

GATSAL

Belehrung



Gedanken und Umwelt

by
Jetsunma
Tenzin Palmo

Die erste Zeile des Dhammapada besagt, dass alles aus dem Geist hervorgeht, dass alles aus Geist besteht. Wir leben in einer Welt der Gedanken – alles was wir innen oder außen wahrnehmen, hängt von unserer Bewusstsein ab. Ohne Bewusstsein gleichen wir einem Leichnam. Die Gedanken bewegen sich nicht nur in unserem Körperinneren sondern strahlen in alle Richtungen aus, sie durchdringen und beeinflussen unsere Umwelt, jeden dem wir begegnen und sogar die Luft die wir atmen.

Vor einigen Jahren lebte ich in der Hügellandstadt Assisi, wo bei den dortigen mit dem Heiligen Franziskus verbundenen heiligen Stätten trotz der allgegenwärtigen Kommerzialisierung und der Horden von Touristen eine fast körperlich spürbare Aura der Spiritualität herrscht, die ihre Wirkung sogar auf oberflächlich interessierte Besucher nicht verfehlt. Immer wieder traf ich Menschen, die mir erzählten, dass sie als einfache Reisende zwischen Rom und Florenz bei Besuchen in Assisi völlig überraschend intensive Gefühle inneren Friedens, der Ekstase oder spirituelle Einsichten erfahren. In manchen Fällen gaben diese Erfahrungen dem Leben der

Erzähler eine neue Richtung.

Aus solchen Gründen suchen viele Zuflucht in bestimmten Kirchen oder Tempeln, die anscheinend Frieden und Heiligkeit ausstrahlen. Weil ihre Gegenwart Segen bringt und ein Gefühl des Friedens, auch wenn sie kein einziges Wort sagen, haben die Menschen in jedem Zeitalter und in allen Ländern die Gesellschaft von Heiligen und Weisen gesucht. Unser konzeptuelles Denken kann diese Gnade nicht fassen, sie wird auf einer viel tieferen Ebene unseres Wesens erfahren, sie ist etwas das wahrgenommen aber nicht ausgedrückt werden kann.

Wenn man im Gegensatz dazu Auschwitz besucht wird man auch ohne Kenntnis seiner entsetzlichen Geschichte von der Schwere und der Verzweiflung in der Atmosphäre überwältigt sein. Wer hat nicht schon erlebt wie er beim Betreten eines Raumes, der großes Leiden gesehen hat, von einem Gefühl der Bedrückung heimgesucht wurde.

Seit der Zeit des Buddha ist es eine traditionelle Praxis Gedanken der liebenden Güte (Maitri) ins Universum zu

allen fühlenden Wesen zu schicken, wünschend dass sie alle wohlauf und glücklich sein mögen. „Fühlendes Wesen“ bedeutet jede bewusste Kreatur, ob sichtbar oder unsichtbar. Sichtbare Kreaturen sind nicht nur Menschen sondern alle Arten von Tieren, die auf oder unter der Erde, in der Luft oder in den Meeren und Flüssen leben. Dazu gehört auch das Königreich der Insekten. Unsichtbare Kreaturen sind die Bewohner der verschiedenen Himmels- und Höllenbereiche, der Welt der Geister und Naturgeister und so weiter.

Wenn wir also Gedanken der liebenden Güte aussenden schließen wir damit alle Wesen auf diesem Planeten ein und dann alle Bewohner anderer Planeten und anderer Daseinsbereiche da draußen. In dieser Klassifikation ist pflanzliches Leben nicht eingeschlossen, wohl aber die Naturgeister. Und zwar weil den Pflanzen traditionell das Bewusstsein abgesprochen wurde. Pflanzen scheinen aber doch auf Gedanken und Worte zu reagieren. Pflanzen gedeihen bei liebevoller Pflege und in einer Umgebung in der Gedanken der Liebe und Hinwendung auf sie gerichtet werden oder wenn man nett mit ihnen spricht. Ebenso welken sie und zeigen kränklichen Wuchs wenn sie böse Gedanken oder harte Worte erhalten. Natürlich ist es schwer zu sagen, ob dabei die Pflanze selbst reagiert oder der zu ihr gehörige Naturgeist.

