



Die Essenz von Buddhas Lehre*

Das Dharma** ist so einfach und unmittelbar, wenn du es einmal verstanden hast. Wenn angenehme Dinge erscheinen, verstehe, dass sie leer sind. Wenn unangenehme Dinge erscheinen, verstehe, dass sie weder „du“ sind noch „dir“ gehören: sie vergehen. Wenn du dich nicht auf Phänomene beziehst als „du“ oder „dein“ oder dich als ihren Besitzer ansiehst, kommt der Geist ins Gleichgewicht. Dieses Gleichgewicht ist der korrekte Pfad, die korrekte Lehre des Buddha, die zur Befreiung führt. Oft werden Leute ganz aufgeregt – „Kann ich den oder jenen Level von Samadhi*** erreichen?“ Oder „Welche Fähigkeiten kann ich entwickeln?“ Sie springen damit voll-ständig über die Lehre Buddhas hinweg in einen Bereich, der nicht hilfreich ist. Der Buddha wird in den einfachsten Dingen unmittelbar vor dir gefunden, wenn du bereit bist hinzuschauen. Und das Wesen dieses Gleichgewichts ist ein Geist, der nicht auf der Lauer liegt, um irgendetwas zu ergreifen.

* Achaan Chah (1918 – 1992) war ein thailändischer theravada-buddhistischer Mönch, Gründer des Klosters Wat Pa Phong. Ab den 1970er-Jahren wuchs sein Ruf, ein ausgezeichnete Lehrer auch für westliche Theravada-Mönche zu sein, stetig an. Dies führte zu einer Reihe Gründungen von Klöstern in Europa, den USA, Australien und Neuseeland, die sich auf ihn berufen. Der Text stammt aus seinem Buch: A Still Forest Pool. Wheaton (USA) und Chennai (India), 2016¹², S. 152.

** das universelle Gesetz, die Wahrheit; sodann die Lehren des Buddha davon; schließlich die Elemente, aus denen der Prozess des Erfahrens besteht.

*** Samadhi bedeutet Sammlung, Konzentration, Einsgerichtetheit; davon werden unterschiedliche Level unterschieden. Samatha ist die Meditationsweise, die zu Samadhi hinführt und die der Buddha lehrte: friedvolles Verweilen. Eine Weiterentwicklung von Samatha ist Vipassana (Erkenntnis-Meditation)

Joh 14, 19-24

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Jüngern:

¹⁹Nur noch kurze Zeit und die Welt sieht mich nicht mehr; ihr aber seht mich, weil ich lebe und auch ihr leben werdet. ²⁰An jenem Tag werdet ihr erkennen: Ich bin in meinem Vater, ihr seid in mir und ich bin in euch.

²¹Wer meine Gebote hat und sie hält, der ist es, der mich liebt; wer mich aber liebt, wird von meinem Vater geliebt werden und auch ich werde ihn lieben und mich ihm offenbaren.

²²Judas - nicht der Iskariot - fragte ihn: Herr, wie kommt es, dass du dich nur uns offenbaren willst und nicht der Welt?

²³Jesus antwortete ihm: Wenn jemand mich liebt, wird er mein Wort halten; mein Vater wird ihn lieben und wir werden zu ihm kommen und bei ihm Wohnung nehmen.

²⁴Wer mich nicht liebt, hält meine Worte nicht. Und das Wort, das ihr hört, stammt nicht von mir, sondern vom Vater, der mich gesandt hat.