

Zweifel ist ein Hindernis.

Tatsächlich?

- Anmerkungen zu *vicikicchā* -

Von Bernd Golz

für die BGM

2019

Titel: Zweifel ist ein Hindernis. Tatsächlich?

Autor: Bernd Golz

NUR ZUR FREIEN VERTEILUNG

Kontakt/Bestellungen: bgm@buddhismus-muenchen.de

Herausgeberin: Buddhistische Gesellschaft München e.V.

© 2019

Der Skeptiker verbringt sein Leben in Zweifelhaft.

Abkürzungen:

MN - Majjhima Nikāya
SN - Samyutta Nikāya
AN - Anguttara Nikāya
Snip - Sutta Nipata

Vorwort

Und wieder erscheint ein neues Heft - als stünde nicht bereits genug Lesematerial zur Verfügung. Dem stimme ich durchaus zu. Und trotzdem...

Die Lehre Buddhas erschließt sich nun mal über „das Wort des anderen“. Das ist in der Regel das Wort des Erhabenen selbst, so wie es in den Lehrreden überliefert wurde. Aber bereits hier haben wir das Problem der Übersetzung. Kaum jemand wird noch zur Neumann'schen Ausgabe der Majjhima Nikāya greifen. Aber selbst Ajahn Mettiko (ehem. Kai Zumwinkel) sagte einmal in einem Vortrag, dass er nicht alle vier bis fünf Jahre die Mittlere Sammlung neu übersetzen kann, nur weil sich sein Erkenntnisstand weiterentwickelt hat.

Auch verändert sich der Sprachgebrauch im Laufe der kulturellen Entwicklung. Ob sich junge Menschen von den Schriften eines Paul Debes noch im gleichen Maß angesprochen fühlen, wie vorangegangene Generationen?

Das Dhamma bleibt nur lebendig, wenn es von Zeitgenossen vorgelebt und auch im aktuellen Kontext vorgestellt wird, ansonsten verkommt es zur toten Bücherlehre.

Da durch den begrenzten Zeitrahmen eines Vortrags ein Thema immer nur angerissen werden kann, entspreche ich dem Wunsch einiger Hörer (m/w/divers, püschlig oder sonstig) welche behaupten, besser lesen als hören zu können und lege hiermit diverses Gesagtes in schriftlicher Form ausführlicher dar.

Wie immer gilt: Jeder Vortrag, jede schriftliche Veröffentlichung zur Lehre des Erhabenen kann nur eine Einladung sein, einen Sachverhalt einmal aus einem bestimmten Winkel zu betrachten. Also ein Angebot zur Reflexion.

Dieses Reflexionsangebot anzunehmen ist natürlich mühsamer als die dargelegten Überlegungen einfach abzunicken oder kopfschüttelnd zu verwerfen. Wenn Sie tatsächlich davon profitieren wollen, ist mehr gefragt als nur Halswirbelgymnastik.

Wer mehr zum Thema Hindernisse lesen möchte, dem sei das Buch „Working with the five hindrances“ von Ajahn Thiradhammo ans Herz gelegt. Dort werden, wie der Titel bereits ankündigt, alle Hindernisse ausführlich behandelt. Es ist derzeit nur auf Englisch verfügbar.

Den „elektrischen Lesern“ steht dieses Werk unter <https://forest-sanghapublications.org> zur Verfügung. (Druckexemplare evtl. in den Klöstern der Waldtradition verfügbar.)

Erneut gilt mein großer Dank den beiden Wiesbergers für's Redigieren.

Ist Zweifel tatsächlich ein Hindernis?

Es erscheint durchaus skurril zu behaupten, Zweifel sei kein Hindernis, denn, wenn man in den Lehrreden auf das Thema Hindernisse (*nivāraṇa*) stößt, so erhält man stets folgende Auflistung:

- <i>kāma-chanda</i>	Sinnesgier
- <i>vyāpāda</i>	Übelwollen
- <i>thīna-middha</i>	Mattheit/Trägheit
- <i>uddhacca-kukkucca</i>	Ruhe-/Rastlosigkeit
- <i>vicikicchā</i>	Zweifel

Und so steht auch im Pāli-Deutsch Wörterbuch von Santuṭṭho Bikkhu unter *vicikicchā*: Unsicherheit, Ungewissheit, (skeptischer) Zweifel.

Ebenso das Verb *vicikicchāti*: im Unklaren sein, zweifeln, zögern.

Auch bei den sog. Fesseln oder besser: Verstrickungen (*samyojana*) wird als zweite *vicikicchā* genannt.

Vicikicchā ist eindeutig als ein Hindernis anzusehen und *vicikicchā* wird stets mit Zweifel übersetzt - ergo ist Zweifel ein Hindernis.

Ende der Debatte.

Ist es tatsächlich so simpel?

Wenn wir uns mit schlichter Übersetzungsarbeit begnügen, mag das so sein. Aber vielleicht liegt genau hier das Problem: Zweifel ist eben kein so eindeutiger Begriff, wie er das im alltäglichen Sprachgebrauch zu sein scheint.

Hier setze ich noch eine gewagtere These obenauf, nämlich dass ohne Zweifel überhaupt keine Dhammapraxis möglich ist und wir die großartige Lehre einem Menschen verdanken, den man zweifelsohne (sic!) als den größten Zweifler der Menschheitsgeschichte bezeichnen kann.

Sehen wir uns dazu die Entwicklungsgeschichte des Herrn Gautama jun. zum Buddha einmal etwas genauer an. Ein junger Mann wuchs in einem reichen und mächtigen Fürstengeschlecht heran:

Sorgenlos lebte ich, ihr Mönche, höchst sorgenlos, äußerst sorgenlos. In der Wohnung meines Vaters hatte man für mich Lotusteiche anlegen lassen; an einer Stelle blühten blaue Lotusblumen, an einer Stelle weiße, an einer Stelle rote; und dies bloß um meinetwillen. Nicht benutzte ich andere Salben, als solche aus Benares. Aus Benaresstoff war mein

Turban, aus Benaresstoff meine Jacke, aus Benaresstoff mein Untergewand, aus Benaresstoff mein Überwurf. Tag und Nacht wurde ein weißer Schirm über mich gehalten, damit ich nicht durch Kälte, Hitze, Staub, Grashalme oder Tau belästigt werde. Drei Paläste besaß ich, einen für den Winter, einen für den Sommer und einen für die Regenzeit. Im Regenzeit-Palaste war ich während der vier Monate ausschließlich von weiblichen Musikanten umgeben, und nicht verließ ich während dieser Zeit den Palast. Während in den Häusern anderer den Dienern und Knechten ein Gericht aus Bruchreis gereicht wird und als zweites eine saure Reissuppe, so wurde im Hause meines Vaters den Knechten und Dienern ein aus gutem Kochreis und Fleisch bestehendes Gericht verabreicht. (AN III, 39)

Offensichtlich wusste der Vater seinen Sohnmann zu schätzen, denn dies klingt nicht nach Kinderarbeit, Entbehrung und Mühsal. Entsprechend hätte wohl auch die Zukunft des angehenden Erben ausgesehen, wenn nicht so etwas wie Zweifel an ihm genagt hätte:

„Ihr Bhikkhus, vor meiner Erleuchtung, als ich noch ein lediglich unerleuchteter Bodhisatta war, war auch ich der Geburt unterworfen und suchte, was ebenfalls der Geburt unterworfen war; war auch ich dem Altern, der Krankheit, dem Tode, dem Kummer und der Befleckung unterworfen und suchte, was ebenfalls dem Altern, der Krankheit, dem Tode, dem Kummer und der Befleckung unterworfen war. Dann erwog ich folgendes: „Warum suche ich, wenn ich selbst der Geburt unterworfen bin, das, was ebenfalls der Geburt unterworfen ist? Warum suche ich, wenn ich selbst dem Altern, der Krankheit, dem Tode, dem Kummer und der Befleckung unterworfen bin, das, was ebenfalls dem Altern, der Krankheit, dem Tode, dem Kummer und der Befleckung unterworfen ist?“

Angenommen, ich suche die ungeborene höchste Sicherheit vor dem Gefesseltsein, *Nibbàna*, weil ich selbst der Geburt unterworfen bin und die Gefahr in dem, was der Geburt unterworfen ist, erkannt habe; ich suche die nicht alternde, nicht krankende, todlose, kummerfreie, unbefleckte höchste Sicherheit vor dem Gefesseltsein, *Nibbàna*, weil ich selbst dem Altern, der Krankheit, dem Tode, dem Kummer und der Befleckung unterworfen bin und die Gefahr in dem, was dem Altern, der Krankheit, dem Tode, dem Kummer und der Befleckung unterworfen ist, erkannt habe.

