

29 Michael von Brück Schmerzensmann und lächelnder Buddha

Vom »Gottesbild« der Buddhisten lernen

Die beunruhigende Frage »Existiert Gott?« stellt sich für den Buddhisten *nicht*, denn er glaubt nicht an einen Gott, der die Welt geschaffen hat und sie auch erhält. Er steht nicht vor dem Problem, das Leiden in der Welt mit einem Gott in Einklang bringen zu müssen, der das Übel nicht verhindert und für den Zweifelnden darum entweder nicht allmächtig oder nicht liebend ist. Der Buddhist hat als Mensch keinen allmächtigen, omnipotenten Konkurrenten im Himmel, der ihm den Platz freier Selbstverwirklichung durch Gebote und Einschränkungen streitig machen würde. Kurz: All die bohrenden Fragen der Religionskritik, die spätestens seit der Aufklärung des europäischen 18. Jahrhunderts das christliche Gewissen plagten, berühren den Buddhisten nicht. Oder scheint es nur so?

Im Buddhismus kommt alles darauf an, daß möglichst jeder Mensch eine direkte Erfahrung von dem hat, was andere Religionen Gott nennen. Der buddhistische Weg besteht zuallererst nicht darin, verschiedene Lehren des Buddha für wahr zu halten, Spekulationen über Ursache und Ziel der Welt anzustellen oder bestimmte Riten zu befolgen, sondern das Bewußtsein durch intensives Training so zu schulen, daß es seinen eigenen Grund entdeckt und dabei die Verunreinigungen von Unwissenheit, Gier und Haß beseitigt. Was bedeutet das? Man vergleicht in Asien das Bewußtsein oft mit einem See voller klaren oder auch weniger klaren Wassers. Der Grund ist nicht sichtbar, weil Wellen unablässig die Oberfläche kräuseln und die Sedimente durch die Wasserbewegung aufgewirbelt werden. Unsere Gedankenbewegungen gleichen diesen Wellen. Ständig ist das Bewußtsein aufgewühlt, beschäftigt mit Inhalten, »gekräuselt« durch Vorstellungen, Empfindungen und Wertungen. Erst wenn all diese Bewußtseinsbewegungen zur Ruhe gekommen sind, kann das Bewußtsein sich selbst erfahren. Während wir normalerweise

immer in den Projektionen leben, die jene Gedankenströme hervorbringen (und die wir für die Wirklichkeit halten), kann ein zur Ruhe gebrachtes Bewußtsein hinter den Schleier dieser Projektionswand blicken. Dabei erfährt es seinen eigenen Grund. Und nun geschieht das, was man im Buddhismus Erleuchtung nennt: Diese Erfahrung im Grund des Bewußtseins *ist* die Lösung aller Rätsel und Ängste, aller psychischen Spannungen und Ungewißheit, damit auch die Auflösung aller oberflächlich vorgestellten Gottes- und Buddhabilder. Die Wirklichkeit erscheint, wie sie wirklich ist, Friede und unaussprechliche Gewißheit breiten sich aus. Das wahrnehmende Bewußtsein und »die Welt« sind dann nicht zwei gegensätzliche Wirklichkeiten, sondern sie spiegeln einander in dem einen Strom gültigen Lichtes. Man kann dies nicht beschreiben, weil Sprache an die »Kräuselungen der Gedanken« gebunden ist, von denen wir sprachen. Das Glück im Innern zu finden, durch Bewußtseins-training die ichhaften Projektionen des Gemüts zur Ruhe zu bringen, den Frieden innen erstrahlen zu lassen, um ihn dann nach außen weiterzuleiten, das ist der tiefste Grund buddhistischer Lebenspraxis.

Gleichzeitig aber, und das ist wichtig zu betonen, verlieren sich die buddhistischen Meditationsmeister nicht im Irrationalen oder in einer weltabgewandten Innerlichkeit. Neben der eigentlichen Meditationspraxis fasziniert am Buddhismus die subtile Beschreibung psychischer Vorgänge, die genaue Kenntnis von Wechselwirkungen innerhalb des geistig-psychisch-mentalen Geschehens, die in Beobachtung gründende und rational dargestellte Psychologie, die im Vergleich der Kulturen einzigartig ist. Obwohl zwar schon die Griechen (wie alle alten Völker) dem Traumgeschehen Bedeutung beimaßen, dauerte es in der Entwicklung der europäischen Neuzeit Jahrhunderte, bis neben dem Wachbewußtsein auch das Traumleben erforscht und für die Erkenntnismöglichkeiten des Menschen als bedeutsam erachtet wurde. Im Buddhismus kennt man nun aber außer Wachen und Traum noch weitere Bewußtseinszustände, die

durch Meditation oder auch spontan auftreten können. Sie alle erzeugen ein je spezifisches Bild von der Welt.

