Das Größere Mandala

Im Diamant-sūtra ist die vollkommene Weisheit kraftvoll, zielstrebig und wirkungsvoll. Sie sollten aber nicht erwarten, dass Sie vom Ratnaguṇa-Saṁcayagāthā eine große Schockwelle bekommen werden. Die Vollkommene Weisheit erscheint hier sehr sanft, sehr behutsam und unaufdringlich.

Das *Ratnaguṇa-Saṁcayagāthā* ist ganz anders als das Vajracchedikā (Diamant-Sūtra). Man könnte sagen, dass es sich der Vollkommenheit der Weisheit aus einer ganz anderen Richtung nähert. Dies spiegelt auch der Name des Sūtras wieder: wir betrachten hier nicht die „Vollkommenheit der Weisheit, die wie ein Diamant schneidet“, sondern die „Verse über die Ansammlung der kostbaren Eigenschaften der Vollkommenheit der Weisheit“. Natürlich handelt es sich dabei um die gleiche Vollkommenheit der Weisheit, aber das Sūtra hat eine deutlich andere Betonung. Bevor wir uns den Text ansehen müssen wir deshalb zunächst unsere grundlegenden Annahmen bezüglich des Gegenstandes, um den es im *Ratnaguṇa-Saṁcayagāthā* geht, betrachten. Ansonsten würden wir wahrscheinlich gleich zu Beginn von einem kleinen, aber entscheidenden Missverständnis behindert werden.

Das *Ratnaguṇa-Saṁcayagāthā* beschäftigt sich genauso wie das *Diamant-Sūtra* mit einem einzigen Thema und dieses eine Thema stellt sogar den Gegenstand des Interesses für die gesamte Vollkommenheit der Weisheit dar. Das Thema ist die Laufbahn der Bodhisattvas. Was sind Bodhisattvas? Wie verhalten sich Bodhisattvas, wie praktizieren und leben sie? Was tun sie? Wenn wir nicht vorsichtig sind, dann können wir durch die ausführlichen Details, mit denen der Text diese Fragen beantwortet, eine falsche Vorstellung über das Wesen der Bodhisattvas bekommen. Wenn wir durch die Überlegungen den Eindruck bekommen, dass Bodhisattvas höchst intellektuelle Wesen und die Vollkommenheit der Weisheit eine höchst intellektuelle Lehre seien, dann – um es ganz offen auszusprechen – haben wir „das Pferd von hinten aufgezäumt“.

Die Verse, denen wir im Sūtra begegnen werden, scheinen abstrus zu sein, aber sie sind nicht *intellektuell* abstrus – zumindest viel weniger als viele andere Texte der Vollkommenheit der Weisheit. Das *Ratnaguṇa-Saṁcayagāthā* ist, im Vergleich zum Beispiel zum *Diamant-Sūtra*, recht einfach und verständlich. Wenn wir es dennoch ein wenig entmutigend finden, dann mag es daran liegen, dass wir dabei auf eine mittelalterlich indische Art der Kommunikation treffen, die nicht besonders gut zum spirituellen Geist des Buddhismus passt, da sie ausgesprochen abstrakt und konzeptuell ist. Insbesondere ist dieser schonungslos konzeptuelle Zugang unpassend für die Aufgabe, die die Schriften der Vollkommenheit-der-Weisheit bewältigen wollen: nämlich die Aufgabe, das ganze konzeptuelle Gerüst, auf dem sie ruhen, niederzureißen. Konzepte werden mit Hilfe anderer Konzepte verworfen – vergleichsweise grobe Konzepte werden durch vergleichsweise subtilere ersetzt.

Die meisten Menschen im Westen fühlen sich mit so etwas nicht wohl – zumindest trifft dies für die meisten Engländer zu. Es mag daher eine Erleichterung sein zu erkennen, dass dies nicht der „Standard-Ansatz“ ist, den alle Buddhisten verwenden müssen. Wir sollten die Ausdrucksformen des indischen Geistes vom Buddhismus selbst unterscheiden und es ist wichtig, dass wir eine Ausdrucksform finden, die für uns natürlicher ist. Wo können wir eine wirklichere und unmittelbarere Ausdrucksform finden, in die wir diese konzeptuelle Sprache übersetzen könnten? Dies mag schwierig sein zu erkennen, aber es gibt hierfür einen Präzedenzfall. Als der Buddhismus von Indien nach China kam, veränderte er seine Ausdrucksweise völlig. Ch’an-Buddhismus nahm Belehrungen wie diese und hat sie völlig umgemodelt, sodass man anstelle eines langen abstrakten Vortrages angeschrien wurde, einen Klaps bekam oder jemand eine Blume hochhielt. Obwohl damit das Gleiche gemeint war, war das Kommunikationsmittel doch vollkommen anders. Ins Chinesische übersetzt fühlt sich die *Prajñāpramit-*Literatur selber anders, viel konkreter an, wie auch der chinesische Name – „die dunkle Weisheit“ – zeigt.