Später, immer noch in jungem Alter, als schwarzhaariger junger Mann, mit Jugendlichkeit gesegnet, in der Blüte meines Lebens, rasierte ich mir Kopf- und Barthaar ab, zog die gelbe Robe an und ging von zu Hause fort in die Hauslosigkeit, obwohl meine Mutter und mein Vater das nicht wünschten und mit tränenüberströmtem Gesicht weinten.“ (MN 26)

Also machte er sich auf die Suche nach einem geeigneten Lehrer und wurde nicht nur fündig, sondern auch schnell sehr erfolgreich:

„Ihr Bhikkhus, nachdem ich in die Hauslosigkeit gezogen war, auf der Suche nach dem Heilsamen, auf der Suche nach dem höchsten Zustand erhabenen Friedens, ging ich zu Alàra Kàlàma und sagte zu ihm: ‚Freund Kàlàma, ich will das heilige Leben in diesem Dhamma und dieser Disziplin führen.‘ Alàra Kàlàma erwiderte: ‚Der Ehrwürdige möge hier bleiben. Dieses Dhamma ist so beschaffen, dass ein weiser Mann in kurzer Zeit darin eintreten und verweilen kann, wobei er durch höhere Geisteskraft die Lehre seines Lehrers selbst verwirklichen kann.‘ Schnell lernte ich jenes Dhamma in kurzer Zeit. Was das bloße Hersagen und Einüben seiner Lehre anbelangte, so konnte ich aus dem Wissen und der Gewissheit heraus sprechen, und ich erhob den Anspruch: ‚Ich weiß und sehe‘ - und es gab andere, die es mir gleichtaten.“ „Ich erwog: ‚Es geschieht nicht allein aus bloßem Vertrauen heraus, dass Alàra Kàlàma verkündet: ›Durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft trete ich in dieses Dhamma ein und verweile darin.‹ Gewiß weilt Alàra Kàlàma, indem er dieses Dhamma weiß und sieht.‘ Dann ging ich zu Alàra Kàlàma und fragte ihn: ‚Freund Kàlàma, auf welche Weise verkündest du, dass du durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft in dieses Dhamma eintrittst und darin verweilst?‘ Als Antwort erklärte er das Nichtsheit-Gebiet.“ „Ich erwog: ‚Nicht nur Alàra Kàlàma hat Vertrauen, Energie, Achtsamkeit, Konzentration und Weisheit. Auch ich habe Vertrauen, Energie, Achtsamkeit, Konzentration und Weisheit. Angenommen, ich mache mich daran, das Dhamma zu verwirklichen, von dem Alàra Kàlàma verkündet, dass er durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft darin eintritt und verweilt?‘ „Schnell trat ich in kurzer Zeit durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft in jenes Dhamma ein und verweilte darin. Dann ging ich zu Alàra Kàlàma und fragte ihn: ‚Freund Kàlàma, geschieht es auf diese Weise, dass du verkündest, dass du durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft in dieses Dhamma eintrittst und darin verweilst?‘

- ‚Das ist die Weise, Freund.‘ - ‚Es geschieht auf diese Weise, dass auch ich durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft in jenes Dhamma eintrete und darin verweile.‘ - ‚Es ist ein Gewinn für uns, Freund, es ist ein großer Gewinn für uns, dass wir solch einen Ehrwürdigen als Gefährten im heiligen Leben haben. Also ist das Dhamma, von dem ich verkünde, dass ich durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft darin eintrete und darin verweile, auch das Dhamma, in das du durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft eintrittst und darin verweilst. Und das Dhamma, in das du durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft eintrittst und darin verweilst, ist das Dhamma, von dem ich verkünde, dass ich durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft darin eintrete und darin verweile. Also kennst du das Dhamma, das ich kenne, und ich kenne das Dhamma, das du kennst. So wie ich bin, bist auch du; so wie du bist, bin auch ich. Komm, Freund, lass uns diese Gemeinschaft jetzt gemeinsam leiten.‘ (MN 26)

Das nennt man Karriere! Und trotzdem war da noch der Zweifel:

„So setzte Alàra Kàlàma, mein Lehrer, mich, seinen Schüler, auf gleichen Rang mit sich selbst und erwies mir höchste Ehre. Aber es wurde mir klar: ‚Dieses Dhamma führt nicht zur Ernüchterung, zur Lossagung, zum Aufhören, zum Frieden, zur höheren Geisteskraft, zur Erleuchtung, zum *Nibbàna*, sondern nur zum Wiedererscheinen im Nichtsheit-Gebiet.‘ Weil ich mit jenem Dhamma nicht zufrieden war, ließ ich es zurück und ging fort.“ (MN 26)

Es ist offensichtlich, dass hier nicht ein kleineres Wohl gegen ein größeres getauscht wurde, denn schließlich handelte es sich hier immer noch um einen Suchenden. Aber einen, der die Glückseligkeit und den Frieden des Gebietes der Nichtsheit als ungenügend abtat! Und man beachte: es geht hier nicht um ein einmaliges Erleben eben diesen Gebietes, sondern die Beherrschung davon. Viele eifrig Praktizierende träumen davon, dies wenigstens einmal erleben zu dürfen. Offenbar war der Zweifel daran, dass dies das Ende der Fahnenstange sei, ziemlich groß.

Und wie ging es weiter?

„Ihr Bhikkhus, immer noch auf der Suche nach dem Heilsamen, auf der Suche nach dem höchsten Zustand erhabenen Friedens, ging ich zu

Uddaka Ràmaputta und sagte zu ihm: ‚Freund, ich will das heilige Leben in diesem Dhamma und dieser Disziplin führen.‘ Uddaka Ràmaputta erwiderte: ‚Der Ehrwürdige möge hier bleiben. Dieses Dhamma ist so beschaffen, dass ein weiser Mann in kurzer Zeit darin eintreten und verweilen kann, wobei er durch höhere Geisteskraft die Lehre seines Lehrers selbst verwirklichen kann.‘ Schnell lernte ich jenes Dhamma in kurzer Zeit.

Was das bloße Hersagen und Einüben seiner Lehre anbelangte, so konnte ich aus dem Wissen und der Gewissheit heraus sprechen, und ich erhob den Anspruch: ‚Ich weiß und sehe‘ - und es gab andere, die es mir gleichtaten.“

„Ich erwog: ‚Es geschah nicht allein aus bloßem Vertrauen heraus, dass Ràma verkündete: ›Durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft trete ich in dieses Dhamma ein und verweile darin.‹

Gewiss weilte Ràma, indem er dieses Dhamma wusste und sah.‘ Dann ging ich zu Uddaka Ràmaputta und fragte ihn: ‚Freund, auf welche Weise verkündete Ràma, dass er durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft in dieses Dhamma eintrat und darin verweilte?‘ Als Antwort erklärte Uddaka Ràmaputta das Gebiet von Weder-Wahrnehmung-Noch-Nichtwahrnehmung.“ „Ich erwog: ‚Nicht nur Ràma hatte Vertrauen, Energie, Achtsamkeit, Konzentration und Weisheit. Auch ich habe Vertrauen, Energie, Achtsamkeit, Konzentration und Weisheit. Angenommen, ich mache mich daran, das Dhamma zu verwirklichen, von dem Ràma verkündete, dass er durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft darin eintrat und verweilte?‘ „Schnell trat ich in kurzer Zeit durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft in jenes Dhamma ein und verweilte darin. Dann ging ich zu Uddaka Ràmaputta und fragte ihn:

‚Freund, geschah es auf diese Weise, dass Ràma verkündete, dass er durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft in dieses Dhamma eintrat und darin verweilte?‘ - ‚Das ist die Weise, Freund.‘

- ‚Es geschieht auf diese Weise, dass auch ich durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft in jenes Dhamma eintrete und darin verweile.‘ - ‚Es ist ein Gewinn für uns, Freund, es ist ein großer Gewinn für uns, dass wir solch einen Ehrwürdigen als Gefährten im heiligen Leben haben. Also ist das Dhamma, von dem Ràma verkündete, dass er durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft darin eintrat und darin verweilte, auch das Dhamma, in das du durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft eintrittst und darin verweilst.

Und das Dhamma, in das du durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft eintrittst und darin verweilst, ist das Dhamma, von dem Ràma verkündete, dass er durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft darin eintrat und darin verweilte. Also kennst du das Dhamma, das Ràma kannte, und Ràma kannte das Dhamma, das du kennst. So wie Ràma war, bist auch du; so wie du bist, war auch Ràma.

Komm, Freund, leite jetzt diese Gemeinschaft.’, „So setzte Uddaka Ràmapputta, mein Gefährte im heiligen Leben, mich auf den Rang eines Lehrers und erwies mir höchste Ehre. Aber es wurde mir klar: ‚Dieses Dhamma führt nicht zur Ernüchterung, zur Lossagung, zum Aufhören, zum Frieden, zur höheren Geisteskraft, zur Erleuchtung, zum *Nibbàna*, sondern nur zum Wiedererscheinen im Gebiet von Weder-Wahrnehmung-Noch-Nichtwahrnehmung.’ Weil ich mit jenem Dhamma nicht zufrieden war, ließ ich es zurück und ging fort.“ (MN 26)

Das gleiche Spiel also noch einmal. Bereits der Begriff „Weder-Wahrnehmung-Noch-Nichtwahrnehmung“ sprengt die Vorstellungskraft der meisten Menschen. Aber hier war jemand, der dies nicht nur erlebte, sondern nach Belieben in diesen Zustand eintreten und verweilen konnte. Und doch: der Zweifel daran, ob dies nun alles sein sollte, war größer.