Blicken wir also immer nur in den verzerrten Spiegel unserer eigenen Bewußtseinszustände, so daß die Wirklichkeit grundsätzlich unerkennbar wäre? Ganz und gar nicht. Die Kenntnis der Zusammenhänge und Bedingungen für diese Zustände sagt etwas über die allgemeine Struktur der Wirklichkeit aus. Eine Schicht liegt gleichsam über der anderen. So wie materielle Vorgänge in unterschiedlicher Komplexität organisiert sind, werden geistige Vorgänge durch ihren Subtilitätsgrad, das heißt ihre gegenseitige Durchdringung und Vernetzung, nicht nur ein je komplexeres Bild von der Wirklichkeit abgeben, sondern eine solche komplexe Wirklichkeit hervorbringen. Die vollkommene Verdichtung oder Einswerdung unterschiedlicher Bewußtseinsströme ist in der Buddhaschaft erreicht, die somit gleichsam rational-transrational genannt werden kann.

Dies alles kann man in Büchern nachlesen, vielleicht auch in Meditationskursen praktizieren. In meiner Begegnung mit verschiedenen buddhistischen Kulturen ist mir aber deutlich geworden, daß es die Menschen selbst sind, solche, die ihr Leben nach diesen Erfahrungen und Erkenntnissen einzurichten versuchen, die eigentlich die Quelle des Lernens für mich waren und sind. Übertreffenden Persönlichkeiten kann man überall begegnen, und ob dies heute seltener als in früheren Zeiten der Fall ist, vermag ich nicht zu beurteilen. Authentische Persönlichkeiten, Lebensvorbilder oder priesterliche Figuren, also lebende Brücken zu dem Ufer der eigentlichen und wahrhaft entfalteten Natur des Menschen, sind immer kostbar; und das Kostbare ist selten. Aber das Erstaunliche ist, daß diese Menschen prägend oder maßgebend für ganze Kulturepochen oder Menschengruppen sein können. Im Zeitalter demoskopischer Einebnung von Charakteren scheinen wir dies oft zu vergessen. In buddhistischen Ländern habe ich nicht wenige solcher Persönlichkeiten getroffen, und daß die Begegnung echt war, erweist sich daran, daß sie ein Licht im Herzen angezündet hat, das lange brennt, auch wenn es

allmählich zu verblassen droht, wenn nicht eigene Meditationspraxis die Flamme am Leben erhält! Tenzin Gyatso, der XIV. Dalai Lama, ist solch eine Persönlichkeit, ein Meditationsmeister der Kagyü-Tradition des tibetischen Buddhismus in den Bergen bei Darjeeling in Nordindien eine andere, ein Zen-Meister am Rande der japanischen Millionenstadt Kyoto eine dritte, aber auch der Bauer am Wegrand, der auf dem Weg zum Mount Everest eine zeitlang neben mir herging und seine Gebete murmelte, angesichts des herrlichen Blickes auf die schneebedeckten Bergriesen plötzlich aufschaute und mir in die Augen blickte. Oder die Nonnen, die einsam in einer bitterarmen Hütte getreu ihre Meditationsübungen neben der schweren Hausarbeit verrichten, nein, die *im* Wasserschleppen und *im* Holzspalten eine innige Heiterkeit verbreiten, die mich daran erinnern sollte, wie ich mir als Kind das Spielen der Engel im Himmel vorgestellt habe.

Gerade indem er sowohl theoretisch als auch praktisch das Ich überwindet, findet der Buddhist nicht selten zur Ausbildung einer Strahlkraft, die wir Persönlichkeit nennen. Die Überwindung der ichhaften Projektionen, die Begehren, Hassen und eine verkehrte Wahrnehmung der Welt verursachen, ist der Kern des buddhistischen Weges.