Wir könnten beginnen, unsere eigene Fassung der Lehren zu entwickeln, wie es die Chinesen getan haben, indem wir ein wenig des metaphysischen Überschwangs beschneiden würden. Oder, wenn uns ein etwas bodenständigerer Ansatz mehr liegt, dann könnten wir vielleicht zurückgehen und die älteren buddhistischen Lehren wie den *Udāna* und den *Sutta-nipāta* erforschen, welche lange bevor die Abhidharmisten und Mahāyānisten mit ihrer konzeptuellen Analyse begannen entstanden sind. Aber wir müssen die Texte der Vollkommenen Weisheit nicht aus der Angst heraus aufgeben, dass wir sie „in den falschen Hals bekommen“ könnten. Auch wenn wir mit dem mittelalterlichen indischen Geist zu kämpfen haben, gibt es verschiedene grundlegende und einfache Methoden, die wir anwenden können, um aus den Lehren großen Nutzen zu ziehen.

Zunächst und als Wichtigstes ist zu erkennen, dass das Medium nicht die Botschaft ist. Andernfalls besteht, wenn wir Bücher über die Vollkommenheit der Weisheit lesen oder sogar wenn wir die Schriften selbst lesen keinerlei Hoffnung, in Kontakt mit der Vollkommenen Weisheit zu kommen. Die Botschaft und das Medium derart weit davon entfernt, das Gleiche zu sein, dass sie sich sogar gegenseitig unterminieren. Die Vollkommenheit der Weisheit mag zwar eine Sprache benutzen, die Intellektuelle verstehen, aber ihre Botschaft hat wirklich nichts mit irgendetwas Intellektuellem zu tun. Wenn wir mehr auf das Medium als auf die Botschaft achten, dann werden wir die Vorstellung entwickeln, dass diese Lehren uns zum Denken ermuntern sollen, aber das sollen sie nicht. Stattdessen benutzen sie Gedanken, um Gedanken aufzulösen. Natürlich kann gerade diese Vorstellung für uns alle möglichen Probleme verursachen, insbesondere, wenn wir an dem Gedanken hängen, wie wir unseren Weg aus den Gedanken „herausdenken“ können – was, wenn wir dem verderblichen Einfluss der stets wachsenden Zen-Literatur unterliegen, leicht passieren kann.

Aber wenn wir erkannt haben, dass das Medium nicht die Botschaft ist – wie können wir dann unseren Geist von dieser Neigung zum verworrenen Denken befreien? Eine Methode hierfür ist Schweigen zu praktizieren. Wenn wir damit aufhören, unsere Gedanken auszudrücken, dann wird unser Denken weniger beschäftigt und erhellender. Gleichzeitig kommen wir direkter mit den Dingen in Kontakt und sogar – vielleicht überraschender Weise – mit anderen Menschen. Schweigen bedeutet keinen Abriss der Kommunikation; eher gibt es dadurch sogar noch mehr Kommunikation, auf einer subtileren Ebene. Es treten unterschwelligere und in dieser Beziehung ausdrucksvollere Arten der Kommunikation in den Fordergrund; Arten, die Augen, Gesicht, Gesten und Haltungen einbeziehen. Es kann sogar vorkommen, dass wir mitteilen können, wie wir uns eines anderen gewahr sind, ohne ihn oder sie anzusehen.

Eine andere Methode, die hilft, den Schleier der diskursiven Gedanken zu lüften ist das Chanten eines Mantras. Dies funktioniert, weil es uns etwas gibt *an* das wir denken können, aber nicht etwas, *über* das wir nachdenken können, denn ein Mantra hat keine Bedeutung im gewöhnlichen Sinne. Wir können ihm eine Bedeutung geben, aber das ist eher nebensächlich. Zunächst ist es ein Klang – ein Klangsymbol. Es ist sehr wichtig, beim Mantra-Chanten ernsthaft zu sein und am Beginn der Übung eine bewusste Entscheidung zu treffen, dass unsere ganze Energie in die Praxis gehen soll. Wenn wir uns zu Beginn nicht sammeln, dann werden wir irgendwie in das Mantra hinein driften und Gedankengänge werden wahrscheinlich entstehen, während das Mantra in einem anderen Teil unseres Geistes weiter geht.

Jeder, der die Vollkommenheit der Weisheit ernsthaft studieren will, wird natürlich meditieren. Es könnte naheliegen, dass die Praxis, auf die man sich dabei konzentrieren sollte, eine Praxis ist, mit der man insbesondere Gewahrsein oder Achtsamkeit entwickelt – vielleicht die *Ānāpāna-sati*, die Vergegenwärtigung des Atems – und das wäre auch überhaupt keine so schlechte Idee. Sehr häufig wird das Wort „Gewahrsein“ allerdings in einer Weise benutzt, die so etwas wie eine Abspaltung der Gefühle andeutet. Aber dieses Gewahrsein würde ich „entfremdetes Gewahrsein“ nennen, ein kaltes abgespaltenes Gewahrsein, das etwas ganz anderes ist, als das wirkliche, integrierte Gewahrsein der Bodhisattvas. Es ist daher vielleicht etwas überraschen, dass die *mettā-bhāvanā*, die Entwicklung allumfassender liebevoller Güte, eine ebenso wichtige Übung ist, wenn man vollkommene Weisheit entwickeln möchte.

