

Die Suche nach dem Glück

Alle Menschen streben nach Glück und wollen Leid vermeiden. In unserem Bemühen, zu den scheinbar von uns getrennten Objekten in Beziehung zu treten, schaffen wir immer wieder jenen Dualismus, aus dem Verwirrung und Leiden entstehen. Wer sich jedoch der Vergänglichkeit alles Irdischen und der aus der Anhaftung an das Vergängliche resultierenden Leidhaftigkeit bewusst geworden ist, wird das, was die breite Masse der Menschen zum Inhalt ihres Lebens, Denkens und Handelns gemacht hat, nur noch als „sinnlose Zeitverschwendung“ betrachten.

Er wird kein Verlangen mehr verspüren, sich – wie ein Goldhamster im Laufrad – in sinnloser Aktivität zu bewegen. Er ist zu jener Klarsicht gelangt, die ihm all das hat bewusst werden lassen, worüber die Aufmerksamkeit der meisten Menschen nur oberflächlich dahingleitet. Über diese Klarsicht verfügte Buddha, als er seine „Edle Wahrheit vom Leiden“ verkündete.

Dies ihre Mönche, ist die Edle Wahrheit vom Leiden: Geburt ist Leiden, Alter ist Leiden, Krankheit ist Leiden, Tod ist Leiden, Trauer ist Leiden, Jammer ist Leiden, Schmerz ist Leiden und Gram und Verzweiflung sind Leiden. Ebenso mit Unlieben vereint und von Lieben getrennt sein ist Leiden, Begehrtes nicht erlangen können ist Leiden. Dies bedeutet: Die fünf Skandhas – Körperlichkeit, Empfindungen, Wahrnehmungen, Geistesregungen und Bewusstsein – sind Leiden.

Dieser Satz ist Ausdruck höchster philosophischer Überlegung und meditativen Schauens. Buddha verwendet hier die Begriffe in einem über die alltagssprachliche Wortbedeutung weit hinausgehenden Sinn. Alle die oben aufgeführten Situationen sind vom Leben nicht zu trennen, und solange die trügerische, leere Natur der Skandhas nicht durchschaut ist, ist man an dieses Leidensrad des Samsara gebunden.

Hier wird der Leser vielleicht einwenden, dass unser Dasein in der Welt zwar kein ungetrübtes Freudenfest ist, aber doch auch seine schönen und erfreulichen Seiten hat. Diesem Einwand soll auch keinesfalls widersprochen werden – ganz im Gegenteil! Sind es doch gerade die schönen und freudigen Dinge, die das Leben so lebenswert erscheinen lassen.

Doch die Kehrseite der Medaille ist diese: Welche Freude uns das Leben auch bescheren mag, jedes Glück, ja alles was wir lieben, ist letztendlich nur von begrenzter Dauer. Hinzu kommt, dass alles, was wir erreichen, uns niemals wirklich Befriedigung geben kann, da wir ja eigentlich, ohne es zu wissen, etwas ganz anderes suchen, weshalb der Kirchenvater Aurelius Augustinus sagt:

Du, oh Gott, hast uns zu Dir hin erschaffen, und deshalb ist unser Herz unruhig, bis es ruht in Dir.

Da alles, was wir erreichen, uns somit keine endgültige Befriedigung geben kann, bleiben wir innerlich unzufrieden und setzen unsere Ziele immer höher. Doch jeder Versuch, einen Zustand dauerhafter Zufriedenheit auf den unbeständigen und bedeutungslosen Freuden dieser Welt aufzubauen, muss letztlich in Enttäuschung enden.

Wir greifen nach dem, was wir für Gold halten, und haben in den Händen letztlich nichts als trockenen Sand, der uns zwischen den Fingern zerrinnt. Wir Menschen jagen nach dem Glück, indem wir mit allen Mitteln versuchen, unsere Wünsche zu befriedigen; wenn sie erfüllt werden, sind wir fröhlich – wenn nicht, sind wir traurig. Das Verhängnisvolle jedoch ist, dass die Wünsche wie ein Buschfeuer brennen und nach immer mehr Brennstoff verlangen. Der chinesische Zen-Meister Bodhidharma (6. Jh.), bekannt als der erste Patriarch des Zen-Buddhismus, meint hierzu:

Die Menschen der Welt sind ewig in Verwirrung, sie heften sich überall an dieses oder jenes Ding. Die Weisen jedoch begreifen die Wahrheit und sind nicht wie die Gemeinen. Ihr Geist verweilt gelassen im Ungeschaffenen, während der Körper in Übereinstimmung mit dem Gesetz der Verursachung handelt und wandelt. Alle Dinge sind leer, und da ist nichts Begehrens- und Erstrebenswertes. Diese Welt, wo

auch immer man zu lange verweilt, ist wie ein brennendes Haus. Weil die Weisen gründlich vertraut sind mit dieser Wahrheit, heften sie sich nie an etwas Werdendes, ihre Gedanken sind zur Ruhe gekommen, sie verweilen in Wunschlosigkeit. Im Sutra heißt es: Wo auch immer ein Begehren ist, da findest du Leiden, wenn das Begehren aufhört, bist du frei vom Leiden. Nicht-Begehren ist der Weg zur Wahrheit. Darum sage ich euch: „Seid ohne Begehren!“