Was diese Werte, die menschliche Einstellung zu anderen Wesen, Güte und Barmherzigkeit, betrifft, so kommt die christliche Botschaft den buddhistischen Lehren sehr nahe. Darum kann sich der Christ vom Buddhismus nicht nur geistig anregen lassen, sondern er kann in seinem Glauben und Leben an Tiefe gewinnen, wenn er die buddhistischen Einsichten ernst nimmt und im eigenen Leben anwendet. Ich möchte dies in vier Bereichen darstellen, die für mein eigenes Leben wesentlich gewesen sind und wohl auch bedeutungsvoll bleiben werden:

Das Leben Jesu, wie es in den Evangelien beschrieben wird, ist eine wunderbare Ermutigung. Es besagt, daß wahres Menschsein möglich ist, wenn wir ihm folgen und dabei auf Gottes Führung vertrauen. Aber wie schwer ist es, dies wirklich zu praktizieren! Es gibt äußere und innere Hindernisse, vor allem aber ist es der

»alte Adam«, der uns im Wege steht. Gelingt es, ihn zu überwinden, bedeutet das eine Befreiung aus starken Fesseln oder aus dem Käfig der Ichhaftigkeit. Die buddhistische Meditationspraxis lehrt Wege, diese Fesseln allmählich aufzuweichen, vielleicht gar zu sprengen. Was uns oft nur als Forderung vor Augen steht, wird hier zu einem begehbaren Pfad. Gewiß, der Christ weiß, daß dies alles eine Wirkung der Gnade Gottes ist. In dem Maße aber, in dem ich das ständige Verhaftetsein im eigenen Ich überwinde, öffne ich mich der Gnade, die gleichsam auf mich wartet. Der Buddhismus lehrt, psychologisch äußerst geschickt, Mittel, den langen Weg zur spirituellen Reife in Teilschritte aufzulösen. Wer einen Schritt getan hat, faßt Mut für den zweiten. So wächst das Vertrauen und damit auch die Möglichkeit, froher zu werden. Innere Heiterkeit kennzeichnet die buddhistische Meditation, wenn sie echt und wirklich gelöst ist, und davon möchte ich als Christ lernen.

Die Liebe Gottes kann tatsächlich zu einer unerschütterlichen inneren Erfahrung werden. Der Zweifel schwindet, und das geistige Auge sieht, daß alles gut ist. Nicht im billigen Sinn, wo das Böse in der Welt, vor allem im eigenen Herzen, bagatellisiert würde. Nein, im teuren Sinn, wo die Erfahrung des inneren Lichtes zur *Aufgabe* wird, im sozialen und ökologischen Bereich Dunkelheit, Unrecht und Ausbeutung tatsächlich zu beseitigen. Aber wer Ärger und Haß sät, erntet Ärger und Haß. Deshalb ist die Tat aus innerer Gelassenheit und freudiger Gelöstheit stärker als die bloße *Reaktion* auf das Unrecht. Nicht Reaktion, sondern Aktion aus der erfahrenen Fülle ist wirkungsträchtig. Selbstverständlich hat man das in der christlichen Geschichte immer gewußt, aber dieses Wissen praktisch zu verwirklichen, hilft uns der Buddhismus heute ungemein.

Der Buddha spricht nicht von Gott. Jeder Begriff, jedes Bild ist ihm verdächtig: Bilden sich hier nicht Wünsche ab, Projektionen unerfüllten Verlangens, wie die Religionskritik nicht erst seit dem 19. Jahrhundert gewiß zu Recht bemerkt? Viele Christen haben die Analysen Feuerbachs, Nietzsches und Freuds mit Entsetzen, vor allem mit Angst um die eigene Identität, abge-

wehrt. Denn was bleibt dann? Der Mensch allein im Universum, gestellt ins Nichts, in die öde der Nacht von Sinnlosigkeit? Gibt es dann Hoffnung? Seien wir ehrlich, wer wäre nicht von solchen Anfechtungen befallen – »Ich glaube, hilf meinem Unglauben«, betete Martin Luther und sprach damit wohl aus unser aller Tiefe die Sprache der Wahrheit.

Und nun der Buddha, der Feuerbach weithin recht geben würde: Dein Gottesbild ist *dein* Gottesbild, deshalb laß es fallen. Laß dich so tief fallen, daß du dein Ich, dein Leben, auch dein Gottesbild verlierst. In diesem Sterben leuchtet das Licht auf, das durch das Spiel deines Bewußtseins verdeckt war.