Warum das so ist, wird vielleicht deutlich, wenn man sich das Wort „Weisheit“ noch einmal richtig ansieht. „Weisheit“ ist eine übliche Übersetzung des Sanskrit-Begriffes *prajñā*, aber Herbert Guenther übersetzt den Begriff *prajñā* präziser. Nach Guenther besteht Weisheit aus einem analytischen, wertschätzenden Verständnis. Wie wir (beim Diamant-Sūtra, Anm. der Übersetzerin) schon gesehen haben, ist die Reduktion aller *dharmas* zu *śūnyatā* das analytische Verständnis, das ein wesentlicher Bestandteil von *prajñā* ist – aber es muss mit einer vollkommen anderen Art und Weise des Verständnisses verbunden werden, welche Guenther mit „wertschätzend“ beschrieben hat.

Der Bodhisattva formt völlig ohne Absicht das ganze universum in ein gigantisches Mandala um.

Die wertschätzende Seite von *prajñā* eröffnet uns eine Perspektive in Bezug auf den ganzen Inhalt des *Ratnagugṇa-saṁcayagāthā –* und auch in Bezug auf die *Prajñāpāramitā* im allgemeinen, welche leicht übersehen wird. Diese Seite stellt eine sehr wichtige Dimension der Aktivitäten der Bodhisattvas dar, und ist gleichzeitig ein sehr gutes Gegengewicht zu der Intellektualität, mit der wir uns häufig den *Prajñāpāramitā-*Texten annähern (sogar solch klaren Texten wie dem *Ratnagugṇa-saṁcayagāthā*). Deshalb erscheint es angemessen, einige der Implikationen genauer zu betrachten. Daher ist es gut, sich daran zu erinnern, wie die Erfahrung eines Bodhisattvas (an den sich die *Prajñāpāramitā* insbesondere richtet), wirklich ist.

Die Erleuchtung des Buddha war keine kalte, abgehobene Erkenntnis. Er sah mit Wärme, mit Gefühl. Mehr noch: Er sah alles als rein oder *subha*, was auch „schön“ bedeutet. Der Buddha sah alles als reine Schönheit, denn er sah es aus Mitgefühl heraus. (Entsprechend würde man einen Menschen, den man hasst, wohl eher hässlich finden.) Wer die Dinge aus Herzensgüte – aus *metta* – heraus als schön sieht, freut sich ganz natürlich an ihnen und ist beglückt. Aus solcher Freude und solchem Glück strömen Spontaneität, Freiheit, Kreativität und Energie. Es ist dieses Überströmen von Metta in Freude, Freiheit und Energie, das Bodhisattvas fortwährend erleben. Deshalb schließt die Weisheit der Bodhisattvas in ihrer umfassendsten Bedeutung Metta ein. In gewisser Hinsicht lässt sich sogar sagen: Metta ist Weisheit.

Wenn wir nun ein weiteres Wort einbeziehen, mit dem man das Erleben von Bodhisattvas umschreibt, werden wir den manchmal anzutreffenden Eindruck zerstreuen können, Bodhisattvas seien so etwas wie glorifizierte Logik-Hackebeile. Ein flüchtiger Blick in die *Prajnaparamita*-Schriften (die Schriften über die Vervollkommnung der Weisheit) könnte uns durchaus einen solchen Eindruck vermitteln. Das Wort, um das es hier geht, ist *vidya*, der Gegenbegriff zu *avidya*, „Unwissenheit“. Gewöhnlich übersetzt man *vidya* als „Wissen“. Herbert Guenther übersetzt es als „ästhetische Wertschätzung“ oder „wertschätzendes Gewahrsein“ (genau wie *prajna*, wenngleich im Fall von *vidya* das Element der Analyse fehlt). Diese Übersetzung trifft die tatsächliche Bedeutung ziemlich gut. *Vidya* ist eine Art Genießen der Dinge, eine Harmonie mit der Welt. In den Bedeutungen von *avidya* hingegen klingen Entfremdung und Konflikt an – nicht nur Abwesenheit von Wissen in der üblichen Bedeutung.

