

Unbeständigkeit



***Fünf Betrachtungen zu einem
schwierigen Thema***

Vergänglichkeit Januar 2018

Weil es ein neues Jahr ist und das alte schon wieder vorbei

Die Betrachtung der Vergänglichkeit ist eine geschickte Methode, die einen antreiben kann. Diese Betrachtung hilft gegen Bequemlichkeit, Faulheit und Starrsinn.

Wenn man sich die Unbeständigkeit aller Dinge vor Augen führt, dann verliert man mehr und mehr das Interesse an dem, was einen täglich umtreibt. Doch das muss etwas ausgiebiger geschehen als sich nur einmal Vergänglichkeit durch den Sinn gehen zu lassen.

Wer relaxed von sich gibt, „okay, alles geht vorüber, das macht doch nichts“, der hat sich die Sache mit der Vergänglichkeit nicht wirklich zu Herzen genommen.

Dem ist, mit Verlaub, eigentlich alles egal, auch wenn er oder sie vorgibt, Spaß am Leben zu haben.

Denn die Vergänglichkeit macht mit uns, mit jeder Form des Spaßes, mit allem, was uns lieb und wert und teuer ist nämlich kurzen Prozess. Über kurz oder lang.

Und niemand behaupte, er oder sie wisse, wie viel Zeit man noch vor sich hat in dieser Kostbarkeit des Lebens.

Wie lang beispielsweise die schönen Grundrechte einem noch die Freiheit garantieren, zu glauben und praktizieren was man will.

Oder ganz existentiell, wie lange man noch laufen, essen und atmen kann.

Deshalb heißt es ja auch traditionell in den tibetisch buddhistischen Schulen so schön:

„Die Welt und all ihr Inhalt (die Wesen) ist vergänglich. Vergänglich wie eine Luftblase im Wasser, eine Kerze, die man in ein geöffnetes Fenster stellt. Die Todeszeit ist ungewiss, und wenn ich sterbe, verwandelt sich dieser geliebte Körper in einen Leichnam“.

Und der Buddha selbst sagte in einer fast schon korinthenkackerischen Art: **„Kurz ist das Leben der Menschen..., denn wenn heute einer lange lebt, dann lebt er etwa hundert Jahre oder etwas mehr. Und wenn einer hundert Jahre lebt, dann verlebt er nur dreihundert (Anmerkung: in Indien) Jahreszeiten: einhundert Winter, einhundert Sommer, einhundert Regenzeiten. Und wenn einer dreihundert Jahreszeiten verlebt, dann verlebt er nur eintausenzweihundert Monate (mehrere weitere Aufzählungen von Jahreszeiten, Halbmonaten und Wochen)..., verlebt er nur sechshunderttausend Tage. Und wenn er nur 36.000 Tage verlebt, verzehrt er nur 72.000 Mahlzeiten. Und diese schließen das Saugen der Muttermilch und den Ausfall von Mahlzeiten mit ein. In den folgenden Fällen nämlich fällt die Mahlzeit aus: wenn man nervös, missgestimmt oder krank ist, wenn man fastet oder nichts zu essen erhält. So habe ich das Leben eines 100-jährigen berechnet. Was immer, ihr Schüler, ein Lehrer, der das Wohl seiner Schüler im Sinn hat, aus Mitgefühl tun kann, das habe ich getan. Dort sind leere Hütten. Meditiert ihr Schüler, seid nicht nachlässig, damit ihr es später nicht bereuen müsst“.**

(Aus dem Anguttara Nikaya)

Nun, das sagte der Buddha vor 2.500 Jahren zu seinen Schülern. Eine eindringliche Ermahnung, sich der Unbeständigkeit gewahr zu sein, immer und überall. Und diese genaue Aufzählung hat er wohl gemerkt aus Mitgefühl getan. Denn was wir mit unserer Zeit tun ist tatsächlich traurig, wenn wir es genau betrachten.

Ich beispielsweise bin vor 57 Jahren geboren worden. Diese Zeit ist im Nachhinein vergangen *„wie ein Blitz in dunkler Nacht, der erscheint, kurz leuchtet und wieder verschwindet“.*

Ein schöner Vergleich, der ebenfalls aus einem dem Buddha zugeschriebenen Lehrtext stammt.

Gemäß der Kadampa-Meister des alten Tibet möchte ich nun die „Fünf Betrachtungen von Vergänglichkeit“ vorstellen, die mir sehr geholfen haben, ein besseres Verständnis für dieses äußerst schwierig zu erfassende Thema zu bekommen.