Also machte er sich erneut auf die Suche. Nachdem er die weltlichen Sinnesgenüsse angezweifelt hatte, danach selbst am übersinnlichen Glück zweifelte, versuchte er sich nun in strengster Askese:

Ich nahm einmal täglich Essen zu mir, alle zwei Tage, alle drei Tage, alle vier Tage, alle fünf Tage, alle sechs Tage, alle sieben Tage; und so weiter, bis zu einmal alle zwei Wochen, beschäftigte ich mich mit der Praxis, Essen nur in festgelegten Abständen zu mir zu nehmen. Ich aß Laub oder Hirse oder wilden Reis oder Rindenspäne oder Moos oder Reisspelzen oder Reisabfall oder Sesam-Mehl oder Gras oder Kuhdung. Ich lebte von Wurzeln und Früchten des Waldes, ich ernährte mich von Fallobst. Ich kleidete mich in Hanf, in hanfhaltigen Stoff, in Leinentücher, in Lumpen vom Müll, in Baumrinde, in Antilopenfell, in Fetzen von Antilopenfell, in Gewirke aus Kusa-Gras, in Gewirke aus Baumrinde, in Gewirke aus Hobelspänen, in Wolle aus Menschenhaar, in Wolle aus Tierhaar, in Eulenflügel. Ich war jemand, der sich die Haare und den Bart ausreißt, der die Praxis des Haare- und Bartausreißen ausübt. Ich war jemand, der fortwährend steht, Sitzgelegenheiten verwerfend. Ich war jemand, der fortwährend auf dem Boden hockt, der

sich der Beibehaltung der Hockstellung hingibt. Ich war jemand, der eine Matte aus Dornen benutzt; ich machte eine Matte aus Dornen zu meinem Bett. Ich beschäftigte mich mit der Ausübung der Praxis, bei der man dreimal täglich, auch abends, im Wasser steht. Somit beschäftigte ich mich auf solch vielfältige Weise mit der Ausübung der Praxis der Peinigung und Abtötung des Körpers. So war meine Askese.“

[...]

„Ich kroch für gewöhnlich auf allen Vieren in die Rinderkoppel, sobald das Vieh hinausgelaufen war und es der Kuhhirte zurückgelassen hatte, und ich ernährte mich für gewöhnlich vom Kot der jungen, noch saugenden Kälber. So lange mein eigener Kot und Urin reichte, ernährte ich mich von meinem eigenen Kot und Urin. So war meine große Verdrehtheit in der Ernährung.“

[...]

„Weil ich so wenig aß, wurden meine Glieder wie durch Knoten unterteilte Weinreben oder Bambusrohre. Weil ich so wenig aß, wurde mein Gesäß wie ein Kamelhuf. Weil ich so wenig aß, standen meine Wirbelfortsätze hervor wie aufgereihte Perlen. Weil ich so wenig aß, ragten meine Rippen heraus, so hager wie die baufälligen Dachsparren einer alten, ungedeckten Scheune. Weil ich so wenig aß, sank der Glanz meiner Augen tief in die Augenhöhlen zurück und sah aus, wie der Glanz des Wasserspiegels, der in einem tiefen Brunnen tief abgesunken ist. Weil ich so wenig aß, verschrumpelte und verdorrte meine Kopfhaut, so wie ein grüner bitterer Kürbis in Wind und Sonne verschrumpelt und verdorrt. Weil ich so wenig aß, lag meine Bauchdecke auf meinem Rückgrat auf; daher fühlte ich mein Rückgrat, wenn ich meine Bauchdecke berührte und fühlte meine Bauchdecke, wenn ich mein Rückgrat berührte. Weil ich so wenig aß, stürzte ich beim Urinieren oder beim Stuhlgang auf das Gesicht. Weil ich so wenig aß, fiel mir das an den Wurzeln verfaulte Haar aus, wenn ich versuchte, meinem Körper Erleichterung zu verschaffen, indem ich meine Glieder mit den Händen massierte.“ (MN 12)

Zu unser aller Glück verließ ihn auch hier nicht der Zweifel:

„Und doch, Sàriputta, durch solche Praxis, durch die Ausübung solcher Askese erlangte ich keinerlei übermenschliche Geisteszustände, keinerlei Klarheit des Wissens und keinerlei Schauung, die der Edlen würdig ist. Warum war das so? Weil ich jene edle Weisheit nicht

erlangte, die, wenn sie erlangt wird, edel und befreiend ist, und denjenigen, der in Übereinstimmung damit übt, zur vollständigen Vernichtung von Dukkha führt.“ (MN 12)

Dank einer Erinnerung fand er den Mittleren Weg:

„Ich überlegte: ‚Ich erinnere mich an eine Begebenheit, als mein Vater, der Sakyer, beschäftigt war, während ich im kühlen Schatten eines Rosenapfelbaums saß; ganz abgeschieden von Sinnesvergnügen, abgeschieden von unheilsamen Geisteszuständen, trat ich in die erste Vertiefung ein, die von anfänglicher und anhaltender Hinwendung des Geistes begleitet ist, und verweilte darin, mit Verzückung und Glückseligkeit, die aus der Abgeschiedenheit entstanden sind. Könnte das der Pfad zur Erleuchtung sein?‘ Dann, auf diese Erinnerung folgend, kam das Bewusstsein: ‚Das ist der Pfad zur Erleuchtung.‘

[...]

„So erinnerte ich mich an viele frühere Leben mit ihren Aspekten und Besonderheiten.

Dies war das erste wahre Wissen, das ich zur ersten Nachtwache erlangte. Die Unwissenheit war vertrieben und wahres Wissen erschien, die Dunkelheit war vertrieben und Licht erschien, wie es in einem geschieht, der umsichtig, eifrig und entschlossen lebt. Aber jenes angenehme Gefühl, das in mir erschien, drang nicht in meinen Geist ein und blieb nicht dort.“

[...]

„So sah ich mit dem Himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, die Wesen sterben und wiedererscheinen, niedrige und hohe, schöne und hässliche, in Glück und Elend, und ich verstand, wie die Wesen ihren Handlungen gemäß weiterwandern.“

Dies war das zweite wahre Wissen, das ich zur zweiten Nachtwache erlangte. Die Unwissenheit war vertrieben und wahres Wissen erschien, die Dunkelheit war vertrieben und Licht erschien, wie es in einem geschieht, der umsichtig, eifrig und entschlossen lebt. Aber jenes angenehme Gefühl, das in mir erschien, drang nicht in meinen Geist ein und blieb nicht dort.“

[...]

„Ich erkannte unmittelbar der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies sind die Triebe.‘ Ich erkannte unmittelbar der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist der Ursprung der Triebe.‘ Ich erkannte

unmittelbar der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist das Aufhören der Triebe.‘ Ich erkannte unmittelbar der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist der Weg, der zum Aufhören der Triebe führt.‘ Als ich so wusste und sah, war mein Geist vom Sinnestrieb befreit, vom Werdenstrieb und vom Unwissenheitstrieb. Als er so befreit war, kam das Wissen: ‚Er ist befreit.‘ Ich erkannte unmittelbar: ‚Geburt ist zu Ende gebracht, das heilige Leben ist gelebt, es ist getan, was getan werden musste, darüber hinaus gibt es nichts mehr.‘

Dies war das dritte wahre Wissen, das ich zur dritten Nachtwache erlangte.“ (MN 36)

Aber selbst jetzt, als aus dem Bodhisatta ein vollkommener Buddha geworden war, blieb immer noch etwas Zweifel übrig - zwar nicht mehr hinsichtlich dessen, was es zu verwirklichen gab, jedoch zweifelte der Erhabene daran, ob diese Erkenntnis überhaupt zu vermitteln sei:

„Ich erwog: Dieses Dhamma, das ich erlangt habe, ist tiefgründig, schwer zu sehen und schwer zu verstehen, friedvoll und erhaben, durch bloßes Nachdenken nicht zu erlangen, subtil, von den Weisen zu erfahren. Aber diese Generation ergötzt sich am Verlangen, begeistert sich für das Verlangen, erfreut sich am Verlangen. Es ist schwer für so eine Generation, diese Wahrheit zu erkennen, nämlich die zugrundeliegende Bedingtheit, die bedingte Entstehung. Und es ist schwer, diese Wahrheit zu erkennen, nämlich die Stillung aller Gestaltungen, das Aufgeben aller Vereinnahmung, die Vernichtung des Begehrens, die Lossagung, das Aufhören, *Nibbàna*. Wenn ich das Dhamma lehren würde, würden andere mich nicht verstehen, und das wäre ermüdend und beschwerlich für mich. Indem ich dies erwog, neigte mein Geist eher zur Untätigkeit als zum Lehren des Dhamma.“ (MN 26)

Der Sage nach soll eine göttliche Erscheinung nötig gewesen sein, um den Buddha doch von einer Erfolg versprechenden Lehrtätigkeit zu überzeugen.

Wenn der Erhabene nicht ein derartiger Zweifler gewesen wäre, könnten wir heute nicht von seinem gewaltigen Durchbruch zur zweifelsfreien Lehre profitieren.

So viel zum Thema Zweifel als Hindernis auf dem Wege zum Erwachen.

Hier drängt sich nun die Frage auf: ‚Warum wird *vicikicchā*, das man

bekanntlich mit Zweifel übersetzt, dann als ein Hindernis bezeichnet?“

Oder anders herum gefragt: „Wenn *vicikicchā* zu den Hindernissen zählt, warum wird es mit Zweifel übersetzt, wenn Zweifel offenbar so hilfreich ist?“

Dazu müssen wir den Begriff Zweifel und seine unterschiedlichen Bedeutungen hinsichtlich der Dhammapraxis einmal genauer unter die Lupe nehmen.