So ähnlich sprach auch ein anderer, Jesus, wenn er auch daran festhielt, seinen Vater im Himmel beim Namen zu nennen. Beide Haltungen sind verschieden und bleiben es auch, vielleicht schließen sie *gleichzeitig* einander aus. Ich selbst habe aber die Erfahrung gemacht, daß zuzeiten die Aufhebung der einen durch die andere Raum und Weite in der Tiefe der Seele geschaffen hat, wo sonst allzu oft Gewohnheit und geistige Trägheit sich breitmachten. Ich glaube, daß das Gebet zum »Vater im Himmel« wie auch das Fallenlassen aller Gottesbilder zu je verschiedenen Zeiten eine reinigende Wirkung hat. Beide in Spannung zusammenzuhalten, kann sich als fruchtbar erweisen.

Nichts kann uns scheiden von der Liebe Gottes, sagt Paulus: auch nicht unsere Gottesbilder. Wer gelernt hat, alle Bilder fallenzulassen, entdeckt den »Christus in uns«, der sich gewiß in Bildern, konkreten Empfindungen, sehr bestimmten Glaubensinhalten manifestiert, der uns aber die Freiheit gibt, nichts von all dem festzuhalten. Wo das Festhalten schwindet, schwindet die Angst (vor dem möglichen Verlust). Wo aber die Angst schwindet, ist unerschütterliche Gewißheit.

Wer etwa mit tibetischen Buddhisten zusammengelebt hat, weiß, wovon ich spreche. In der Begegnung zwischen Christen und Buddhisten geht es auch darum, daß wir uns gegenseitig helfen, befreiende Gewißheit zu erfahren. Nichts kann uns scheiden von der Liebe Gottes – um den Grund dieses ungeheuren Satzes zu beleuchten, können wir getrost alle Gottesbil-

der fallenlassen, um in der Leere die vollkommene Fülle, nicht die vom Ich fabrizierte, zu vernehmen.

Der Schmerzensmann am Kreuz und der lächelnde Buddha im Lotossitz sind Gegensätze, wie sie schärfer nicht dargestellt werden könnten. Oder doch nicht? Vielleicht sind es Akzente, Gegensätze sogar, die wir zu integrieren hätten? Daß der historische Jesus und der historische Gautama sowohl in bezug auf Persönlichkeit als auch soziale Umgebung äußerst unterschiedlich waren, unterliegt keinem Zweifel. Aber was bedeutet dies für *uns*? Könnten nicht hier und dort Paradigmen des Menschlichen ausgesprochen sein, die absolut wahr und darum göttlich sind? *Absolute* Wahrheit ist aber wirksam nur dort, wo sie konkret wird, also *relativ*, bezogen auf die jeweilige Situation. Könnten die Hingabe des Lebens für die anderen am Kreuz und die innere Erfahrung der Vereinigung aller Bewußtseinskräfte, die sich im seligen Lächeln abbildet, nicht zwei Aspekte des einen menschlichen Weges sein, der in die Wahrheit führt, weil er schon immer von der Wahrheit umfassen ist?

Der johanneische Jesus verkündet, daß er der Weg, die Wahrheit und das Leben ist. Die Wahrheit ist kein abstraktes Konzept, kein Lehrsatz, auch kein Gottesbild, sondern er *ist* eine konkrete Person, also der wahrhaftig gelebte Weg eines authentischen Herzens. In jeder Situation neu und konkret. Die Tränen des Schmerzes und der Angst sind das Signum dieses Weges in einer Welt der Gier und Ungerechtigkeit. Aber der da sagt: »Fürchtet euch nicht . . . ich habe die Welt überwunden«, sagt es lächelnd, in wunderbarer Gewißheit, die auch die Lippen Gautama Shakyamunis am Ganges umspielt.

Weg bedeutet Wachstum, sich an nichts klammern, auch an kein Gottesbild. Wer den Mut hat, loszulassen, kann die Kraft erfahren, die in *jedem* echten »Gottesbild« schlummert. Es kommt nicht auf das Bild an, sondern auf die Erweckung dieser Kraft, die denjenigen, der sie erfährt, zu einem Werkzeug des Friedens umschneidet. Das, so scheint mir, verbindet den Schmerz und das Lächeln. Das läßt Bruder Jesus und Bruder

Gautama einander umarmen, wie der Heilige Franz von Assisi
gewiß gesagt haben würde . . .