Wenn es von jemandem heißt, er oder sie wisse etwas, dann denken wir gewöhnlich an zweckorientiertes Wissen: Wissen, wofür eine Sache gut ist und was man mit ihr tun kann. Wenn das, was wir in erster Linie sehen, der Nutzwert einer Sache ist, dann beziehen wir uns aus Bedürftigkeit heraus auf sie, und das wird vielleicht Wünsche wecken. Diese wiederum können zur Begierde nach dem jeweiligen Objekt werden, von dem wir nun glauben, es werde unsere Wünsche erfüllen. Dann betrachten wir einen Baum nicht als etwas, das um seiner selbst willen da ist, sondern als etwas, das ein Bedürfnis befriedigen soll. Hegen wir hingegen keine Wünsche, die erfüllt werden wollen, dann gibt es auch kein Subjekt und kein Objekt. Das ist der Zustand der Bodhisattvas – frei von jeglichem Verlangen, die Dinge für bestimmte Zwecke zu nutzen. Was dann übrig bleibt, ist wertschätzendes Gewahrsein. Wenn Sie ein Bodhisattva sind, genießen Sie die Welt genauso, wie Sie sich an einem Kunstwerk oder einer künstlerischen Darstellung freuen – nur mit dem Unterschied, dass Sie keine Trennung zwischen sich selbst und irgendetwas „dort draußen“ machen. Normalerweise behalten die Zuschauer einer Aufführung (wenn auch offenbar nicht so oft im Kino) ein Gespür für sich als Subjekte, die von dem, was sie als ästhetischen Gegenstand erfahren, getrennt sind. In eben diesem Grad sind sie auch von ihrem Gegenstand entfremdet. Das Welterleben von Bodhisattvas ist aber eher wie

Musik, so tief gehört,

Dass sie gar nicht gehört wird,

Doch du bist die Musik

So lange die Musik währt.\_

*Man könnte hier auch an die Erfahrung jener Frau im Theater denken, die vergessen hat, dass es „ja nur ein Schauspiel“ ist und nun zu Othello hinüberruft, Desdemona sei unschuldig.*

Die Absicht eines Bodhisattva, wenn man überhaupt von einer „Absicht“ reden kann, ist aber nicht im Geringsten passiv. Sie ähnelt eher dem Vorgehen von Künstlern – mit dem Unterschied, dass Maler sich vielleicht nur selten einfach an der Welt freuen können, ohne gleich darüber nachzudenken, wie sie ein Bild aus ihr machen können. Bodhisattvas erschaffen etwas ganz anderes. Völlig absichtslos gestalten sie die ganze Welt um und verwandeln sie in ein riesiges Mandala.

Was soll das besagen? Was ist ein Mandala? Lassen wir einmal die eher üblichen Beschreibungen außer Acht und nehmen die folgende kurze Definition eines tibetischen Lehrers, Rongzompa Chöki Zangpo: „Ein Mandala zu machen heißt, irgendeinen bedeutsamen Aspekt der Wirklichkeit zu nehmen und ihn mit Schönheit zu umgeben.“ Warum man dabei einen bestimmten Aspekt der Wirklichkeit einem anderen vorzieht, ist keine Frage von Anziehung im Sinne von Begierde, sondern spiritueller Verwandtschaft. Man wird einen Aspekt der Wirklichkeit nehmen, den man genügend wertschätzt, um ihn mit einem harmonischen Muster schöner Bilder umgeben zu wollen. Vielleicht wählen Sie eine bestimmte Buddhagestalt als Aspekt von Realität, auf den Sie sich sammeln wollen – eine Gestalt, die Sie besonders anziehend, erhaben oder kostbar finden – und nun schmücken sie diese Gestalt beispielsweise mit anderen Bildnissen in den vier Himmelsrichtungen. Dazwischen könnten Sie auch die vier Elemente anordnen oder andere Naturdinge als Materialien verwenden, mit denen Sie den Raum so auffüllen, dass ein harmonisches und ansprechendes Ganzes entsteht.

Bodhisattvas erschaffen ein Mandala, indem sie in einer eher ästhetischen, wertschätzenden statt in zweckgerichteter Weise auf die Welt antworten. Um zu überleben, muss man natürlich in einem gewissen Maß praktisch handeln – man muss die Dinge erwägen und verstehen, wie die Welt funktioniert. Wenn man aber Bodhisattva ist, dann geschieht das alles in einem größeren Rahmen wertschätzenden Gewahrseins. Gewöhnlich stellen wir uns „wertschätzendes Gewahrsein“ oder „ästhetische Wertschätzung“ als kleinen, separaten Bereich innerhalb eines viel größeren Lebensganzen vor, in dem es vor allem um Nützlichkeit und „praktische Fragen“ geht. Tatsächlich sollte es eher andersherum sein. Unsere übergreifende Haltung, unsere allgemeine Einstellung zum Leben sollte rein wahrnehmend (und in diesem Sinn „ästhetisch“) sein. Wir sollten nicht danach streben, die Dinge zu benutzen, sondern sie einfach genießen, sie wertschätzen, etwas für sie empfinden. Dabei müssen wir uns unser Mandala nicht wie ein tibetisches Thangka denken, das in einer kleinen Nische in der großen, weiten Welt unserer wichtigen praktischen Geschäfte hängt. Eher können wir uns vorstellen, wir selber lebten in einem „größeren Mandala“ genießenden Gewahrseins, in dem unsere vielen praktischen, weltlichen Vorhaben und die Erfüllung unserer (nicht-neurotischen) Bedürfnisse und Wünsche nur eine kleine Ecke einnehmen. Wahre Werte sind ästhetischer, nicht zweckorientierter Art.

