

Weisheitsworte des

XIV. Dalai Lamas Tensin Gyatso

(geb. 1935)

Wir müssen die unmittelbare Verantwortung für unser eigenes spirituelles Leben übernehmen und dürfen uns von niemandem und nichts abhängig machen, denn selbst die Buddhas der Zehn Richtungen und Drei Zeiten können uns nicht helfen, wenn wir uns nicht selbst bemühen.

Gäbe es ein anderes Wesen, das fähig wäre, uns zu retten, so wäre dies schon längst geschehen.

Wir sind mit einem menschlichen Leben und allen seinen Möglichkeiten gesegnet. Im Gegensatz zu Tieren und niedrigeren Lebensformen können wir den Weg zur Erleuchtung beschreiten und seine Frucht ernten, was ein Akt letztlicher Güte für uns und die anderen in gleicher Weise ist. Es gilt aber zu bedenken: Der Tod bedroht uns von allen Seiten und kann uns in jedem Augenblick dieser kostbaren Gabe des Lebens berauben. Wenn wir sterben, können wir nichts mit uns nehmen außer den Eindrücken in unserem Bewußtsein, die durch unser ganzes Lebenswerk bestimmt sind.

Ein König verliert sein Königreich, und auch ein lahmer Bettler muß sogar seinen Bettelstab zurücklassen. Wir sollten schnell, solange wir noch Gelegenheit dazu haben, Erleuchtung erlangen.

Solange wir uns der universalen Verantwortung nicht bewußt werden, und die Leiden der Mitmenschen nicht genauso ernst nehmen wie unsere eigenen Leiden, mit anderen Worten, solange wir nicht ein gutes Herz haben, wird es schwierig sein, menschliches Glück und Weltfrieden zu erlangen.

Glück ist immer ein Ergebnis positiv kreativer Tätigkeiten. Mehr noch, negative Aktivitäten und Handlungen entstehen nur in einem verblendeten Bewußtsein und positive Handlungen in einem von Erkenntnis geprägten Bewußtsein.

Ein entwickeltes Bewußtsein ist diszipliniert und ruhig. Es vermittelt nicht nur den betreffenden Menschen selbst, sondern auch allen anderen, mit denen er zusammentrifft, Frieden.

Die Liebe ist eine dynamische Kraft, deren Möglichkeiten wir uns bewußt machen sollten, und die wir nicht vernachlässigen dürfen, wie es oft geschieht, wenn Menschen im Zenit ihres Lebens stehen, in einem Lebensalter, in dem sie sich auf der Höhe ihrer Kräfte befinden und sich demzufolge in einer falschen Sicherheit und Unabhängigkeit wähnen.

Die rationale Begründung für diese Liebe liegt in der Erkenntnis, daß alle Lebewesen glücklich sein und nicht leiden wollen, daß alle dasselbe Recht dazu haben und daß das einzelne Individuum einer unendlichen Anzahl anderer Wesen mit ihrem Verlangen nach Glück gegenübersteht.

Man kann nicht sagen, daß es nur eine wahre Religion gibt oder daß eine Religion die beste sei. Ich zum Beispiel bin Buddhist, aber ich kann deswegen nicht behaupten, daß der Buddhismus die beste Religion sei. Obwohl für mich persönlich der Buddhismus am besten ist, kann ich daraus nicht generell auf die Überlegenheit des Buddhismus schließen.

Unter den Gläubigen der Religionen hat jeder sein eigenes System, seine eigene Methode, um zum Ziel zu kommen. Ich möchte nachdrücklich betonen, daß weder alle einem einzigen Weg folgen müssen noch es einen einzigen Weg gibt. Ich bin sicher, daß wir auch ohne Glauben zum Ziel kommen können.

Der primäre Zweck aller Gebete und religiösen Rezitationen sollte die Kontrolle und Disziplinierung des Bewußtseins sein. Es gibt verschiedene Methoden des Bewußtseinstrainings, aber an das Wohl der anderen zuerst zu denken, ist in jedem Fall außerordentlich wichtig. Gütige Empfindungen für andere sind Quelle des Glücks sowohl für die anderen als auch für einen selbst. Denkt man aber nur an sich selbst, an die eigene Behaglichkeit und das eigene Glück, kann daraus nur Leid folgen.

Da wir wissen, daß andere auch leiden, wenn ihnen Unangenehmes widerfährt, sollten wir uns bemühen, alles zu unterlassen, was für andere Anlaß zum Unbehagen oder Leiden werden könnte.

Mit einem gütigen Herzen fühlen wir in jedem Moment unseres Lebens tiefe Zufriedenheit, die auch auf unsere Umgebung und selbst auf unsere Feinde ausstrahlt. Ärger und Haß hingegen rauben uns den inneren Frieden, und in dem Moment, da wir uns im Ärger vergessen, verlieren wir die zutiefst menschliche Eigenschaft des Urteilsvermögens, das uns sagt, was richtig und was falsch ist.

Nur wenn mich jemand kritisiert und meine Fehler bloßstellt, kann ich sie erkennen und berichtigen. Also ist mein Gegner mein wahrer Freund, er ist der Prüfstein für meine innere Stärke, meine Toleranz und meine Achtung des anderen.

Der wirkliche Feind ist in uns und nicht außen. Wir müssen hier zwischen äußeren und inneren Feinden unterscheiden. Äußere Feindschaften sind nicht dauerhaft. Respektiert man den Feind, so kann er sogar zum Freund werden. Nur der Feind in unserem Herzen wird immer ein Feind bleiben, mit ihm sollte man niemals Kompromisse schließen. Denn die schlechten Gedanken können niemals Freunde werden. Man muß ihnen entgegentreten und sie zu kontrollieren lernen.

Wir machen uns selbst zu Gefangenen, indem wir vorgeben, etwas Besonderes zu sein, und versuchen, unsere wirklichen Gefühle und Gedanken voreinander zu verbergen, so daß wir anders scheinen, als wir wirklich sind.

Sind Rede und Handeln nicht von einer festen Intention im Bewußtsein untermauert, kann überhaupt nichts erreicht werden, wie sehr man sich auch mühen mag.

* * *

QUELLE:

Auszug aus dem Büchlein
Weisheit der Tibeter
Zusammengestellt von Andreas Gruschke
Stürtz- Verlag Würzburg

ISBN: 3-8003-0689-1