassen, das gefüllt werden möchte. Für viele sind materielle Werte zutiefst unbefriedigend und der Buddhismus bietet eine Lehre die genau dazu paßt. Er ist rational, empirisch erfahrbar, praktisch anwendbar, und persönlich nachvollziehbar. Seine Ausübung bringt konkreten Nutzen der im eigenen Leben erfahrbar ist. Er vertritt hohe ethische Ideale und eine intellektuell befriedigende Philosophie. Zudem, und das ist weniger günstig, hat er einen exotischen Flair, der jene anzieht, die von mystischen und esoterischen Dingen fasziniert sind.

Die große Frage, die wir uns stellen müssen ist, in welchem Ausmaß der Buddhismus umgeformt werden sollte um den besonderen Eigenheiten der amerikanischen Kultur zu entsprechen. Durch seine ganze Geschichte hindurch hat sich der Buddhismus den Gegebenheiten der einheimischen Kultur und Gedankenwelt der Länder in denen er Fuß faßte angepaßt. Doch trotz dieser Veränderungen, die es ihm erlaubten sich in verschiedenen kulturellen Umfeldern zu entwickeln, blieb er normalerweise seinen grundlegenden Einsichten treu. Das mag die größte Herausforderung sein, welcher sich der Buddhismus in Amerika stellen muß. Hier ist das intellektuelle Milieu so grundverschieden von allem was der Buddhismus je vorgefunden hat, daß wir in unserer Eile die notwendigen Anpassungen vorzunehmen, unwissentlich die grundlegenden Prinzipien des Dhamma verwässern oder sogar ganz verlieren könnten. Ich denke, wir sollten sehr vorsichtig sein, um einen mittleren Weg zwischen einem zu starren Befolgen der asiatischen Formen und übermäßiger Nachgiebigkeit gegenüber dem gegenwärtig westlichen – und besonders dem amerikanischen – intellektuellen, sozialem und kulturellem Druck. Es mag nicht besonders vorteilhaft sein, eine Version des Theravada-Buddhismus nach Amerika zu importieren, die alle Bräuche und Verhaltensweisen aus Südost-Asien mitbringt. Aber ich glaube, daß es essentiell ist, die Prinzipien, die den Kern des Dhamma bilden, zu erhalten und den eigentlichen Zweck, um dessentwillen man die Übung des Dhamma auf sich nimmt, klar herauszustellen. Wenn wir daran herummurksen, riskieren wir, die Essenz zusammen mit den äußerlichen Auswüchsen zu verlieren. In unserer gegenwärtigen Situation, besteht, wie ich denke, die hauptsächliche Gefahr nicht im unflexiblen Bestehen auf althergebrachten buddhistischen Formen, sondern in der übermäßigen Anpassung an das westliche Gedankengut. In vielen der buddhistischen Veröffentlichungen, die ich gesehen habe, konnte ich Anzeichen eines weitverbreiteten Programms bemerken, das schon fast als verpflichtend empfunden wird, nämlich die buddhistischen Übungen aus ihrer Verwurzelung im buddhistischen Glauben und der buddhistischer Lehre herauszuziehen und sie in ein grundlegend weltliches Umfeld zu verpflanzen, dessen Abgrenzungen durch den westlichen Humanismus, insbesondere durch die humanistische und transpersonale Psychologie definiert sind.

*Können Sie erläutern wie das geschieht?*

Ich denke, wir sehen Beispiele davon in der Anwendung von Vipassana Meditation als Anhang oder Begleiter von westlicher Psychotherapie. Eigentlich mache ich mir nicht viele Gedanken über die Psychologen, die buddhistische Methoden nutzen, um psychologische Heilung zu fördern. Wenn buddhistische Meditation den Menschen helfen kann, sich besser zu fühlen oder mit größerer Bewußtheit und mehr Gleichmut zu leben, ist das gut. Wenn

Psychotherapeuten buddhistische Meditation als Werkzeug der inneren Heilung nutzen können, sage ich: Nur zu. Schließlich hat der Tathagata nicht „die geschlossene Faust eines Lehrers“, und wir sollten andere vom Dhamma nehmen lassen, was sie effektiv für nutzbringende Ziele verwenden können.