Hier erscheint es ratsam, zunächst einen anderen - eher gegenteiligen - Begriff näher zu betrachten, der ebenso doppeldeutig ist: Glauben.

Es gibt zwei Arten, das Verb „glauben“ zu verwenden. Einmal umgangssprachlich, im Sinne einer Vermutung: „Wo ist denn die Bohrmaschine?“ „Ich glaube, sie liegt im Keller.“ Wenn sich dann herausstellt, dass sie sich in der Garage befindet, ist das jedoch kein Drama; es war nur eine Vermutung, dass sich etwas so verhält. Wenn sich diese Vermutung als falsch herausstellt, wird kein fundamentaler Glauben erschüttert. Unterschiedlicher Glauben in diesem Sinne hat noch zu keiner Inquisition geführt.

Ganz anders im Falle eines religiösen Glaubens. Hier ist der Glauben - vor allem der Glauben an unüberprüfbare Aussagen - eine *Conditio sine qua non*. Solche unabdingbaren Voraussetzungen sind keineswegs egal und würden, in Frage gestellt, das ganze Glaubensgebäude zum Wanken bringen: Es kann nicht sein, was nicht sein darf! Aber vor allem kann nur sein, was sein muss.

Verschiedene Glaubensrichtungen schaffen seit je her Unklarheit und Zweifel:

„Es kommen da, o Herr, einige Asketen und Brahmanen nach Kesaputta; die lassen bloß ihren eigenen *Glauben* leuchten und glänzen, den *Glauben* anderer aber beschimpfen, schmähen, verachten und verwerfen sie. Wieder andere Asketen und Brahmanen kommen nach Kesaputta, und auch diese lassen bloß ihren eigenen *Glauben* leuchten und glänzen, und den *Glauben* anderer beschimpfen, schmähen, verachten und verwerfen sie. Da sind wir denn, o Herr, im Unklaren, sind im Zweifel, wer wohl von diesen Asketen und Brahmanen Wahres, und wer Falsches lehrt.“ (AN III,66)

Dazu sagte der Erhabene:

»Recht habt ihr, Kálámer, dass ihr da im Unklaren^[1] seid und Zweifel^[2]

hegt. In einer Sache, bei der man wirklich im Unklaren^[1] sein kann, ist euch Zweifel^[2] aufgestiegen.

Alañhi vo, kālāmā, kaṅkhituṃ^[1] alaṃ vicikicchituṃ^[2]. Kaṅkhanīyeva^[1] pana vo thāne vicikicchā^[2] uppannā.)

Geht, Kálámer, nicht nach Hörensagen, nicht nach Überlieferungen, nicht nach Tagesmeinungen, nicht nach der Autorität heiliger Schriften, nicht nach bloßen Vernunftgründen und logischen Schlüssen, nicht nach erdachten Theorien und bevorzugten Meinungen, nicht nach dem Eindruck persönlicher Vorzüge, nicht nach der Autorität eines Meisters!
(AN III,66)

Unklarheit, Bedenken und Zweifel plagten nicht nur die Kalamer:

„Da kamen mir nun, o Herr, Bedenken^[1] und Zweifel^[2]: Wer von diesen lieben Asketen und Brahmanen spricht die Wahrheit, und wer spricht Lüge?“

„Genug, Vorsteher, mit deinen Bedenken^[1], genug mit deinen Zweifeln^[2]. Bei zu bedenkenden^[1] Fällen ist dir Zweifel^[2] aufgestiegen“.

“Tassa mayhaṃ, bhante, ahudeva kaṅkhā^[1], ahu vicikicchā^[2] - ‘kosu nāma imesaṃ bhavataṃ samaṇabrāhmaṇānaṃ saccaṃ āha, ko musā’”ti?

“Alañhi te, gāmaṇi, kaṅkhituṃ^[1], alaṃ vicikicchituṃ^[2]. Kaṅkhanīye^[1] ca pana te thāne vicikicchā^[2] uppannā”ti.” (SN 42,13 III)

Hier zeigen sich zwei verschiedene Begriffe für das, was wir gemeinhin als Zweifel bezeichnen: *vicikicchā* und *kaṅkhā*.

Vicikicchā können wir als den hinderlichen Zweifel ansehen, *kaṅkhā* als den förderlichen.

So führt Bedenkliches und Unklares (*kaṅkhā*) zu Zweifel (*vicikicchā*). Bedenkliches und Unklares anzuzweifeln ist somit gerechtfertigt, wenn damit der Zweifel beseitigt wird. Dies gelingt aber nur dann, wenn die Unklarheiten auch klärbar sind, denn sonst dreht man sich ergebnislos im Kreis und kreierte immer nur neuen Zweifel.

Betrachten wir ein konkretes Beispiel für einen solchen hinderlichen skeptischen Zweifel, nämlich den Selbstzweifel, welcher das massivste Hindernis überhaupt darstellt:

Auf solche Weise erwägt er unweise:

Gab es mich in der Vergangenheit?

Gab es mich nicht in der Vergangenheit?

Was war ich in der Vergangenheit?

Wie war ich in der Vergangenheit?

Was war ich, und was bin ich daraufhin in der Vergangenheit geworden?

Wird es mich in der Zukunft geben?

Wird es mich in der Zukunft nicht geben?

Was werde ich in der Zukunft sein?

Wie werde ich in der Zukunft sein?

Was werde ich sein, und was werde ich daraufhin in der Zukunft werden?

Oder ansonsten ist er über die Gegenwart verwirrt:

Bin ich? Bin ich nicht? Was bin ich? Wie bin ich? Wo kam dieses Wesen her?

Wo wird es hingehen?

Wenn er auf solche Weise unweise erwägt, entsteht eine von sechs Ansichten in ihm:

Die Ansicht 'für mich gibt es ein Selbst' entsteht in ihm als wahr und erwiesen; oder die Ansicht 'für mich gibt es kein Selbst' entsteht in ihm als wahr und erwiesen; oder die Ansicht 'ich nehme Selbst mit Selbst wahr' entsteht in ihm als wahr und erwiesen; oder die Ansicht 'ich nehme Nicht-Selbst mit Selbst wahr' entsteht in ihm als wahr und erwiesen; oder die Ansicht 'ich nehme Selbst mit Nicht-Selbst wahr' entsteht in ihm als wahr und erwiesen; oder ansonsten hat er eine Ansicht wie diese: 'Es ist dieses mein Selbst, das da spricht und fühlt und hier und da die Ergebnisse guter und schlechter Taten erfährt; aber dieses mein Selbst ist unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Vergänglichkeit unterworfen, und es wird so lange wie die Ewigkeit überdauern'.

Diese spekulative Ansicht, ihr Bhikkhus, wird das Dickicht der Ansichten genannt, die Wildnis der Ansichten, die Verdrehtheit der Ansichten, der Wankelmut der Ansichten, die Fessel der Ansichten.

Durch die Fessel der Ansichten gebunden, ist der nicht unterrichtete Weltling nicht befreit von Geburt, Alter und Tod, von Kummer, Klagen, Schmerz, Trauer und Verzweiflung; er ist nicht befreit von Dukkha, sage ich.“ (MN 2)

Jeder Zweifel, der auf einer solchen Selbstsein-Ansicht beruht, ist ein echtes Hindernis, da er auf unhaltbaren Prämissen beruht, welche durch Reflexion beseitigt werden müssen.

Die erste und wesentliche Verstrickung, welche den Stromeintritt verhindert, lautet *sakkāya-diṭṭhi*. Das ist zunächst einmal jegliche Seins-Ansicht von einem festen, begrenzten, dauerhaften und unabhängigen Wesenskern, sprich: Selbst, Seele, „das Bewusstsein“ - was auch immer.

Aber es besteht auch die Gefahr, stattdessen ein ewiges allumfassendes Sein im Außen festzumachen: Gott, Weltseele, Kosmos, Urgeist usw., mit dem man All-Eines werden kann; in dem das Selbstsein letztlich aufgeht.

In beiden Fällen ist weder das Kleinste noch das Größte als solches erkenn- oder erlebbar, was jedoch die Menschheit noch nie davon abhielt, derartiges z.T. mit blutiger Vehemenz zu verteidigen.