Vom Standpunkt des Mahayana Buddhismus aus betrachtet sind all unsere Erfahrungen, die inneren wie die äußeren, eine Ausdruck unseres Geistes. Das bedeutet, dass wir alles mittels unseres Geistes gewahren. Alles was wir über unsere Sinne – Augen, Nase, Ohren, Zunge, Körper und den Geist selbst – wahrnehmen, hängt vom Bewusstsein ab. So mag das Augenorgan ein Objekt wahrnehmen, das dann über das Augenbewusstsein empfangen und vom Geist interpretiert wird. Wo es kein Bewusstsein gibt, gibt es keine Wahrnehmung. Das gilt auch für den sechsten Sinn des Geistes selbst, mit seinen Gedanken, Erinnerungen, Konzepten, Emotionen und dem endlosen Theater unserer Innenwelt.

Außerhalb dieses Zusammenspiels von Sinnen, ihren Objekten und dem Bewusstsein kann nichts gewusst werden. So wird ganz klar wie subjektiv unsere Beziehung zu dem uns umgebenden Universum wirklich ist. Außerdem hat jeder schon erlebt wie die Welt um uns durch Stimmungsschwankungen scheinbar völlig verändert wird. Kaum fühlen wir uns deprimiert wird alles grau und schwer. Wir verlieben uns und schon wirkt der düsterste Tag wie sonnendurchflutet.

Wenn wir also tatsächlich in einer Welt aus geistiger Energie

schwimmen ist es nur sinnvoll dafür zu sorgen, dass diese Energie so positiv wie nur irgendwie möglich ist. Negative Gedankengebilde werden in und um uns negative Reaktionen auslösen. Dass das ganz praktische Auswirkungen hat, können wir tagtäglich in unserer Welt, die dermaßen an die Kultivierung der drei giftigen Einstellungen von Gier, Missgunst und Verwirrung hingegeben ist, beobachten. Da unsere Absichten die Wurzeln unserer Taten sind, wird eine von Gier und Selbstsucht motivierte Tat höchstwahrscheinlich nicht zu Frieden und Harmonie führen. Die Gier und Unersättlichkeit der Menschen, kombiniert mit einem grundlegenden Mangel an Voraussicht oder Verantwortungsbewusstsein, hat zu der tragischen Notlage unserer ständigen Kriege und Konflikte, verheerten Umwelt und den extremen Störungen des Klimas und so weiter geführt. Diese Katastrophen haben ihren Ursprung in unserem ungezügelter Geist. Gemäß der hergebrachten indischen Gedankenwelt erblüht die Natur samt Ernten, Wetter, dem Vieh etc. wenn die Menschen in Harmonie leben und sich in grundlegendem ethischen Verhalten üben. Krankheiten, Dürren, Überschwemmungen und andere Katastrophen häufen sich dort, wo die Moral der Bewohner verkommen ist und die natürlichen Regeln nicht mehr länger beachtet werden.

Manchmal scheint unsere heutige Welt in Dunkelheit und Unwissenheit getaucht zu sein, hingegeben an Selbstbefriedigung und nur ins Selbst vertieft (sogar in den sogenannten „spirituellen“ Kreisen) und noch nie war echte Weisheit und – wie es Seine Heiligkeit der Dalai Lama nennt – universales Verantwortungsbewusstsein so dringend von Nöten. In dieser Finsternis kann sogar ein kleines Licht weithin leuchten. Unsere Gedanken beeinflussen in der Tat unsere Umwelt zum Guten oder Schlechten. Darum liegt es an uns danach zu trachten, dass zumindest unser Beitrag ein positiver ist. Eine einzelne Person kann so viele andere beeinflussen und so viel erreichen. Jeder einzelne von uns ist dafür verantwortlich seine Umgebung und alle mit denen er in Kontakt kommt, aufzurichten. Niemand kann uns das abnehmen. Wenn wir alle ernsthaft danach streben ein gutes Herz zu entwickeln, wird alles und jeder davon einen Vorteil haben.

Da wir also im Königreich des Geistes leben, ist es sehr sinnvoll hierin ein friedliches und harmonisches Reich zu erschaffen. Wenn wir uns und anderen Glück bringen wollen, müssen wir genau hier bei uns anfangen. Ein gezügelter Geist bringt Glück und ein ungezügelter Geist bringt Sorgen und Chaos. So einfach ist das. Letztlich liegt die Entscheidung bei uns.