Worüber ich mir Sorgen mache, ist der Trend unter den heutigen buddhistischen Lehrern, die Grundprinzipien der Lehre Buddhas in eine weitgehend psychologische Terminologie umzumodeln und dann zu sagen „Das ist Dhamma“. Wenn das geschieht, kann es sein, daß wir nie erkennen, daß der wahre Zweck der Lehre in ihrem eigenen Rahmen nicht darin besteht, zu „Heilung“ oder „Ganzheitlichkeit“ oder zum „Sich-selbst-annehmen“ zu führen, sondern dazu, den Geist auf den Weg in Richtung Freiheit zu bringen. Und das, indem alle geistigen Faktoren, die für unser Gebundensein und unser Leid verantwortlich sind, erst abgeschwächt und schließlich entwurzelt werden. Wir sollten uns daran erinnern, daß der Buddha das Dhamma nicht als „Lebenskunst“ lehrte – obwohl es auch das beinhaltet – sondern vor allem als Befreiungsweg, ein Weg zu endgültiger Freiheit und Erleuchtung. Und was der Buddha mit Erleuchtung meint, ist nicht ein Feiern der menschlichen Bedingtheit, kein passives Sichabfinden mit unseren Schwächen, sondern ein Überwinden unserer Beschränkungen durch einen radikalen, revolutionären Durchbruch zu einer vollkommen anderen Dimension des Seins.

Das ist es, was ich am Dhamma am spannendsten empfinde, daß es in einer transzendenten Dimension gipfelt, in der wir alle Fehler und Verletzlichkeiten der menschlichen Bedingtheit überwinden, einschließlich selbst des Todes. Das Ziel des buddhistischen Weges besteht nicht darin achtsam zu leben und zu sterben (obwohl auch das eine wertvolle Errungenschaft wäre), sondern darin, Leben und Tod vollständig zu transzendieren, um das Todlose, das Unermeßliche, Nibbana zu erreichen. Das ist das Ziel, das der Buddha selbst während seiner eigenen Suche nach Erleuchtung verfolgte, und es ist diese Errungenschaft, die sein Erwachen der Welt eröffnete. Darauf ist die richtige Dhammaübung ausgerichtet, das ist der Zweck zu dem die Übung in ihrem ursprünglichen Rahmen unternommen wird.

Dieser Zweck wird jedoch aus den Augen verloren, wenn Einsichtsmeditation nur als Weg zu einem achtsamen Leben gelehrt wird, um achtsam und gelassen Geschirr zu spülen und Babywindeln zu wechseln. Wenn die transzendente Dimension des Dhamma, der Grund seiner Existenz, außen vor gelassen wird, bleibt uns meiner Ansicht nach nur eine ausgemergelte, geschwächte Version der Lehre, die nicht länger als Fahrzeug zur Befreiung dienen kann. Auch wenn die richtige Übung des Dhamma uns jede Menge Glück in der Welt beschert, so dreht sich die Lehre letztendlich nicht darum, in der Welt glücklich zu leben, sondern darum, das „Ende der Welt“ zu erreichen. Ein Ende, das nicht in den weit entfernten Regionen des Weltalls gefunden wird, sondern in diesem klaffergroßen Körper zusammen mit seinen Sinnen und dem Bewußtsein.

*Sie glauben also nicht, daß das Dhamma als Weg zur Befreiung gelehrt wird?*

Den Eindruck, den ich von dem, was ich in den gegenwärtigen westlichen buddhistischen Veröffentlichungen gelesen habe, bekomme, ist, daß dieser Aspekt der buddhistischen Praxis wenig Beachtung findet. Ich höre, wie Studenten beigebracht wird, sich selbst zu akzeptieren; in der Gegenwart von Moment zu Moment ohne Anhaften und festhalten zu leben; sich an Ihrer Verletzlichkeit zu erfreuen, sie wertzuschätzen und sie zu feiern. Nochmal, ich möchte die Bedeutung einer gesunden psychologischen Einstellung beim Umgang mit der Übung nicht herunterspielen. Für eine Person, die sich selbst schlecht macht, die immer niedergeschlagen und schlecht drauf ist, ist die intensive meditative Übung wahrscheinlich eher schädlich als nützlich. Das Gleiche könnte man auch von einer Person sagen, der ein starkes Zentrum psychologischer Integration fehlt oder von einer, die versucht, ihre

Schwächen und Empfindlichkeiten zu verleugnen, indem sie eine Fassade von Stärke und Selbstbewußtsein aufrechterhält.