Eine Geschichte erzählt von einem daoistischen Weisen, der angelnd am Fluss saß. Da kam jemand vorüber und fragte ihn, wie er denn seinen Versuch Fische zu fangen damit vereinbaren könne, daoistischer Weiser zu sein. Er sagte: „Es ist schon in Ordnung, ich benutze keinen Köder.“ Er genoss es einfach zu angeln; es ging ihm nicht darum etwas zu fangen. Es gibt nicht wirklich irgendetwas für uns zu tun, nicht wahr? Die meiste Zeit könnten wir uns einfach zurücklehnen und das Universum genießen. Das ist unsere Hauptbeschäftigung. Das ist unsere wirkliche Arbeit – nicht zu arbeiten. Wir müssen wohl Nahrung, Kleidung, ein Dach über dem Kopf, medizinische Versorgung, ein paar Bücher und irgendeine Art von Transportmittel beschaffen … doch den Rest unserer Zeit und Energie können wir einfach der Betrachtung des Universums widmen und das alles schlicht und einfach genießen. So leben Bodhisattvas ohnehin.

Ich rede hier nicht über ein Ideal von Lotusessern, Tagträumerinnen, und Nabel-Beschauern. Bodhisattvas sind die größten Arbeiterinnen und Arbeiter schlechthin: Ständig antworten sie auf die objektiven Erfordernisse einer Situation, doch zugleich wirken sie innerhalb des größeren Mandalas genießenden Gewahrseins. Dabei ist es nicht einmal so, als sei der Wirkungsbereich der Bodhisattvas eine Sphäre „praktischen Handelns“ abseits vom größeren Mandala. Bodhisattvas verlassen das Mandala des ästhetisch genießenden Gewahrseins auch dann nicht, wenn sie ihre praktischen Werke ausführen. Das größere Mandala durchdringt jenen begrenzten Bereich, und dabei werden auch alle praktischen Unternehmungen zum Ausdruck der Werte des größeren Mandalas in einem bestimmten Rahmen und zum Wohl bestimmter Menschen.

Bodhisattvas bewegen sich zwischen zwei unbefriedigenden Extremen – und sie transzendieren sie. Einerseits können wir so mit praktischen Aktivitäten beschäftigt sein, dass wir uns mit ihnen identifizieren und dadurch eher beunruhigt und besorgt werden und die Perspektive des größeren Horizontes der ästhetischen Wertschätzung verlieren. Andererseits können wir uns so in einem „spaced-out“ – sich irgendwie angenehm anfühlenden – Geisteszustand verlieren, dass wir überhaupt nichts zustande bringen. Das Ideal ist der Mittelweg. Wir müssen mit dem Ablauf unserer täglichen Aktivitäten – an denen wir aber *nicht* anhaften und die uns *nicht* beunruhigen – innerhalb des Kreises des größeren Mandalas weitermachen. Dann können wir Freude an unserer Arbeit haben, denn sie ist durchdrungen von wertschätzendem Gewahrsein. Eine solche Balance ist gar nicht leicht zu erreichen. Wir werden immer entweder zu dem einen oder dem anderen dieser beiden Extreme neigen, sodass wir ständig Anpassungen vornehmen müssen um auf dem Mittelweg zu bleiben.

Ein Gegenmittel für das erste Extrem ist, dass wir für eine Weile aufs Land zu gehen und uns durch den Einfluss der Natur wieder an die höhere Wirklichkeit des größeren Mandalas erinnern lassen. Aber genauso wie es wichtig ist, „Pausen von der Stadt“ zu haben – z.B. indem wir auf Retreat gehen – ist es nötig, dass wie die Balance jeden Tag wieder ein wenig herstellen. Das bedeutet, dass wir dafür sorgen, dass die Zeit, die wir mit Freunden verbringen nicht ausschließlich für praktische Dinge verwendet wird. Es bedeutet auch, dass wir die Zeit, in der wir meditieren, kreativ verwenden und nicht nur die Probleme und Schwierigkeiten unseres täglichen Lebens dabei aussortieren.