Bleibt eine solche Seins-Ansicht bestehen, folgt ihr zwangsläufig die zweite Verstrickung - *vicikicchā* - und mit diesem Selbst-Zweifel kommt auch dessen Zwillingsbruder, der Zweifel am Dhamma, also der Zweifel an der Lehre des Erhabenen mit ihrer Botschaft, dass jegliches Selbst (*atta*) auf Verblendung beruht. Die Folge ist letztlich der Versuch, das Glück in der Überbetonung religiöser Riten und Rituale zu suchen, also im Strammziehen der dritten Fessel (*sīlabbata-parāmāsa*). Daher treten die ersten drei Fesseln/Verstrickungen nicht nur zusammen auf, sie fallen beim Stromeintritt auch zusammen, genauer: die Auflösung dieser drei ist der Stromeintritt.¹

Der Buddha wurde nicht müde, immer wieder auf eben das hinzudeuten, was durchaus erkenn- und erlebbar ist, nämlich Dukkha und dessen Auflösung und somit die Auflösung des Selbst-Gedankens (Ich-Wahn):

Es möchte da ferner, ihr Mönche, ein Mönch von sich behaupten: »Der Ichgedanke ist in mir geschwunden, und nicht habe ich (bei den fünf Daseinsgruppen) die Anschauung ‘Dies bin ich’; und dennoch halten bohrender Zweifel und Ungewissheit meinen Geist gefesselt.« Einem

¹Beachten Sie bitte: Die sog. Fesseln sind hier nicht das eigentliche Thema und sie sind daher nur katechistisch aufgeführt. Das Problem der Fesseln liegt in den Neigungen zu ihnen. Ausführlich in MN 64 behandelt.

solchen hätte man zu erwidern: »Nicht doch! Sage das nicht, Verehrter! Beschuldige nicht den Erhabenen! Nicht gut ist es, den Erhabenen zu beschuldigen. Denn der Erhabene würde das nicht sagen. Nicht möglich ist es, Verehrter, es ist ausgeschlossen, dass einem, in dem der Ichgedanke geschwunden ist und der nicht mehr die Anschauung hat 'Dies bin ich', dennoch bohrender Zweifel und Ungewissheit den Geist gefesselt halten. Das ist nicht möglich. Denn im Entrinnen von bohrendem Zweifel und Ungewissheit besteht ja eben die Zerstörung des Ichwahns.« (AN VI,13)

Neben diesem fundamentalen Zweifel gibt es noch andere Varianten, die auf verschiedensten Ursachen beruhen:

Konfusion, Verwirrung und Entscheidungsnöte

Einerseits ein Zuviel an bloßem Wissen von unreflektierten Fakten, was letztlich zu einer Art „spirituellen Verstopfung“ führt. Jede weitere Information löst Irritationen aus, die nicht mehr vernünftig verarbeitet werden können: „Wer hat Recht? Was stimmt nun? Besser erst einmal abwarten, bis mehr Wissen vorhanden ist.“ Eine negative Rückkopplung, welche zur Erstarrung im Zweifel führt.

Andererseits ein Mangel an Rechter Ansicht und auch Rechter Absicht. Dem überforderten Menschen gelingt es nicht mehr, Prioritäten zu setzen, geschweige denn, diese überhaupt zu realisieren. Dieser Zweifel, also die Unfähigkeit Spreu von Weizen trennen zu können, führt gerne mal zum sog. Multitasking, weil irgendwie alles wichtig zu sein scheint.

Die einen werden so vom Zweifel darüber, was denn nun zu tun sei bis zur Untätigkeit behindert, die anderen wissen nicht, was sie zuerst tun und vor allem lassen sollen.

Zu dieser Konfusion tragen auch viele selbsternannte Lehrer bei, denen voreilig zu viel Weisheit zugesprochen wird:

Doch wenn man minderwertigen Toren dient,
Die nichts vom Sinn verstehn und eifersüchtig sind.
Zum Lehrverständnis wird man da nicht kommen,
Wird sterben, unbefreit von Zweifel.
So auch wird ohne Lehrverständnis bleiben,
Wer nie bei Wissensreichen hat dem Sinn gelauscht.

Wer selber ohne Kenntnis, unbefreit vom Zweifel,
Wie könnte andere er begreifen machen? (Snip II,8 - Verse 318 + 320)

Hier bietet sich ein Studium der Lehrreden an, welche gut übersetzt und in vielerlei Form kostenfrei zur Verfügung stehen. Zum tieferen Verständnis und um nicht in den Eigeninterpretationen stecken zu bleiben, empfiehlt es sich, geeignete Gruppen aufzusuchen, in denen Weggefährten das Dhamma auf Augenhöhe erklären und diskutieren und in denen nicht ein Leithammel den Ton angibt.

Denn das Hören der Lehre hat seine Vorteile:

Fünf Vorteile, ihr Mönche, gewährt das Anhören der Lehre. Welche fünf?

- Nicht Gehörtes bekommt man zu hören;
- bereits Gehörtes wird einem klar;
- der Zweifel wird zerstreut;
- man korrigiert sein Verständnis der Lehre und
- das Herz erheitert sich. (AN V,202)

Sorgen und Ängste

Ein Mangel an Gegenwärtigkeit und Verständnis (*sati*) hetzt den Geist zu Spekulationen über eine bedrohliche Zukunft auf. Mögliche, aber meist wenig wahrscheinliche Szenarien werden mit entsprechender Verblendungsenergie so lange genährt, bis sie geradezu real erscheinen. Das zieht die Achtsamkeit vom eigentlichen Problem im Hier und Jetzt ab. Die Auseinandersetzung mit Dukkha und seinen Ursachen erscheint gegenüber diesen „echten“ Problemen dann eher zweifelhaft.

Falsche geistige Ausrichtung

Wenn auf Grund falscher Ansicht oder ungenügender Schulung die Prioritäten im Leben verkehrt ausgerichtet sind, erscheinen alle möglichen Aktivitäten gewinnversprechender zu sein, als die nüchterne Reflexion über Dukkha und seinen Ursachen. Bestes Beispiel dafür ist die dritte der sogenannten Fesseln oder Verstrickungen (*samyojana*) - die Überbewertung von Riten und Ritualen.

Auch wenn die Mitgliedschaft in einer religiösen Gemeinschaft durchaus ihren Wert haben kann und einen sozialen Zusammenhalt unterstützt - die Dhammapraxis besteht nicht aus Chorsingen:

Wer, ihr Mönche, die Lehre in gedehntem, singendem Tone vorträgt, hat fünf Nachteile zu erwarten. Welche fünf?

- Selber verstrickt er sich in seine Stimme;
- auch andere verstricken sich in seine Stimme;
- die Hausleute werden unmutig darüber und sagen: ‘Genau wie wir singen, so tun es ja auch diese Asketen des Sakyersohnes!’;
- wer auf den Tonfall bedacht ist, dessen geistige Sammlung wird unterbrochen;
- sein Anhang aber ahmt seinem Beispiel nach. (AN V,209)

Zweifel durch unzulängliche Vorgehensweise

Der Buddha nennt drei Ebenen von Erkenntnis oder Weisheit:

suta-māya-paññā - Weisheit, die durch Lesen und (Auswendig-)Lernen erlangt wird.

cinta-māya-paññā - Weisheit, die durch Nachdenken und Reflektieren erlangt wird.

bhavana-māya-paññā - Weisheit, die durch Meditieren und Kontemplieren erlangt wird.

Einfacher ausgedrückt: Wissen, Verstehen und Erleben.

Wissen und Verstehen sind aber immer noch Interpretationen einer Persönlichkeit; erst das Erleben, also die kontemplative Einsicht, ist über den Zweifel erhaben.

Besonders Menschen, die sich viel auf ihren Intellekt einbilden, kleben gerne an ihrer Meinung, die sie sich schließlich so kunstfertig erarbeitet haben - denn das Ego ist Selbst-verliebt! Wenn dann verschiedene Meinungen argumentativ kollidieren, ist der Streit vorprogrammiert und letztlich bleibt der Zweifel der Gewinner.

Diese Interpretationsebene beruht auf dem Anhaften an Ansichten und Meinungen, wobei erstaunlich viele Menschen eine Ansicht bereits für eine Meinung halten. Dies führte in den letzten Jahren dazu, dass ein hohes Gut, nämlich die Meinungsfreiheit, mehr und mehr zur Ansichtenfreiheit

verkommt und selbst Beschimpfungen auf niederstem Niveau als Form der Meinungsfreiheit akzeptiert werden.

Eine Ansicht hat man einfach - man sieht etwas so. Dies liegt daran, dass jedes Erleben immer mit einem Gefühl verbunden ist und somit sofort eine Bewertung stattfindet: Angenehm oder unangenehm, sympathisch oder abstoßend.

Eine Meinung muss jedoch gebildet werden und dazu braucht man verschiedene Ansichten, d.h. es muss ein geistiger Stellungswechsel vollzogen werden - je öfter, umso besser. Dies setzt allerdings ein gehöriges Maß an Flexibilität und Offenheit voraus. Eine Engstirnigkeit, die die gewohnten Denkschienen nicht verlassen kann, muss zwangsläufig andere Betrachtungsweisen anzweifeln.

Viele bleiben auf dieser intellektuellen Stufe stecken, denn eine durch Kontemplation erworbene, zweifelsfreie Einsicht ist schwer zu erlangen. Häufig verhindert genau der auf der Gedankenebene auftretende Zweifel den Zugang zur Kontemplation. Hier hilft in erster Linie jenes Vertrauen, das durch das bereits Verstandene und eventuell sogar Erlebte gewonnen wurde. Im Zweifelsfall kann das Vertrauenskonto auch mal einen „Vorschuss“ gewähren.

Die Beschäftigung mit unsinnigen Fragen

Häufig kann man den Spruch hören: „Es gibt keine dummen Fragen!“.

Dies wiederum ist eine unreflektierte, sprich: dumme Aussage.

Es gibt sehr wohl äußerst dumme Fragen, aber leider wird hierzulande eine dumme Frage fälschlich mit einem dummen Fragesteller gleichgesetzt. Dabei waren es oft die klügsten Leute, die dumme Fragen gestellt haben. Ihre Klugheit zeigte sich aber darin, dass sie diese Fragen dann als unzulänglich erkannt und verworfen haben.