Die fünf Betrachtungen lauten wie folgt:

- 1. Bedenke nichts bleibt auf Dauer beständig.**
- 2. Werde dir gewahr über die vielen, die schon gestorben sind**
- 3. Bedenke die vielen Umstände, die zum Tode führen können**
- 4. Werde dir bewusst, was geschieht, wenn du stirbst**
- 5. Was geschieht nach deinem Tod**

Sehr morbide, nicht wahr? Man könnte glatt Depressionen bekommen. Andererseits soll es sogar Menschen geben, die nie über Vergänglichkeit nachdenken und dennoch Depressionen bekommen.

Nun, wenn das Verdrängen dieser fünf Reflektionen irgendetwas bringen würde, dann wäre das ja ein probates Mittel.

Und da es kurzfristig wirkt, tun es die meisten Menschen ja auch. Aber leider, leider bringt das Verdrängen wie immer nichts.

Führt eigentlich zur Selbstaufgabe. Führt dazu, dass man sich in allem Möglichen verliert, in Arbeit, Familie, Freizeit, Urlaub, Stress, Faulheit und Schlaf. Führt dazu, dass einem alles auf eine sehr subtile Art recht egal ist.

Da die Betrachtung der Vergänglichkeit so ausgesprochen wichtig ist, geradezu ein Muss, um überhaupt eine Meditationspraxis zu kultivieren, die länger als ein, zwei Wochen anhält, möchte ich die fünf oben genannten Einzelpunkte darlegen.

Vergänglichkeit - Betrachtung Eins **„Bedenke nichts bleibt auf Dauer beständig“**

Gibt es irgendetwas, das dauerhaft ist?

Berge... ja, ein Gebirge ist dauerhaft. Das sieht man ja.

Nun, es gibt Menschen, die glauben tatsächlich, Berge seien unvergänglich. Kinder zum Beispiel. Oder Leute mit geringem Wissen. Geschenk.

Fragen wir Geologen, dann sagen die, der Himalaya ist mit vielleicht 20 Millionen Jahren sehr „jung“. Und dennoch ein gewaltiges Gebirge. Und wird irgendwann auch nicht mehr sein.

Dinosaurier gab es ja auch mal, sogar vor dem Himalaya. Das ist rund 60 Millionen Jahre her. Und die belebten die Erde satte 200 Millionen Jahre lang. Vorbei, vergessen, zu Stein geworden. Aber 200 Millionen Jahre ist eine Menge Zeit, nicht? Der Homo Sapiens ist gerade mal 600.000 Jahre am Werken.

Erdöl ist vergangenes Laub, Holz, Wald und fruchtbare Natur. Diese "Natur" landet heute unter anderem in umweltfreundlichen VW-Diesel-Motoren. Auch der legendär gute Ruf dieser deutschen Automarke ist vorüber. Und wo früher Urwälder grünt ist heute Wüste, landschaftlich und menschenrechtlich. Doch spätestens in 10.000 Jahren wird niemand mehr wissen, was VW war oder sich Gedanken über höchste Wolkenkratzer im Wüstensand machen. Wenn es dann überhaupt noch jemanden gibt, der denken kann.

Plutonium hat eine Halbwertszeit von 24.000 Jahren. Also nach 200.000 Jahren ist davon nicht mehr viel da. Uran 235 strahlt etwas länger, hat eine Halbwertszeit von 700 Millionen. Doch auch das ist irgendwann kaum mehr nachzuweisen, egal wie viele Atomkraftwerke noch in die Luft fliegen werden. Die Sonne brennt seit rund sechs Milliarden Jahre und tut es noch mal so lang, dann ist auch ihr schöner Schein vorbei.

Als ich zwölf Jahre alt war las ich in einem Buch über das Universum, dieses sei sieben Milliarden Jahre alt. Im Lauf der letzten 43 Jahre ist es um weitere sieben Milliarden Jahre gealtert. Besser gesagt, die Wissenschaftler haben das Alter des Universums immer weiter nach oben korrigiert.

Interessant, was man so alles zu wissen glaubt.

Und wie vergänglich wissenschaftliches Wissen ist.

Okay, jetzt haben wir mal die Natur und das Universum auf Dauerhaftigkeit untersucht. Und fanden nix, was ewig hält.
Aber mein neues I-Phone hält doch eine Weile.
Ja, genau ein Jahr.
Dann kommt schon das nächste Modell.

Vielleicht mein Körper?