Aber ich muß deutlich darauf hinweisen, daß die Übung, die den klaren Zielvorstellungen des Buddha entspricht, voraussetzt, daß wir darauf vorbereitet sind, eine kritische Einstellung gegenüber der gewöhnlichen Funktionsweise unseres Geistes einzunehmen. Das beinhaltet unsere Schwächen, also unsere geistigen Trübungen zu sehen, nicht als etwas, das wir feiern sollten, sondern als wunden Punkt, als Symptom unseres „Gefallenseins“, unserer Bedingtheit. Sie setzt auch voraus, daß wir fest entschlossen sind, uns zu transformieren, in unserer geistigen Funktionsweise von Moment zu Moment, als auch in ihren längerfristigen stabileren und anhaltenden Auswirkungen.

Das Training des Buddha auf sich zu nehmen heißt also, eine scharfe, klare Trennung zu vollziehen zwischen unserem Charakter (Neigungen, Gesinnungen, Gewohnheiten, etc.), so wie er jetzt ist, und den Idealen, die wir anstreben und durch unsere Übung des buddhistischen Weges zu verkörpern suchen. Die geistigen Geneigtheiten, die wir erkennen müssen und versuchen zu berichtigen, sind unsere *kilesas*, die Befleckungen oder Herzenstrübungen: Die drei grundlegenden Befleckungen Gier, Haß und Verblendung und ihre zahlreichen Abkömmlinge, wie Ärger, Sturheit, Arroganz, Eitelkeit, Eifersucht, Selbstsucht, Scheinheiligkeit, etc.

Das große Ziel, auf das der buddhistische Weg uns hinweist, sind also nicht die Wunder unseres „gewöhnlichen Geistes“, sondern der Geist, der gereinigt von allen Befleckungen und Einflüssen erhell ist von wahrer Weisheit, der Geist, der von allen Banden und Fesseln befreit, und durchtränkt ist von universeller Liebe und Mitgefühl, das aus der Tiefe und Klarheit des Verständnisses entsteht. Die Übung des buddhistischen Weges ist die systematische Art, die Kluft zwischen unserem gewöhnlichen, unerleuchteten Geist und dem erleuchteten, befreiten Zustand, den wir anstreben, zu schließen, einem Zustand, der sich zum Todlosen erhebt und eins damit wird.

Um dieses transzendente Ziel zu erreichen, bedarf es eines präzisen, detaillierten und systematisch fortschreitenden Trainings, dessen grundlegendste Bemühung darin besteht, den eigenen Geist zu kontrollieren und zu meistern. Man beginnt mit der Entwicklung so grundlegender Qualitäten wie Vertrauen, Hingabe, Tugendhaftigkeit und Großzügigkeit, schreitet fort zur Entwicklung der Sammlung und langt schließlich bei direkter Einsicht und wahrer Weisheit an.

...

*Wie kann man sowohl als Laie als auch als jemand der ernsthaft den Weg zur Befreiung beschreiten möchte, üben?*

Ich empfehle die fünf Qualitäten der „überlegenen Person“, die oft von Buddha hervorgehoben wurden: Vertrauen, Tugend, Großzügigkeit, Gelehrtheit und Weisheit.

[Einschub von oben: ... Ich weiß, daß das heutzutage nicht gern gehört wird, aber als religiöser Buddhist, der ich nun mal bin, glaube ich, daß das wahre Dhamma des Buddha nur ausgeübt werden kann, wenn es in dem Vertrauen wurzelt, daß der Buddha der einzigartige, vollkommen erwachte Lehrer ist und das Dhamma eine einzigartige Lehre, die Ansichten der Realität offenbart, die durch andere Lehren nicht zugänglich sind. Ich befürchte, daß wenn Vertrauen eine freie Variable wird, die sich auf alles richten kann, was meinen tiefempfundenen Bedürfnissen entspricht, es uns in Sackgassen führen kann, anstatt uns den Antrieb zur vollständigen Vernichtung des Leidens zu geben. ... Vertrauen erlaubt uns gerade, auf jene Eröffnungen des Buddha zu bauen, die unserem normalen Verständnis der Welt und unserem Verhalten darin entgegenstehen. Man sollte daran denken, daß die Lehre des Buddha „gegen den Strom“ (*patisotagami*) unserer gewohnheitsmäßigen Annahmen und Einstellungen geht. Schließlich drehen sich die meisten unserer Gewohnheiten um den

Wunsch, Freude zu erfahren, Schmerz zu vermeiden und die Illusion aufrechtzuerhalten, daß wir das Zentrum des Universums sind. Wenn das persönliche Erleben des Leidens deutlich genug wird, wird es dazu führen, daß uns diese Gewohnheiten abstoßend erscheinen und wir Vertrauen in die Worte Buddhas setzen und sie zu unserer Leitlinie auf dem Weg zur Befreiung machen. ...]