Das Gegenmittel für das zweite Extrem ist, dass wir uns ganz einfach in irgendein forderndes Projekt stürzen. Idealer Weise arbeitet und lebt man mit anderen Menschen gemeinsam, wobei alle für ein gemeinsames spirituelles Ziel arbeiten und alles, was man tut direkt oder indirekt auf dieses Ziel hin ausgerichtet ist. Man kann eine ganze Menge, sogar harter und anstrengender Arbeit, schaffen, wenn die generelle Atmosphäre entspannt, friedlich und unbeschwert ist (indem man vielleicht mit Menschen des gleichen Geschlechts zusammen lebt und arbeitet). Natürlich wird man unvermeidbarer Weise früher oder später die Perspektive verlieren und die Atmosphäre fängt an, etwas gespannter zu werden oder sogar angespannt. Dann muss zumindest einer der Beteiligten für eine Weile fortgehen, um wieder einen Blick für das Gesamtbild zu bekommen. Und wenn man von dieser Auszeit zurückkommt muss man eher vorsichtig sein, denn die verfeinerte Energie, die man vom Retreat zurückbringt ist in Gefahr, zerstreut zu werden wenn sie in Kontakt mit gröberen, angespannteren Energien kommt. Man selber kann genervt werden und die anderen, die nicht weg waren können sich ärgern. Sofern es machbar ist, ist es vielleicht das Beste, wenn die Hälfte der Menschen, die zusammen leben und arbeiten gleichzeitig auf Retreat gehen.

Als allgemeine Regel kann man vielleicht sagen, dass wir abwechseln sollten zwischen dem Leben auf dem Land, wo es leichter ist, wieder Kontakt zum größeren Mandala zu bekommen, und dem Leben in der Stadt, wo unsere wertschätzende Geisteshaltung sich ohne weiteres in eine Situation begeben kann, die es erlaubt, dass wir uns selber geben. Beides ist für die meisten Menschen absolut notwendig. Unsere Aktivitäten benötigen die Gelassenheit der Meditation und unsere Meditation muss pulsierend und dynamisch sein, nicht nur eine angenehme kleine Entspannungssitzung. Wenn wir die Balance gut hinbekommen, dann gehen wir mit angeregten Energien aufs Retreat und kommen zurück in die Stadt mit einer Perspektive auf das größere Mandala, die wir dann auf alles, was wir tun, anwenden können. Das Ziel ist (auch wenn es lange dauern mag, das zu erreichen), jeder Situation eine Haltung der reinen ästhetischen Wertschätzung entgegenzubringen, was auch immer für eine Situation das auch sein mag.

Du musst deine Existenz nicht dadurch rechtfertigen, dass du nützlich bist. Du selbst bist die Rechtfertigung für deine Existenz.

Als ich in Kalimpong lebte machte ich die Bekanntschaft einer französischen Nonnen, die eine richtige Gelehrte war – sie war an der Sorbonne gewesen und war – intellektuell gesehen – eine hochkarätige Dame. Sie hatte ein schreckliches Temperament, war sehr fordernd und anspruchsvoll und sie war ständig beschäftigt. Immer wenn ich sie besuchte war sie damit beschäftigt, zu waschen und zu schrubben, ihre Hunde und Katzen zu füttern, zu kochen und zu studieren (gleichzeitig), Briefe zu schreiben, irgendwo hinzuhetzen und diese oder jene Person zu besuchen, Lamas zu treffen, zum Basar zu gehen, vom Basar wiederzukommen, Dinge aufzubauen oder wieder abzureißen, sie kleinzuhacken … sie hat niemals eine Pause gemacht. Eines Tages kam sie mich besuchen und sagte: „Bhante, ich scheine einfach nicht meditieren zu können.“ Ich sagte: „Anīḷā (das ist die höfliche Anrede für eine Nonne), du bist in vielen Bereichen sehr gut. Aber es gibt eine Sache, die du lernen musst, dann wirst du in der Lage sein, zu meditieren.“ „Was ist das? Was ist das?“ fragte sie ganz aufgeregt, bereit, hinauszurennen und es zu tun. Ich sagte: „Du musst lernen, Zeit zu vertrödeln“. Daraufhin ist sie völlig aus dem Häuschen geraten. „Zeit vertrödeln!“ „Wenn so viele Dinge getan werden müssen, soll ich Zeit verschwenden? Ist das dein Buddhismus?“ „Ja“, sagte ich „soweit es dich betrifft, ist es mein Buddhismus. Lerne nur Zeit zu verschwenden, und dann wirst du viel besser vorwärtskommen.“ Unglücklicherweise hat sie nie gelernt, Zeit zu verschwenden. Für jemanden wie sie ist es genauso schwierig, sich zu ändern, wie für andere Menschen, die keine Ermutigung brauchen, um ihre Zeit zu verschwenden, sondern die im Gegenteil etwas mehr Fokus in ihr Leben bringen sollten.