Ach herrjeh, dumm gelaufen. Schau in den Spiegel, das sagt alles.
Und mein Ich, mein höheres Selbst, das überdauert doch alles, das trägt doch das Karma, das MUSS doch dauerhaft sein, wie könnte es denn sonst weitergehen mit all den Wiedergeburten und so, wer soll denn da sonst wiedergeboren werden?

Und wenn es das nicht gibt, dieses Selbst, was ja der Buddha halt auch gesagt hat, dann bleibt doch bitte, bitte BITTE zumindest die
BUDDHANATUR

Nun, sei es wie es ist.

Glaube hat die längste Haltbarkeit.

Besonders der Glaube an ein dauerhaftes, unabhängiges und wirklich existentes Selbst, Ich.

Oder sogar, ganz perfide, Buddhanatur.

Da ist der Knackpunkt.

Weil wir so hartnäckig an etwas anhaften, weil es sich bei dem, an dem wir anhaften, nur um eine "spukhafte Erscheinung" handelt, lehrte der Buddha "Anatman", das Nicht-Selbst.

Und zeigte auf, dass alles nur in gegenseitiger Abhängigkeit in Erscheinung zu treten scheint.

Deshalb gibt es Berge, Meere, Wälder, Tiere, Menschen, Zeit, Gott, Ich, Buddhanatur und all das Zeug.

Seit einhundert Jahren gibt es sogar eine Relativitätstheorie, die die Relativität beschreibt. Die aber auch nur von wenigen Menschen wirklich kapiert wird.

Ganz zu schweigen von der Quantenphysikalischen Erklärung der Welt, die ebenfalls von spukhaften Fernwirkungen erzählt.

Nur leider ist da nichts letztlich vorzufinden. Nicht vom Absoluten her betrachtet. Absolut betrachtet bleibt nur "Leerheit, Offenheit". Und selbst diese Worte sind leer von einer wirklichen Essenz.

Die Betrachtung der Unbeständigkeit, das Verweilen in Vergänglichkeit offenbart genau dies.

Wer die „Leerheit“ in all diesen Erscheinungen nicht erkennt, hat Vergänglichkeit nicht begriffen.

So einfach ist das. So schwer.

Betrachtung 2:

„Werde dir gewahr, wie viele schon gestorben sind“

Kommen wir zur zweiten Betrachtung, die uns die Vergänglichkeit näher auf den lieb gewonnenen Pelz rücken lassen soll.

Die Tatsache, dass noch kein Mensch jemals das Leben überlebt hat.

Vielleicht leben deine Eltern noch.

Vielleicht sind sie aber schon gestorben.

Das wäre eigentlich nicht so schlecht.

Nicht WEIL sie gestorben sind. Sondern weil sie VOR dir gestorben sind.

Für Eltern gibt es nichts Schlimmeres als wenn ein Kind vor ihnen stirbt.

Und so viele sind schon in jungen Jahren gestorben.

Ich lese jeden Tag ausführlich die Todesanzeigen im Lokalblatt.

Da gibt es viel die alt, aber auch etliche, die jung sterben.

Manchmal Kinder.

Manchmal Jugendliche.

Prominente und Künstler, beliebte und unbeliebte Menschen sterben.

Denken wir an David Bowie, Prince und Fred.

Fred war mein bester Freund.

Er starb an einem Hirntumor, mit 59 Jahren.

An Weihnachten starb eine Bekannte von mir. Mit 72 Jahren. Einfach so. Über Nacht, im Bett.

Alle waren und sind geschockt.

Insbesondere diejenigen, die immer behaupten, dass sie am liebsten zackbumm tot umfallen wollen, ohne lange Krankheit, am besten Nachts im Schlaf.

Dann geschieht es jemandem und das Jammern ist groß.

Viele Hamster und Kaninchen, Katzen und Hunde habe ich selbst in der Familie sterben sehen.

Oma, Bruder und Onkel.

Und täglich sehe ich Tote in den Nachrichten.

So viele, die gestorben sind und gerade sterben.

Nahe stehende und entfernt Bekannte, Freunde und Feinde.

Selbst der alte Herr starb. Buddha Shakyamuni hauchte sein Leben mit 80 Jahren aus, schwer gezeichnet vom Alter, an einer Pilzvergiftung. Nicht mal der hat das Leben überlebt.

Denke selbst nach.

Was weißt du darüber. Wieviele kennst du, die gestorben sind?

Die dem Tod grade so von der Schippe gesprungen sind? Oder du?

Was glaubst du denn, wie lange du noch hast?