Welche Fragen sind unbrauchbar?

- Fragen, die schlichtweg nicht beantwortbar sind, weil sie entweder vollkommen unlogisch sind oder auf Grund ihrer Thematik außerhalb dessen liegen, was von unserem Verstand erfassbar und somit beantwortbar ist (*acinteyya*). In den Lehrreden tauchen einige Fragen diesen Typs auf und der Buddha hat sie entweder ignoriert oder darauf hingewiesen, dass sie nicht beantwortbar und somit auch nicht heilstauglich sind. (Gewisse philosophische oder naturwissen-

- schaftliche Fragen weisen solche Züge auf.)
- Fragen, für die es ebenso viele Antworten gibt wie Fragesteller, weil die Antwort einer subjektiven Interpretation entspringt, die meist sehr stark vom kulturellen und sozialen Hintergrund einer Person geprägt wird. (Häufig religiöse Fragen. Gott?)
 - Fragen, deren Antwort keine neue Erkenntnis hervorbringt, also keine Veränderung der Perspektive, welche in der Regel zu neuen interessanten Fragen führt, sondern nur dazu beitragen, dass man sich thematisch im Kreis dreht. (Sehr oft bei politischen Themen. Oder auch sehr beliebt: Retrograde Logik - „Was wäre passiert, wenn dies oder jenes nicht so geschehen wäre?“. Solange es unmöglich ist, in Paralleluniversen zu reisen, wo man diesbezügliche Antworten finden könnte, haben solche Überlegungen höchstens Unterhaltungswert.)

Die Auseinandersetzung mit solchen Fragen ist nicht nur die Verschwendung von kostbarer Lebenszeit, sondern die Beschäftigung mit den falschen Fragen hat fatale Folgen:

„Wenn, Hausvater, der unbelehrte Weltling vier Eigenschaften nachgefolgt ist, so zittert er, hat lähmendes Entsetzen, hat Todesfurcht vor dem, was danach kommt. Welche vier Eigenschaften sind das?

Da ist, Hausvater, der unbelehrte Weltling der Unklarheit über den Erwachten, die Lehre, die Jüngerschaft, und der Untugend nachgefolgt. Wenn er aber diese Unklarheit und diese Untugend bei sich selber feststellt, dann zittert er, hat lähmendes Entsetzen, hat Todesfurcht vor dem, was danach kommt. Der unbelehrte Weltling, Hausvater, der diesen vier Eigenschaften nachgefolgt ist, zittert, hat lähmendes Entsetzen, hat Todesfurcht vor dem, was danach kommt. (SN 55.27)

Ein falsches Verständnis von Spiritualität

Nicht selten wird der Eindruck vermittelt, die spirituelle Welt läge weit über der alltäglichen und gewöhnlichen. Nur wenigen (zahlungskräftigen) Auserwählten sei der Zugang möglich. Entsprechend abgehoben verhält sich diese Klientel dann auch. Das eine solche Einstellung sich zweifelnd an der Lehre des Erhabenen reibt, ist wenig überraschend.

Das Dhamma ist die Lehre des menschlichen Maßes. Von einem Menschen für Menschen gelehrt. Man muss sich nicht erst in einen

„Übermenschen“ verwandeln, um das Dhamma erfassen zu können.
Wie könnte man die spirituelle Welt anschaulich machen? Vielleicht so:

Unser Lebenserleben ist mit einer Münze vergleichbar - es gibt zwei Seiten. Die eine ist die physische, materielle oder körperliche Seite. Sie umfasst all das, was wir im wahrsten Sinne des Wortes begreifen können: unseren Körper, die Nahrung, Kleidung und Wohnstatt für ihn. Alle Dinge, groß und klein, grob und fein, nah und fern, für die wir eine physische Beschreibung und Erklärung haben.

Die andere Seite ist die psychische, ideelle oder geistige. Sie umschreibt alle gedanklich erzeugten Phänomene wie etwa, politische Systeme, Nationen, Justiz (Steuer-, Straf-, Familienrecht, etc.) aber auch Religionen, kurz: all die Dinge, die zwar physisch nicht mess- und erfassbar sind, aber trotzdem für unser Zusammenleben von großer Bedeutung sind.

Dann wäre da noch der Rand der Münze. Hier ist sozusagen die Verbindung von materieller und ideeller Seite. Dazu gehören solche Dinge wie Geld, das ja sowohl eine materielle Komponente hat (Münzen, Schein, Kontoauszüge, ...), wie auch eine ideelle, denn nur wenn eine geistige Übereinkunft über den Wert dieser materiellen Dinge besteht, können Sie Ihr Geld auch als solches verwenden. (Wäre dem nicht so, könnte ich mit meinem zwanzig Millionen Reichsmark-Schein einkaufen gehen.) Gleiches gilt für Medaillen, Orden, Urkunden, Diplome, usw. .

Was ist denn nun die spirituelle Seite? Gar keine. Die spirituelle Welt betreten Sie durch die Frage: „Woraus besteht eigentlich die Münze?“ Oder wie es Goethe seinen Dr. Faust fragen lässt: „Was ist es, das die Welt im Innersten zusammen hält?“

Also kein Abheben, sondern ein Eindringen in diesen Körper-Geist-Prozess. Nicht umsonst spricht man von „Ein-sicht“ (*vipassana*) durch geistige Vertiefung (*jhana*), bei anderen Traditionen wird dies mystische Versenkung genannt. Immer der Versuch, den Dingen, die wir hier und jetzt erleben können, auf den Grund zu gehen, anstatt irgendwie esoterisch darüber zu schweben.

Spirituelle Praxis ist zwar eine geistige Arbeit; diese ist jedoch äußerst bodenständig. Wer aus falsch verstandener Spiritualität die Untersuchung alltäglicher Sinneserfahrungen grundsätzlich herabwürdigt und somit den Wert solcher Reflexionen anzweifelt, wird kaum Zugang zum Heilsweg finden.

Pathologische Zweifelsucht (chronische Skepsis)

Durch den Mangel an echter Erfahrung (*bhavana-māya-paññā*) bleibt man in halbgaren Überzeugungen stecken. Jedes neue bessere Argument lässt das wacklige Kartenhaus der bisherigen Weltsicht zusammenstürzen. Dies führt dann zu einer scheinbaren Verzweiflung. Wobei hier angemerkt werden muss, dass gerade die angeblich nüchternsten Skeptiker eigentlich zutiefst gläubig sind, denn eine Instanz wird von ihnen geradezu gottgleich verehrt: der Zweifel selbst!

Aber mit welcher Berechtigung kann man dem Zweifel derart vertrauen? Erst wenn auch dieser angezweifelt wird, kommt es zur echten und vollständigen Verzweiflung.

Dann ist es Zeit für ein Heißgetränk. Am besten den kleinen Finger tief in das frisch Gebrühte eintauchen: Mal sehen, wie lange man diese Sinneserfahrung anzweifeln kann. (Alternativ funktioniert auch eine sehr kalte Dusche.)

Schon zu Buddhas Zeiten neigten manche Haushälter zur Skepsis am Dhamma und der Sangha:

Sieben Dinge, ihr Mönche, gereichen dem Laienjünger zum Schaden. Welche sieben?

Er verabsäumt den Besuch bei den Mönchen;
er vernachlässigt das Anhören der Guten Lehre;
er übt sich nicht in hoher Sittlichkeit;
er hegt starkes Misstrauen gegen ältere, mittlere und jüngere Mönche;
mit hämischer Gesinnung hört er der Lehre zu, nach Fehlern suchend;
er sucht außerhalb nach den der Gaben Würdigen,
und dort wartet er zuerst auf.

Diese sieben Dinge, ihr Mönche, gereichen dem Laienjünger zum Schaden, bedeuten sein Versagen und gereichen ihm zur Schande.

(AN VII,27-30)

Auch sehr deutlich:

Zu einer Zeit, Brahmane, wenn man mit einem von Zweifelsucht gefesselten und gequälten Geiste verweilt und der aufgestiegenen Zweifelsucht Aufhebung nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt, zu einer solchen Zeit sieht und erkennt man wirklichkeitsgemäß weder sein

eigenes Heil, noch das Heil anderer, noch das gemeinsame Heil; und selbst die lange Zeit memorierten Sprüche fallen einem nicht ein, geschweige denn die nicht memorierten. Es ist, Brahmane, wie wenn man einen Topf mit trübem, aufgestörtem, schlammigem Wasser ins Dunkle stellt. Wenn nun ein Mann mit gesunden Augen darin sein eigenes Spiegelbild zu sehen wünscht, so könnte er es nicht der Wirklichkeit entsprechend erkennen und wahrnehmen. Ebenso auch ist es, Brahmane, wenn man mit einem von Zweifelsucht gefesselten und gequälten Geiste verweilt und der aufgestiegenen Zweifelsucht Aufhebung nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt; zu einer solchen Zeit erkennt man dann wirklichkeitsgemäß weder sein eigenes Heil, noch das Heil anderer, noch das gemeinsame Heil; und selbst die lange Zeit memorierten Sprüche fallen einem nicht ein, geschweige denn die nicht memorierten. (AN V,193)

Daher sollte man die Doppelbedeutung des Zweifels („Zfels“) gut unterscheiden lernen, denn nur einer der „Felsen“ steht der Freiheit im Weg:

Zweifel als Hindernis oder Verstrickung	→	<i>vicikicchā</i>
Zweifel im Sinne berechtigter Bedenken	→	<i>kaṅkhā</i>

Den unheilsamen Zweifel und dessen Folgen bzw. dessen Vermeidung durch rechtes Bedenken möchte ich an Hand zweier Beispiele noch deutlicher herausarbeiten. Hierbei geht es vor allem um den bereits genannten Unterschied von Ansicht und Meinung, welcher auch durch die Unterscheidung von Gedanken und Denken gut veranschaulicht werden kann.