Bodhisattvas tun nützliche Dinge, aber er oder sie genießt sie. Deshalb sagt man auch, dass die Bodhisattvas *spielen*. Die Idee von *līḷā* dem „Spiel“, spielt im modernen indischen spirituellen Leben eine ziemlich wichtige Rolle. Das spirituelle Leben selber wird als *līḷā* angesehen, ein völlig spontanes Aufsteigen von spiritueller Energie, die auf eine Art ohne Zweck ist. Im tantrischen Buddhismus wird dies *sahaja*-Zustand genannt, ein Zustand, der völlig natürlich, immanent und spontan ist. Im Mahāyāna-Buddhismus hingegen wird dies *anubhogacarya*, das „spontane Leben“ des Bodhisattvas genannte, welches den Höhepunkt der ganzen *carya*-Reihe darstellt. Der erste ist das präbuddhistische *brahmacarya*, oder „wie Brahma wandeln“, welcher vom frühen Buddhismus aufgenommen wurde. *Dharmacarya,* was buddhistisch ist, ist insbesondere ein Begriff des Hīnayāna. *Sambodhicarya* ist ein allgemeiner Mahāyāna-Begriff und *anubhogacarya* entstammt dem späteren Mahāyāna. Die Vorstellung von *anubhogacarya* ist sogar im Namen einer recht späten, legendären und sehr ausgeschmückten Lebensgeschichte des Buddha enthalten, dem *Lalita-vistara*, der „ausführlichen Schilderung der Sportarten des Buddha“. Sein Leben wird hier im Sinne von „Sportarten“ geschildert, weil seine Handlungen, entsprechend dem Mahāyāna, spontan, frei und natürlich waren, ganz wie das Spiel eines Kindes.

Arbeit und Spiel unterscheiden sich darin, dass Spielen nicht notwendig ist. Es verfolgt kein Ziel und dient keinem Zweck. In Sanskrit heißen die Schönen Künste *lalitakala*, die „spielerischen Künste“, denn sie sind ohne irdischen Nutzwert. Als Mensch kann man natürlich auch ohne Kunst leben; noch nie fiel jemand aufgrund von Kunstmangel tot um. Kunst ist ziemlich überflüssig. Genau so ist das Leben von Bodhisattvas – jenes Leben, das in den *Prajnaparamita-*Schriften geschildert wird – gerade deshalb nützlich, weil es nutzlos ist. Das mag kurios klingen, aber all die Meditation, das Studium und der Rechte Lebenserwerb gipfeln im Erlebnis, einfach glücklich zu sein, so wie man eben ist, ohne dass man dazu etwas Bestimmtes tun müsste. Sie können einfach ziellos und selbstvergessen in Ihrem Zimmer herumtanzen – aber bitte nicht mit der Absicht, verspielt oder spontan zu sein – und bloß Sie sein. Natürlich wird dann irgendein Geschaftlhuber auftreten und sagen, „He, was verschwendest du deine Zeit? Es gibt eine Menge zu tun.“ Doch das hieße, den Wagen vor die Pferde zu spannen (oder auch das Pferd an den Wagen zu jochen).

Einst besuchte mich jemand und sagte, er glaube nicht viel nützen zu können, da er keine besondere Begabung habe. Ich schlug ihm vor: „Sieh dich als nicht spezialisierten Menschen.“ Manche bilden sich ein, wenn sie sich nicht auf irgendeine Weise nützlich machen könnten – sie können nicht tippen, die Buchhaltung machen, kochen, schreiben, Vorträge halten, malen oder ein Instrument spielen –, dann sei etwas mit ihnen nicht in Ordnung. Machen Sie sich nur einmal Folgendes klar: Dieses anscheinend nutzlose Menschenkind ist das Produkt von Millionen und Abermillionen Jahren der Evolution. Er oder sie ist das Ziel; wir sind das, wozu es das alles gegeben hat. Wir müssen unser Dasein nicht damit rechtfertigen, dass es nützlich ist. Wir sind selbst die Rechtfertigung unserer Existenz. Nach diesen vielen Millionen Jahren der Evolution wurden wir nicht geboren, um nun an einer Schreibmaschine zu sitzen oder die Buchführung zu machen. Wir – *Sie* – sind die Rechtfertigung dieses ganzen Geschehens. Sie sind ein Selbstzweck. Das Einzige, das man als Zweck des Daseins behaupten könnte, ist, sich in eine höhere Form menschlichen Lebens zu entwickeln – um ein Bodhisattva, ein Buddha zu werden. Schämen Sie sich nicht dafür herumzusitzen und nichts zu tun. Kosten Sie es aus. Handeln Sie spontan, aus einer Verfassung innerer Zufriedenheit und Vollendung. Es ist eine Tugend, sowohl dekorativ als auch nützlich zu sein.