Und falls du grade an Selbstmord denken solltest, dann mache dir mal klar, dass du dem Tod eh nicht entkommen kannst. Also lass´ es, Hand an dich selbst zu legen.

Falls du Todessehnsucht hast, dann hast du dir die Sache mit dem Sterben einfach noch nicht wirklich gut vor Augen geführt. Aber so was lässt sich ja ändern.

Denn wer sich der Tatsache der Vergänglichkeit, des Todes wirklich bewusst ist, der lebt gerner, lieber, offener, freier.

Egal welche Umstände gerade sind.

Mach` dir klar, dass du sterben wirst.

Dann weißt du erst, dass du lebst.

Betrachtung 3:

„Denke über die vielen Umstände nach, die zum Tode führen können“

Na, das ist doch mal erbaulich, nicht wahr.

Also gehen wir mal ran an die Sache.

Wie viele Leute sterben durch Unfälle?

Oder an Krankheiten.

Denk nach.

Manche sterben durch eine kleine Wunde, die eine Blutvergiftung auslöst.

Tolle Serien gibt es im Fernsehen, die sich mit Krankheit und Tod beschäftigen.

Ich empfehle Dr. House.

Da gibt es wunderbare Krankheiten an denen man sterben kann.

Bekannte von mir schliefen gesund ein und wachten nicht mehr auf. Einer scherzte noch abends mit seiner Frau, morgens hatte sie nichts zu lachen, als sie den kalten Körper neben sich spürte. Das war im Urlaub, eigentlich alles schön entspannt und er war 46 Jahre alt.

Mein Bruder starb ebenfalls im Urlaub. Ohne großen Grund. Ein verstauchtes Bein hat genügt.

Menschen sterben bei Rockkonzerten, weil Terroristen sie erschießen oder weil ein Blitz einschlägt. Andere fallen vom Rad und sterben, manche fallen einfach so um und sind gewesen.

Kinder sterben zivilisiert an Blutkrebs, weniger zivilisiert durch Schläge ihrer Eltern oder häufiger barbarisch an Bombeneinschlägen und Gewehrschüssen oder an Hunger und verseuchtem Wasser.

Nicht wenige Menschen sterben im Mutterleib, manche von sich aus, andere gezwungenermaßen.

878.852 Menschen starben allein im letzten Jahr in Deutschland.

Insgesamt 3.700 verschiedene Todesarten werden bei der statistischen Erfassung der Verstorbenen gelistet.

Und dann kommen nachweislich noch die 650 Millionen Tiere hinzu, die jährlich in Deutschland nur für unseren Fleischkonsum umgebracht werden.

Sowie unzählige sonstigen Viecher, die sich in der Natur ganz natürlich an den Kragen gehen, sich gegenseitig auffressen und niedermetzeln. Und wir nennen so was "Natur" und bekommen vor lauter Romantik Pippi in die Augen.

Schöne Aussichten auf das, was wir Leben nennen?
Nur, wenn man nicht drüber nachdenkt.

Betrachtung 4

„Werde dir bewusst, was geschieht, wenn du stirbst“

Oha, jetzt kommen wir mal dahin, wo es brenzlich wird. Das kann man doch mal ausführlicher beleuchten, eindringlicher, persönlicher.

Tja, was geschieht, wenn es denn so weit ist?

Man verliert die Kontrolle erst über den Körper, dann über den Geist. Das ist alles andere als schön. Und man fühlt sich nicht wirklich gut dabei.

Ich meine, wenn man nicht grade zackbumm tot umfällt.

Oder zwischen zwei Lastern in einem Kleinwagen zerquetscht wird.

Wenn du heute 20, 30, 40, oder auch 50 Jahre alt bist, ist die Wahrscheinlichkeit, statisch betrachtet, natürlich ziemlich hoch, dass du auch nächstes Jahr noch lebst.

Wir leben ja nicht mehr vor 100 Jahren, als die spanische Grippe mal soeben ratzfatz ein Zehntel der Weltbevölkerung dahinraffte oder der erste Weltkrieg ne Menge Tote forderte.

Oder gar im Mittelalter, als das Sterben noch eine Alltäglichkeit war.

Heute ist Sterben verbannt in Krankenhäuser und Alten- und Pflegeheime.

Und tatsächlich sterben rund 80 Prozent der Menschen in einem Alter über 70 Jahren.

Also könnte man, wenn man denn unter 70 ist, ziemlich beruhigt sein und sich zurücklehnen.

Aber leider, leider geht doch alles ziemlich schnell im Leben.