Gedanken und Denken sind ähnliche Begriffe für ähnliche Phänomene, die zwar im alltäglichen Sprachgebrauch kaum differenziert werden, deren qualitative Verschiedenheit in der Dhammapraxis dringend erkannt werden muss.

1. Beispiel

Leider wird in buddhistischen Kreisen gerne fröhlich drauflos meditiert, in der Hoffnung, durch entsprechende Bemühungen im Rahmen einer Methode irgendwelche spektakulären Erlebnisse zu erlangen. Die eigentliche Lehre wird maximal im Schnelldurchlauf skizziert, um den Geist nicht mit

zu viel Ballast auszustatten. Was aber dringend erforderlich wäre, nämlich mit Hilfe der sog. Vorbereitungslehren ein brauchbares Fundament anzulegen, wird häufig komplett unterlassen. Gerade die Aspekte von jenseitiger Welt und dem kausalen Zusammenhang zwischen Diesseits und Jenseits (*kamma-vipaka*) werden gerne unterschlagen, weil sich sonst Bücher und Kurse schlechter verkaufen lassen.

Ohne diese Betrachtungen ist die Lehre des Buddha jedoch schlichtweg obsolet.

Nehmen wir daher einmal an, ein Mensch nähert sich dem Dhamma über jene Vorschaltlehren an. Diese Person sieht sich zwei möglichen Optionen gegenüber:

Der Tod ist entweder das endgültige Ende jeglichen Erlebens oder der Tod stellt eine Grenze dar, nach der es ein entsprechendes Weiter(er)leben gibt. Dies sind Gedanken auf Grund von Informationen. Es wäre bereits hier möglich, zur Ansicht zu gelangen: „Die einen sagen so, die anderen so. Wer weiß schon, was kommt?“ Und es damit zu belassen. Aus Faulheit oder Fatalismus geht man zur Tagesordnung über.

Nun zieht aber diese Person daraus einen ersten Schluss:

„Wenn der Tod einen Übergang zu einem kausal bedingten Jenseits darstellt, so hätte dies Konsequenzen für meine diesseitige Lebensführung. Ich könnte nicht mehr so einfach tun, was mir gerade gefällt.“

Diese Schlussfolgerung ist eine aktive Denkleistung, basierend auf passiv aufgetretenen Gedanken.

Denken muss man tun, Gedanken tauchen von alleine auf.

Durch diesen Denkschritt hat sich die geistige Perspektive bereits verändert und es treten neue Gedanken auf: „Wenn ich mein Leben nun auf ein solches Jenseits ausrichte und es stellt sich dann aber heraus, dass der Tod doch das Ende ist? Das wäre aber eine große Enttäuschung, wenn danach nur ein großes schwarzes Nichts käme.“ (Derartige Gedanken wurden tatsächlich geäußert und entspringen nicht der Fantasie des Autors!)

Wenn an dieser Stelle nicht erkannt wird, dass es sich hier nur um Gedanken, keineswegs aber schon um Denken handelt, kann es leicht passieren, dass diese Gedanken aus Unkenntnis für bare Münze genommen werden. Die Folge: Zweifel am Dhamma. Eine Unsicherheit bezüglich jenseitiger Vor- oder Nachteile lässt eine Beschneidung der Triebe als zweifelhaft erscheinen.

Wenn jedoch nachgedacht wird, d.h. die Gedanken in den Schraubstock des Gewahrseins eingespannt und mit geschickten Fragen ordentlich

bedacht werden, lässt sich sehr schnell erkennen, dass diese wertloser Schund sind:

Wenn der Tod das Ende ist, entfällt jegliches „dann“. Es gibt „dann“ auch keine Enttäuschung, denn dies würde ja voraussetzen, dass ein nachtodliches Erleben stattfindet. Dies passt aber nicht zur Prämisse von einem endgültigen Ende. Sollte das Aufhören der (derzeit) messbaren Hirntätigkeit, sprich: der juristische Tod, tatsächlich das Ende sein, so wird dies niemals jemand bestätigen können, denn dazu wäre irgendeine Erlebnisfähigkeit nötig. Wir werden diesbezüglich immer auf die Interpretation der Außensicht angewiesen bleiben. Mit dem Tod als Ende ist es ohnehin vollkommen gleichgültig, wie wir unser Leben ausrichten. Ob wir nun eine zweite Mutter Theresa werden oder einem österreichischen Postkartenmaler nach(g)eifern - es gilt ausschließlich der aktuelle kulturelle/soziale Bewertungsmaßstab.

Somit können wir auch bedenkenlos der Lehre des Buddhas folgen, wenn uns dies Freude bereitet. Problematisch wird es nur, wenn wir darauf verzichten und der Tod doch eine kausale Grenzscheide darstellt.

Und was das „große schwarze Nichts“ angeht: Wie schafft man es, zwei Attribute wie „groß“ und „schwarz“ mit dem Konzept von „Nichts“ zu vereinen? Hier wird jede Vernunft geschändet.

Es ist also dringend angeraten, nicht jeden Gedanken sofort zur Heilpflanze zu adeln, nur weil er auf unserem geistigen Misthaufen aufgeblüht ist. Häufig handelt es sich nur um Unkraut. Das ideale Werkzeug zum Jäten ist *sati* in seiner Doppelbedeutung:

Zunächst sich der Gedanken als solcher gewahr zu sein und sich dann an die eigentliche Aufgabe zu erinnern, nämlich die Auflösung von Dukkha, also die aufgetretenen Gedanken auf ihre Heilstauglichkeit hin zu prüfen. Hierzu kann die Frage hilfreich sein, ob sich der Zweifel verringert hat oder ob er gewachsen ist. Die Gedanken auf sinnvolle Weise kritisch zu hinterfragen (*kaṅkhāyanā*), um Zweifel (*vicikicchā*) vorzubeugen oder bereits vorhandenen abzubauen, ist zwar anstrengend (weil meist noch ungewohnt), aber lohnend.

2. Beispiel

In den Lehrreden wird sehr häufig auf die enorme Bedeutung von Ethik und Moral (*sila*) hingewiesen: nicht nur hinsichtlich eines jenseitigen Lebens - bereits in diesem Leben seien entsprechende Früchte zu ernten.

Nun ließ und lässt sich aber in allen Zeiten und Kulturen beobachten, dass tugendhafte Menschen diesbezüglich auch magere Ernten einfahren, ja es geht sogar so weit, dass diese Menschen dank ihrer ethischen Standards z.T. massiv benachteiligt werden.

Es gilt die Devise „Der Starke frisst den Schwachen.“.

Ein skeptischer Mensch wird auf solche Beobachtungen oder gar Erfahrungen mit Zweifel am Dhamma reagieren: „Wenn diese Aussagen bereits im Diesseits widerlegt werden, warum soll ich mich dann auf ein postmortales Heilsversprechen verlassen? Ich schau’ erst mal, dass es mir und meinen Lieben hier und jetzt gut geht, was danach kommt kann ja ohnehin nicht bewiesen werden.“

Ein eklatanter Mangel an Wissen und Verständnis der Lehre führt hier zu einer Art spirituellen Kurzsichtigkeit. Es wird nur hinsichtlich der weltlichen Erlebnisebene gehandelt. Der geistige Radius reicht nur bis zu einer materiellen Alterssicherung; der finanzielle Kontostand ist bedeutender als der spirituelle, welcher sich außer Sichtweite befindet.

Dazu eine grundsätzliche Betrachtung: Unsere Erlebniswelt ist eine samsarische, d.h. sie wird von Dukkha geprägt und somit ist und wird sie niemals zufriedenstellend sein. Dukkha existiert auf Grund von Gier, Hass und Verblendung. Dies bedeutet, dass zwar immer dann, wenn wenige Menschen mit bescheidenen Ansprüchen unter ausreichenden Bedingungen zusammenleben, so etwas wie ein harmonisches Miteinander funktioniert. Sobald aber auch nur einer dieser Faktoren sich verändert, ist es um den Frieden geschehen. Wenn sich im Sommer eine Handvoll Frschwimmer das Schwimmbecken teilen, so können alle friedlich ihre Bahnen ziehen. Einhundert Gleichgesinnte verursachen aber deutlichen Unmut.

Es ist daher wenig verwunderlich, dass bei nahezu acht Milliarden Menschen mit teils absurden Lebensansprüchen die Entwicklung der Ellbogen schneller voranschreitet als die der Herzen. Da die große Mehrheit der Menschen mangels geistiger Reife gar nicht in der Lage ist, heilsam zu *agieren*, wird sie immer unheilsam *reagieren*. Dem Trugschluss verfallen, die eigene Unzufriedenheit ließe sich nur mit Gier oder Hass bekämpfen, gibt die Menschheit dem samsarischen Rad des alltäglichen Wahnsinns ständig neuen Schub. Nur wer dieses Prinzip durch weise Reflexion (*yoniso-manasikāra*) eingesehen hat oder wenigstens über ein gewisses Maß an Vertrauen (*saddhā*) verfügt, kann den Mut entwickeln, sich der Macht dieser Gewohnheit entgegenzustellen.