Wenn Sie dies ernst nehmen, müssen Sie sich vor Leuten hüten, die versuchen werden, Ihnen Schuldgefühle anzustricken. Wie könnten Sie aber spontan sein, wenn Sie von Schuld geplagt werden? Lassen Sie sich also nicht von anderen Leuten emotional erpressen. Wenn jemand folgendermaßen zu reden beginnt, „Schau, wie hart ich für den Dharma arbeite! Fühlst du dich nicht ziemlich mies, wenn du einfach nur da sitzt und mich alles tun lässt?“ dann können Sie antworten: „Nein, mir geht’s gut. Ich schaue dir wirklich gerne zu, wie du das alles machst.“ Es ist wichtig nicht nachzugeben, wenn andere versuchen, einen auf solche Weise in den Schwitzkasten zu nehmen. Es ist äußerst schädlich, Druck mit negativen Emotionen zu erzeugen, damit etwas erledigt wird, statt Begeisterung dafür zu wecken, einfach aus Freude zu arbeiten. Nehmen Sie Ihre buddhistischen Aktivitäten nicht zu ernst. Ich plädiere hier nicht für unverantwortliche Leichtfertigkeit oder dafür, die Energie mit unachtsamem Übermut zu verschleudern. Doch bleiben Sie sich auch dann, wenn Sie alles Erdenkliche tun, um ihr Vorhaben erfolgreich durchzuführen, bewusst, dass Sie eigentlich nur spielen – und ein Spiel muss Sie nicht schlaflos machen; das ist es nicht wert. Ernsthaft zu sein ist nicht dasselbe wie heilig zu tun – ebenso wenig, wie man bei der Feier einer Puja vor einem Schrein kein Gesicht wie sieben Tage Regenwetter aufziehen und eine „trübe religiöse Funzel“ anknipsen muss.

Es gibt noch etwas zu bedenken, wenn man nach der Geisteshaltung fragt, in der man dharmische Aktivitäten angeht: die Frage psychologischer Typen oder Temperamente. Es gibt beispielsweise „organisierte“ und „nicht organisierte“ Menschen. Erstere neigen dazu zu organisieren, und es sind die nicht-organisierten Typen, die, gleichgültig ob sie das wollen oder nicht, von den organisierten organisiert werden. Wenn Sie aber nicht auf eine derart organisierte Weise funktionieren, heißt das nicht zwangsläufig, dass Sie faul oder weniger verbindlich entschieden sind oder auch nur, dass Sie weniger als jene, die organisiert sind, tun. Es ist durchaus möglich auf eine Weise positiv, schöpferisch und voller Energie zu funktionieren, die dem organisierten Typus eher ein Gräuel ist.

Leider sorgen gemeinschaftliche buddhistische Aktivitäten fast immer für jene, die gerne organisiert sind – und die Menschen von gegensätzlichem Typ werden wohl oder übel mit verplant. Warum sollte man aber nicht gelegentlich auch für nicht-organisierte Menschen sorgen? Warum nicht ein nicht-organisiertes Retreat ohne jedes Programm haben? Sie können es auch „Dharmaferien“ nennen: Alles, was man zu einem Retreat benötigt, wäre da, doch dann bleibt es gänzlich Ihnen überlassen, wie Sie es nutzen wollen. Einige Leute werden sich vielleicht zusammentun, eine Leiterin oder einen Leiter bestimmen und ein Programm planen, doch andere werden es auf ihre eigene Weise angehen und dennoch ein sehr fruchtbares Retreat haben. Manche werden sich vielleicht sogar – auf ganz achtsame, objektive, verantwortliche und positive Art – entscheiden, während dieser Dharmaferien am besten spät aufzustehen, im Garten zu sitzen und nichts zu tun. Für manche Menschen wäre das eine echte Herausforderung; selbst auf einem Retreat kann man sich seine Tage so sehr mit nützlichen Tätigkeiten voll packen, dass man das größere Mandala der Nutzlosigkeit aus den Augen verliert.

Bodhisattvas haben diese Spannung oder diesen Gegensatz zwischen ästhetischer Kontemplation und praktischem Tun gelöst und erleben keinen Konflikt dabei. Solange wir aber von einem zum anderen überwechseln müssen und solange die Gegenwart oder Erfahrung des einen das Fehlen und die Nicht-Erfahrung des anderen impliziert, wird es auch eine gewisse Schwierigkeit im Übergang geben. Da können Sie nur versuchen, ästhetisches Erleben irgendwie ins praktische Tun hinein zu bringen – ein schwieriges Vorgehen, jedoch genau das, was Bodhisattvas tun, wie die Schriften der Vollkommenen Weisheit sie schildern. Einen Anfang können Sie machen, indem Sie zwangloser in praktischen Dingen werden. Scheuen Sie sich nicht nützlich zu sein, aber bitte im viel größeren Rahmen völliger Nutzlosigkeit. In dieser Hinsicht ist Daoismus außerordentlich stark. Daoisten sagen, ein Mensch des Dao sei wie ein gewaltiger Baum: so groß, dass er zu gar nichts nütze ist – seine Äste sind zu dick, um Beilgriffe daraus zu machen und so weiter. Man sollte versuchen, zu groß zu sein um nützlich zu sein. So wichtig die Arbeit eines Bodhisattva auch sein mag, den Schriften der Vollkommenen Weisheit zufolge sieht er oder sie, dass sie sich an einer winzigen Stelle innerhalb des größeren Mandalas ganz sinnloser Wertschätzung ereignet.