Da war gerade noch das Jahr 2000, die einstmals viel beschworene SPD Agenda 2010 ist Geschichte und heute ist schon 2018 und der Berliner Flughafen ist immer noch nicht eröffnet.

Also, was soll's, ob man nun 20, 30, 40 oder doch 80 Jahre alt wird, der Tod kommt gewisslich.

Und meist mit Ansage.

Und die allermeisten Menschen gehen in ihr Sterben, als hätten sie eine Reise gewonnen bei irgendeinem Preisausschreiben ohne dass ihnen jemand gesagt hätte, wohin es gehen wird.

Zumindest kann man es bei Menschen, seien sie nun alt oder jung, die ans Ende des Lebens gekommen sind und die das einigermaßen bewusst erleben, ziemlich gut beobachten.

Sicher, es gibt ein paar wenige, die im Sterben Größe haben.

Doch sie sind selten.

Und ich werde garantiert nicht zu ihnen gehören.

Ich dachte einstmals, es sei einfach. Aber ich wurde eines besseren belehrt.

Erst kürzlich starb ein Freund von mir.

Jeder der ihn kannte, auch ich, glaubte, er könnte die Sache mit dem Sterben gut hinbekommen.

Weil er sich seit über 35 Jahren damit intensiv befasst hatte. Als Buddhist.

Aber der Krebs hatte ihn nach einem Jahr schließlich in die Knie gezwungen.

Am Ende war einfach nur noch Angst. Und Reue um eine verpasste Gelegenheit. Das wurde ihm schmerzlich bewusst in der Zeit, als er nicht mehr arbeiten, sich nicht mehr ablenken konnte von seinen immerzu drängenden Gedanken, von seinem eigentlichen Wissen um die Kostbarkeit der menschlichen Existenz.

Es war nicht leicht für ihn, dieses Leben zu verlassen.

Aber er musste. Keine Chance. Der „Reiseveranstalter“ hatte ihn schließlich einfach so mitgenommen, ohne auf seine Einwände zu achten.

Anderen geht es noch schlimmer. Sie werden beim Sterben richtig unzufrieden.

Weil sie erkennen, wie viel Mist sie im Leben gemacht haben.

Oder weil sie es einfach gewöhnt sind, ein Arschloch zu sein und ihnen diese Tatsache erst beim Abgang auffällt.

Manche, insbesondere alte Menschen blicken gar nichts mehr, weil sie in einen dementen Zustand des großen Vergessens verschwinden. Viele werden einfach medikamentös ruhig gestellt, weil sie ansonsten völlig ausrasten und durchdrehen.

Etliche der Todgeweihten verweigern die Realität des nahenden Abgangs und hoffen auf Gesundung.

Klammern sich an Homöopathie und Wunderheilung.

Viele verzweifeln und fallen in einen apathischen Zustand, der allerdings nichts mit echtem Loslassen zu tun hat.

Wieder andere Menschen sterben unter großen Schmerzen.

Sie haben verständlicherweise Angst, unerträgliche Angst. Weil sie nichts mehr unter Kontrolle haben. Freiheit? Ach Gott.

Oft sind Sterbende so mit Opiaten vollgepumpt oder vegetieren in einem komatösen Zustand, dass sie nicht viel von ihrem Sterben erleben können oder bekommen im Gegenteil jeden beschissenen Tag ihres Dahinvegetierens noch erst recht mit.

Und unsere gottverdammte großartige Medizintechnik hält sie am Leben, schlimmer als es ein geschickter Folterknecht in einem Keller der Inquisition tun könnte.

Vor allem jedoch ...

... alle Menschen sterben allein.

Egal wie viele Leute um ihr Sterbebett herumstehen mögen.

Und gerade die machen es einem häufig dann mit ihrem Gejammer und Geheule noch schwerer zu gehen.

Wie ist das für mich?

Wenn ich mal so drüber nachdenke.

Was wird auf mich zukommen?

Werde ich zufrieden sein mit meinem gelebten Leben, wenn es soweit ist?

Oder werde ich etwas bereuen, mir wünschen, etwas anders gemacht zu haben?

Vielleicht hätte ich noch mal jemanden um Verzeihung bitten, etwas freundlicher sein sollen?

Vielleicht hätte ich doch etwas verschenken, etwas vergeben, verzeihen müssen?

Vielleicht hätte ich doch die beschissene Arbeit kündigen, die lang ersehnte Reise machen, das wunderbare Buch lesen sollen.