Auch wenn die diesseitigen Früchte ethischen Handelns eher

schrumpelig ausfallen, so sollte man sich im Klaren darüber sein, dass dies in einer Umgebung von unbelehrten „Triebtätern“ durchaus natürlich ist - die Grundaussage, dass heilsame Taten heilsame Folgen haben, bleibt davon unberührt. Wenn auch eine Ernte der Heilsfrüchte wegen unseliger Rahmenbedingungen nicht gegeben ist: das Saatgut erfreut sich erstaunlicher Beständigkeit:

Was aber ist das Ergebnis des Wirkens?

Dreierlei, sage ich, ihr Mönche, ist das Ergebnis des Wirkens:

es hat ein Ergebnis entweder in diesem Leben oder im nächsten oder in einem späteren.

Das, ihr Mönche, nennt man das Ergebnis des Wirkens. (AN VI,63)

Übrigens gilt dies auch für die unheilsame Saat:

Eine Tat, die aus Gier, Hass oder Verblendung getan wurde, aus Gier,... entsprungen, durch Gier ... bedingt, durch Gier ... entstanden ist - solche Tat wird dort zur Reife gelangen, wo immer die betreffende Person wiedergeboren wird; und wo immer jene Tat zur Reife gelangt, dort eben wird einem die Frucht jener Tat zuteil, sei es in diesem, sei es im nächsten oder einem späteren Leben. (AN III,34)

Es dominiert der Selbstzweifel, sprich: die Frage, „Was habe ich davon?“.

Dies wirkt sich hier doppelt fatal aus, denn mit dem Missachten von Tugend und Ethik (*sila*), wird nicht nur ein wesentlicher Pfeiler der Dhammapraxis entfernt, sondern, da *sila* bereits zu den erwähnten Vorschaltlehren gehört, auch der Zugang zu Rechter Ansicht wie auch zu Rechter Absicht (*paññā*) verbaut und somit die Errichtung eines weiteren Pfeilers verhindert. Die letzte Säule, also die Sammlung (*samādhi*), kann selbst bei intensivster Pflege nur aus einer Ruinenlandschaft aufragen und verkommt zu geistiger Gymnastik.

Der Erhabene beschreibt die Folgen der Missachtung von *sila* sehr deutlich:

Der Schamlose und Gewissenlose, ihr Mönche, ist leichtsinnig. Da er leichtsinnig ist, ist er außerstande, Unehrerbietigkeit, Unbelehrbarkeit und schlechten Umgang zu überwinden. Da er schlechten Umgang pflegt, ist er außerstande, Vertrauenslosigkeit, Unfreundlichkeit und

Trägheit zu überwinden. Da er träge ist, ist er außerstande Aufgeregtheit, Zügellosigkeit und Sittenlosigkeit zu überwinden. Da er sittenlos ist, ist er außerstande, die Unlust zum Besuche der Edlen, die Unlust zum Hören der edlen Lehre und die Tadelsucht zu überwinden. Da er tadelsüchtig ist, ist er außerstande, Unachtsamkeit, Unbesonnenheit und geistige Verworrenheit zu überwinden. Da er geistig verworren ist, ist er außerstande, unweise Erwägung, das Befolgen eines schlechten Pfades und geistige Schlawheit zu überwinden. Da er schlaffen Geistes ist, ist er außerstande, den Persönlichkeitsglauben, den Zweifel und das Hängen an Regeln und Riten zu überwinden. Da er voll Zweifel ist, ist er außerstande, Gier Hass und Verblendung zu überwinden. Ohne aber Gier, Hass und Verblendung überwunden zu haben, ist er außerstande, Geburt, Alter und Tod zu überwinden. (AN X,76)

Fazit:

Ja, Zweifel (*vicikicchā*) ist sicherlich ein ernstzunehmendes Hindernis auf dem Heilspfad. Aber es gilt, genau diese Art von Zweifel klar zu erkennen und nicht über jede irritierende Unklarheit mit dem Pauschalurteil „Nicht zweifeln!“ hinwegzugehen. Dies führt langfristig nur zu einem rein religiösen Buddhismus, mit all seinen Glaubenssätzen, Riten und Ritualen.

Dhammapraxis ist aber jenes Hinterfragen des alltäglichen Erlebens von Ich und Welt und das Analysieren jener Skepsis, die dieser gewohnten Ansicht entspringt, welches den unheilsamen, hinderlichen Zweifel aus dem Weg räumt.

Der Buddha benennt zwei Flüsse, die den Strom der Heilsgänger speisen: entweder diejenigen, die über ein Verständnis den Zugang finden (*dhammanusāri*) oder solche, die über ein gewisses Maß an Vertrauen verfügen (*saddh-anusāri*).

Je mehr durch ein Verständnis ein Erleben erarbeitet wird oder je mehr dem Vertrauen ein entsprechendes Erleben folgt: in beiden Fällen führt die unmittelbare Einsicht in die kausale Struktur jeglichen Erlebens (*yathā-būtha-ñāṇa-dassana*) dazu, dass das Hindernis namens Zweifel immer leichter überwunden werden kann.

Vertrauen wird vor allem durch lebende Vorbilder gestärkt und so wünsche ich all denen, die die Anlage zum Vertrauen haben, dass sie entsprechende Menschen treffen und den Kontakt zu ihnen pflegen können.

Denjenigen, denen sich die Lehre durch ein Verständnis erschließt, wünsche ich, mit meinen Zeilen ein wenig geholfen zu haben, den zweifelhaften Zweifel anzuzweifeln. Alles klar?

Möge es Ihnen wohl ergehen.

Dhamma-Dana Projekt der BGM

www.dhamma-dana.de

Das Dhamma-Dana-Projekt der Buddhistischen Gesellschaft München e.V. (BGM) hat sich das Ziel gesetzt, ausgesuchte Dhamma-Literatur in deutscher Übersetzung für ernsthaft Übende zur Verfügung zu stellen. Zudem soll mit dem Material, das die BGM-Studiengruppe erarbeitet hat, das vertiefende Eindringen in die ursprüngliche Lehre Buddhas erleichtert werden.

Diese Veröffentlichungen sind nicht profitorientiert, sondern sollen sich selbst tragen. So finanziert der Gewinn eines Buches die Herstellung des nächsten.

Wenn Sie dieses Projekt unterstützen möchten, überweisen Sie Ihre Spende bitte auf folgendes Konto:

IBAN: DE 33700100800296188807

BIC: PBNKDEFF

Empfänger: BGM

Verwendungszweck: Dhamma-Dana-Projekt

Notwendigkeit des Studiums

Buddhist zu sein heißt, Schüler oder Nachfolger des Buddha zu sein. Deshalb sollte er oder sie wissen, was der Lehrer selbst erklärt hat. Sich mit Wissen aus zweiter Hand auf Dauer zufrieden zu geben, ist nicht ausreichend. Vor allem Laienanhänger wissen oft nicht, was der Buddha besonders für sie gelehrt hat und wie sie die Nützlichkeit ihrer Übung überprüfen können.

Man muss den Dhamma gründlich studiert haben, um ihn sinnvoll praktisch umsetzen zu können. Nur so kann sein Reichtum und Wert in seiner ganzen Tiefe wahrgenommen werden. Das Dhamma-Dana-Projekt will hierzu einen Beitrag leisten.

Notwendigkeit von Dana (erwartungsloses Geben)

Das Dhamma des Buddha ist ein Geschenk für uns und die Gesellschaft, in der wir uns bewegen. In einer Welt beherrscht von Geld und militärischer Macht ringen wir darum, einen Lebenssinn zu finden. Dieses Geschenk des Dhamma ist so viel mehr als Worte, Belehrungen und Meditationsanleitungen. Dhamma kann nur ein Geschenk sein, denn es kann nur gegeben, nie genommen, werden. Es ist seine Natur, geteilt und recycelt zu werden, und in einem Zyklus der Großherzigkeit zu zirkulieren, statt in einem Kreislauf des Begehrens.

Das Dhamma des Gebens ist das Gegenmittel zu diesem Kreislauf in seinen Manifestationen als Marktwert, Dividende, Gewinnoptimierung und allen anderen Ausdrucksformen der Gier in einer auf Konsum ausgerichteten Gesellschaft.

„Würden die Wesen den Lohn für das Verteilen von Gaben kennen so wie ich, so würden sie nichts genießen, ohne etwas gegeben zu haben, und es würde der Makel des Geizes nicht ihr Herz umspinnen halten. Selbst den letzten Bissen, den letzten Brocken, würden sie nicht genießen, ohne davon auszuteilen, falls sie einen Empfänger dafür hätten. Da nun aber die Wesen den Lohn für das Austeilen von Gaben nicht so kennen wie ich, deshalb genießen sie auch, ohne etwas gegeben zu haben, und der Makel des Geizes hält ihr Herz umspinnen.“ (Itiv 26)

Bücherbestellungen

dhamma-dana@buddhismus-muenchen.de

Kontakt zur BGM

BGM, Postfach 31 02 21, 80102 München

bgm@buddhismus-muenchen.de
www.buddhismus-muenchen.de