Tugendhaftigkeit umfaßt viel mehr als das reine Einhalten von Regeln und Vorschriften während eines Meditationskurses. Darüber hinausgehend ist die vorsätzliche Kultivierung der positiven Charakterqualitäten, die der Zügelung durch die fünf Übungsregeln zugrundeliegen. Diese positiven Qualitäten beinhalten die Entwicklung von Freundlichkeit und Mitgefühl; von Aufrichtigkeit und Zufriedenheit; die Zügelung des sinnlichen Verlangens und die Treue gegenüber dem Ehepartner; eine starke Verpflichtung zur Wahrhaftigkeit in allen Kommunikationsformen; und einen nüchternen, klaren und ausgeglichenen Geist.

Auf dieser Ebene der Dhammaübung im täglichen Leben wird sie tatsächlich zu „Lebenskunst“ – nicht auf eine Weise, welche die traditionelle Idee des Befreiungsweges verdrängt, sondern als eine Reihe von Wegweisern für den in der Welt Lebenden. Das Dhamma wird zu einer verständlichen Landkarte, die uns erlaubt, unseren Weg durch die vielen schwierigen Herausforderungen des Alltags zu finden. Es handelt sich nicht um ein Set starrer Regeln, sondern um ein Set von Werten, die uns in die Lage versetzen, mit anderen auf heilsame und nutzbringende Weise in Beziehung zu treten.

Die dritte Qualität, Großzügigkeit, wird in buddhistischen Ländern als Spenden an den Sangha verstanden, aber ich denke, bei uns könnte Großzügigkeit eine breitere Anwendung finden und auch ein Ausdruck des Mitgefühls sein für jene, welchen es schlechter geht als uns selbst. Man könnte sich beispielsweise dazu entschließen, einen Prozentsatz des Einkommens an gemeinnützige Organisationen und Hilfsprojekte zu spenden.

Die vierte Qualität des ernsthaften Laien ist Gelehrsamkeit oder Studium. Das umfaßt die Anstrengung, sich eine klare begriffliche Vorstellung des Dhamma, oder zumindest seiner Grundzüge, anzueignen. Auch wenn man nicht dazu bereit ist, die Texte im Detail zu studieren, sollte man sich doch vor Augen halten, daß das buddhistische Verständnis der Existenz die Grundlage der Meditation bildet und daher das systematische Studium zum Erfolg der Übung beitragen kann.

Die fünfte Qualität des Laienanhängers ist Weisheit. Sie beginnt mit dem intellektuellen Verständnis und gipfelt in der durch die Meditation erfahrenen Einsicht.

....

Wenn wir den buddhistischen Weg bis zu Ende gehen wollen, sollten wir uns eine langfristige Perspektive aneignen, und das bedeutet, sowohl Geduld als auch Entschlossenheit zu entwickeln. Geduld stellt sicher, daß wir nicht nur auf schnelle Resultate aus sind und darauf, persönliche Erfolge in der Meditation unserem Lebenslauf hinzufügen zu können. Geduld ermöglicht es uns, lange durchzuhalten, auch in den harten und unfruchtbaren Phasen, mit denen wir es unweigerlich zu tun bekommen. Entschlossenheit oder Eifer bedeutet, daß wir, obwohl der Weg lang und schwierig sein mag, den Mut nicht verlieren, aufgeben oder nachlässig werden. Statt dessen bleiben wir entschlossen, unserem Vorsatz treu den Pfad zu beschreiten, ganz gleich, wie viele Leben es dauern mag im Vertrauen darauf, daß wir in dem Maß in dem wir eifrig streben voranschreiten, auch wenn der Fortschritt nicht sofort offensichtlich ist.

Um dem Dhamma richtig nachzufolgen, benötigen wir auch eine demütige Einstellung. Sonst könnten wir auf die Idee kommen, zu behaupten, wir könnten das Dhamma wirklich verstehen und richtig lehren, nur weil wir ein schnelles Suttan-Studium absolviert oder ein paar Jahre Meditationsretreats hinter uns haben. Es mag weniger voreilig sein, wenn wir uns das Dhamma als sehr hohes Gebirge vorstellen und uns selbst als Bergsteiger in den Vorbergen, vor denen noch ein langer Weg zum Gipfel liegt. Was wir brauchen, ist das Vertrauen, daß es dieser besondere Weg ist, der uns zum Gipfel führen wird, die Geduld, auf dem Weg jeden

Tag einige Schritte emporzusteigen und die Entschlossenheit, nicht aufzugeben, bevor wir den Gipfel erreicht haben.“