Vielleicht hätte ich ja doch mehr das Sitzen üben sollen, das Ruhen in diesem Denken, Fühlen und Erfahren.

So wie es der Buddha seinen Schülern, also mir, dringlichst ans Herz gelegt hat.

Damit ich dann nicht so eine Scheissangst haben müsste vor dem, was da an Ungewissheit lauert in diesen letzten Stunden des Lebens.

Diese Scheissangst, die kommen wird, die ich beobachten kann bei so vielen Menschen, seien sie alt oder jung.

Die Angst, die ich kenne, die da lauert, schon zu normalen Lebzeiten, dort um die Ecke, hinter den dicken Pfeilern meiner Ignoranz, die sich Langeweile nennen oder Warten, Ungeduld, Trägheit, Dumpfheit.

Die Angst, der ich jedesmal, wenn es mal still ist im äußeren und nichts geschieht mit einem innerlichen Pfeifen begegne, wie damals als Kind, allein im Keller.

Die Angst, die nichts anderes als die Angst vor dem Sterben ist, vor dem Unausweichlichen.

Vor dem großen unbekanntem Ding, was wir gemeinhin „Geist“ nennen.

In einem hübschen Merkspruch für buddhistische Meditierer heißt es:

Derjenige Meditierende mit den geringsten Fähigkeiten bereut nichts, wenn es ans Sterben geht.

Derjenige mit mittleren Fähigkeiten hat keine Angst vor dem Sterben.

Derjenige mit den höchsten Fähigkeiten geht mit großer Neugier, gar mit Freude ans Sterben.

Die buddhistische Meditation hat tatsächlich nichts anderes im Sinne, als uns auf unser eigenes Sterben vorzubereiten.

Wer glaubt, Meditation dient dazu, ein ruhigeres, beschaulicheres Leben zu führen irrt.

Denn tatsächlich sterben wir an jedem Tag, jeden Augenblick.

Und Wiedergeburt geschieht ebenfalls in jedem Moment, jeden Tag.

Doch ich habe weder geringe noch mittlere, geschweige denn höchste Fähigkeiten.

Aber manchmal packt es mich, dann nehme ich mir doch vor, diesen Geist etwas besser kennen lernen zu wollen.

Dieses merkwürdige Ereignis Geist, diesen scheinbar vorbeigleitenden Strom von Erfahrungen, Phänomenen und Erscheinungen in dieser vergänglichen Geschichte.

Denn dieser Körper ist nicht mehr als eine ziemlich kaputtgehbare Hülle.

Ganz nett. Aber wirklich nicht mehr.

Und jetzt denk' selbst nach.

Wie sieht es bei dir aus?

Kennst du deinen Geist?

Deine Gedanken, Gefühle, Gewohnheiten?

Betrachtung 5 und Schluss

„Was geschieht nach deinem Tod“

Uiuui, jetzt geht es in den Keller der Spekulation und Esoterik.

Was nach dem Tod geschieht, werde ich gefragt.

Keine Ahnung.

Ehrlich, ich habe keine Ahnung.

Also, mal ganz banal betrachtet, ohne jeden Eso-Schnickschnack - wahrscheinlich heult sich meine Familie die Augen nach mir aus.

So wird es wohl sein. Ganz profan.

Vielleicht freuen sich auch einige Leute, dass der arrogante, selbstgefällige Besserwisser endlich weg ist und die Klappe hält, besser gesagt, die Schreibe.

Soweit mal zu der Überlegung, was nach meinem Tod geschieht, wenn ich so an die Relativität denke.

Überlege ich das mehr auf der, sagen wir mal modern ausgedrückt, quantenphysikalischen Ebene, sieht die Sache anders aus.

Vielleicht hört die Welt ja auch einfach auf zu existieren.

Wie Schrödingers Katze in der Kiste, die entweder tot oder lebendig ist.

Je nachdem ob man hinguckt oder nicht.

Guck ich hin, ist die Welt, guck ich nicht hin ist sie nicht...

Die fünfte Betrachtung und die Frage, was wohl nach dem Tod kommen mag, ist wirklich interessant.

Wobei es gar nicht schwer ist und eigentlich ziemlich einfach. Zumindest für jemanden wie mich, als (Vorsicht, der folgende Satz kann Spuren von Ironie enthalten) fundamentaler, orthodoxer, bekennender, gläubiger BUDDHIST mit einem festen, eingefahrenen und völlig geordneten Weltbild, in dem es Karma gibt und diese und andere Welten, diese und andere Geburten.

Denn dazu hat der alte Herr, der Buddha selbst, eine ganze Menge schon gesagt.

Aber dazu gleich mehr.

Bleibe ich mal bei meinen Betrachtungen der relativen Art.

Nach meinem Tod wird meine Welt also eine andere sein.

Das ist sicher.

Und das entspricht auch meiner Erfahrung hier und jetzt.

Nur mal so, zur Beschreibung eine solch eigenen Erfahrung.

Wenn ich normal ins Bett gehe und schlecht gelaunt einschlafe, wird mein Traum ein anderer, mein Aufwachen und mein tagesleben daraufhin ein anderes sein als wenn ich gut gelaunt und friedfertig einschlafe.

Ich gehe davon aus, dass es so ähnlich mit dem Sterben sein wird.

Obschon ich keine Ahnung habe, wie gesagt.

Aber ich vertraue mal dem alten Herrn.

Denn der spricht ausdrücklich von Handlungen und ihren Auswirkungen und auch von einer „anderen Welt“.

Mal als Quelle die Aussage des Buddha zur „Rechten Ansicht“, die ein „Buddhist“ haben sollte:

"Und was ist richtige Ansicht, (...)? Es gibt Gaben, Dargebrachtes und Geopfertes; es gibt Frucht und Ergebnis guter und schlechter Taten; es gibt diese Welt und die andere Welt; es gibt Mutter und Vater; es gibt spontan geborene Wesen; es gibt gute und tugendhafte Mönche und Brahmanen auf der Welt, die diese Welt und die andere Welt durch Verwirklichung mit höherer Geisteskraft erfahren haben und erläutern."

Es geht also erst mal um das relative Geschehen. Und hier gibt es Geburt und Sterben.

Es gibt diese und andere Welten.

Da geschieht Geburt, Sterben und (Wieder)Geburt.

Das hat der Buddha ganz ausdrücklich so gesagt. Nicht nur einmal.

Ich traue dem Buddha zu, dass er wusste, was er sagte.

Denn er sagte auch ganz klar, welche Erkenntnis einer haben wird, wenn er oder sie der Erleuchtung nahe kommt.

Und zwar jeder und jede, die den Weg des Studiums und der Meditation geht.

Das klingt dann so:

"Als mein konzentrierter Geist auf solche Weise geläutert, klar, makellos, der Unvollkommenheit ledig, gefügig, nutzbar, stetig und unerschütterlich war, richtete ich ihn auf das Wissen von der Erinnerung an frühere Leben. Ich erinnerte mich an viele frühere Leben, das heißt, an eine Geburt, zwei Geburten, drei Geburten, vier Geburten, fünf Geburten, zehn Geburten, zwanzig Geburten, dreißig Geburten, vierzig Geburten, fünfzig Geburten, hundert Geburten, tausend Geburten, hunderttausend Geburten, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenschloß, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenschloß und ausdehnte: 'Dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; auch dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.' So erinnerte ich mich an viele frühere Leben mit ihren Aspekten und Besonderheiten."

Dem Buddha ist es wurscht, ob jemand glaubt oder nicht.

Es geht nur um die richtige Sicht auf relative Zusammenhänge. Die kommt aber erst mit der entsprechenden Schulung in der meditativen Praxis.

Das bekräftigt er, indem er in einem Gespräch mit dem Wanderasketen Udayin davon spricht, was er seine Schüler lehrt.

Das liest sich so:

„Wiederum, Udāyin, habe ich meinen Schülern den Weg verkündet, wie sie sich an ihre vielen früheren Leben erinnern können, das heißt, an eine Geburt, zwei Geburten, drei Geburten, vier Geburten, fünf Geburten, zehn Geburten, zwanzig Geburten, dreißig Geburten, (weiter wie soeben)“

Es sind damit ganz zentrale Aussagen, die der Buddha hier tätigt. Wie gesagt, nicht nur einmal oder nur ein dutzendmal.

Allerdings stehen diese Einsichten am Ende der meditativen Erkenntnis.

Wer das missversteht holt sich schnell den Rüfel des alten Herrn ein.
So wie der Fischer Sati, der das mit dem "Wiedergeboren werden" gründlich falsch verstanden hat. Den stellt der Buddha nämlich zur Rede und macht ihn ein.

Hier ein Auszug:

Sāti, ist es wahr, daß folgende schädliche Ansicht in dir entstanden ist: 'So wie ich das Dhamma, das vom Erhabenen gelehrt wird, verstehe, ist es ein und dasselbe Bewußtsein, das den Kreislauf der Wiedergeburten durchläuft, nicht ein anderes'

"Das stimmt, ehrwürdiger Herr. So wie ich das Dhamma, das vom Erhabenen gelehrt wird, verstehe, ist es ein und dasselbe Bewußtsein, das den Kreislauf der Wiedergeburten durchläuft, nicht ein anderes."

"Was ist jenes Bewußtsein, Sāti?"

"Ehrwürdiger Herr, es ist das, was spricht und fühlt und hier und da die Resultate guter und schlechter Taten erfährt."

"Du fehlgeleiteter Mensch, wen sollte ich jemals das Dhamma auf solche Weise gelehrt haben? Du fehlgeleiteter Mensch, habe ich nicht in vielen Lehrreden dargelegt, daß Bewußtsein bedingt entsteht, weil es ohne Bedingung keine Entstehung von Bewußtsein gibt? Aber, du fehlgeleiteter Mensch, du hast uns durch dein falsches Verständnis falsch dargestellt und dich dadurch selbst verletzt und viel Unverdienst angehäuft; denn dies wird dir lange zum Schaden und zum Leid gereichen."

Wumm, das sitzt, gell?

Denn es gibt nur Bedingungen. Und letztlich ist da keine Wiedergeburt, kein Ich, das wiedergeboren wird, keine Handlung, kein Resultat, kein Ende, kein Anfang. Absolut betrachtet, wo soll da irgendetwas eigenexistentes sein?

Das hat der Buddha ebenfalls ausdrücklich gesagt.

Dass diese Aussagen, die relative und die absolute, paradox erscheinen, nun denn.

Wer nicht drüber nachdenken mag, soll halt was anderes machen.

Für den ständig von Zweifeln geplagten Menschen, der den Physikern so mir nichts dir nichts ihre Schwarzen Löcher, Gravitationswellen und halbtote Katzen in Kisten glaubt und auch daran, dass er morgen, übermorgen und auch nächstes Jahr noch leben wird und darum das neueste Apple Smartfon kauft, Netflix guckt, irgendeiner Arbeit nachgeht, im Internet surft, Fremdgeht, sich um die Rente sorgt, eine Berufsunfähigkeitsversicherung abschließt, Flüchtlinge für eine Bedrohung und den Islam für eine Gefahr hält und sich in die Hose macht, wenn der Arzt von Krebs spricht -

- für diesen Menschen ist das, was der Buddha glasklar darlegt natürlich schwierig.

Verwirrend.

Religiös.

Kultureller Bimbos.

Eine andere Welt? Ein anderes Leben?

Fragst du mich, ich weiß es auch nicht.

Aber ich sage mir mal so, ganz pragmatisch:

Ich akzeptiere die vom Buddha getätigten Aussagen, dass es weiter geht. Dass es Auswirkungen von Handlungen gibt. Dass es diese „andere Welt“ gibt.

Genau wie ein normal intelligenter Mensch den Physikern schwarze Löcher, Gravitationswellen und halbtote Katzen in Kisten abnimmt.

Mit dem Unterschied zur relativ unwichtigen Physik, dass ich dann keinen Fehler mache.

Wenn ich mich darauf vorbereite auf das, was da auf mich zukommen könnte nach diesem Leben, also Karma berücksichtige und die Möglichkeit in diversen Lebensbereichen geboren zu werden und es ist dann tatsächlich alles weg, wenn dann wirklich ein großes schwarzes Loch ist, wenn dann Nichts und niemand mehr wartet...

...na dann ist ja alles gut.

Doch wenn es tatsächlich in einem relativen, traumgleichen Geschehen, relativ traumgleich weitergeht?

Na, dann bin ich jedenfalls einigermaßen gut vorbereitet besser dran als der, der sich diesem relativen Geschehen verweigert. Der sagt, nach mir die Sinnflut, das große Nichts das schwarze Loch, niente cappuchino.

Oder?

Was meinst du?

Selber nachdenken.

Ohne Scheuklappen, ohne Angst vor der Klippe, ohne Angst vor Widersprüchen.

Der Buddha nannte eine solche Sichtweise, die einen „Buddhisten“ ausmacht, weil da die Komponente "Vertrauen" ins Spiel kommt ganz einfach: „Das Annehmen der heilsamen Alternative“.

Nun denn, ich nehme mal an, der alte Herr wusste was er da redet.

Jedenfalls allemal besser als ich.

Darauf vertraue ich.

Ohne Zweifel.

Also. Mach' was.