Die meiste Zeit unseres Lebens werden wir von einem bestimmten oder auch unbestimmten Verlangen nach diesem oder jenem geplagt, nur um das kurze, vergängliche Glück des Augenblicks zu erhaschen. Wir neigen dazu, Glück mit Vergnügen zu verwechseln, ohne zu erkennen, dass Vergnügen nur eine Illusion, ein Schatten des Glücks ist. In diesem Wahn verbringen die meisten von uns ihr ganzes Leben, ständig auf der Suche nach neuen Vergnügungen. Doch alles ist vergänglich und kann uns kein andauerndes, wahres Glück bescheren. Demzufolge kann wahres Glück nur im „Unvergänglichen“ gefunden werden, nur in dem, was unabhängig ist von Raum und Zeit. Denn die Gegenwart ist nicht greifbar, die Vergangenheit ist nur ein Gedanke und die Zukunft gleichermaßen.

Wir können keinen Augenblick festhalten, ohne dass sich nicht sofort die Vergangenheit seiner bemächtigt und ihn zur Erinnerung werden lässt. Augustinus weiß die Situation mit sehr kraftvollen Worten zu beschreiben:

Diese Tage sind nicht. Beinahe gehen sie eher, als sie kommen. Und da sie kamen, können sie nicht Bestand haben. Sie verschlingen sich, folgen sich und halten nicht an. Nichts vom Vergangenen lässt sich zurückrufen. Was zukünftig ist, wird als Vorübergehendes erwartet. Noch nicht hat man es, solange es nicht kam. Nicht kann man es halten, da es kam. Des Augenblicks Flut reißt alles mit sich. Der Dinge Strom braust vorbei.

Die Vergänglichkeit all dessen, was wir mit unseren Sinnen wahrnehmen, ist eine der hauptsächlichen Ursachen unserer Leiderfahrung. Diese Welt ist vergänglich, und Vergänglichkeit ist Leid. Doch wir leiden nicht, weil die Dinge dieser Welt vergänglich sind, sondern weil wir uns an das Vergängliche anklammern. Demzufolge leiden wir nicht, weil die Welt nicht in Ordnung ist, sondern weil wir nicht in Ordnung sind. Hierzu sagt Meister Eckhart:

Alles Leid kommt her von Liebe und Zuneigung. Darum, habe ich Leid wegen vergänglicher Dinge, so habe ich und hat mein Herz noch Liebe und Hang zu vergänglichen Dingen und habe ich Gott nicht aus meinem ganzen Herzen lieb und liebe noch nicht das, was Gott von mir und mit sich geliebt wissen will. Was Wunder ist es dann, wenn Gott zulässt, dass ich ganz zu Recht Schaden und Leid erdulde.

Diesen Worten des großen christlichen Mystikers entnehmen wir, dass unsere Befreiung vom Leiden nichts anderes sein kann als eine Loslösung von allen Anhaftungen. Diese Loslösung hat aber nichts zu tun mit einer weltverachtenden, negativen Geisteshaltung. Vielmehr geht es dabei um eine Änderung unserer „Einstellung“ den Dingen gegenüber. Alle unsere Bemühungen um Befreiung aus dem Samsara, dem Kreislauf von Geburt und Tod, sollten niemals eine Verachtung der Welt sein, sondern eine Loslösung von unseren Anhaftungen an diese.

Es geht darum, alles loszulassen, um alles auf einer neuen Ebene zurückzuerhalten. Hierbei gelangen wir zu einer völlig neuen Sichtweise mit einer daraus resultierenden Freiheit und „inneren“ Losgelöstheit von den Dingen. Solch ein wirkliches Freisein von den Dingen kann aber niemals durch eine Entbehrung der Dinge selbst erreicht werden, weil diese uns noch nicht entleert, solange wir noch Verlangen nach ihnen haben. Nur indem wir leer werden von unseren Neigungen und Begierden nach den Dingen, lösen wir uns von unseren Anhaftungen. Das ist erst, was uns wirklich frei und leer macht, selbst wenn wir viele Dinge besitzen. Mit den Worten Meister Eckharts:

Wir sollen haben, als ob wir nicht hätten, und doch alle Dinge besitzen.

Und so sagt auch der Apostel Paulus:

Wer alle Dinge so besitzt, als besäße er sie nicht besitzt alle Dinge im richtigen Maß.
(1.Kor 7,29-31)

Quelle: Zensho W. Kopp, Zen und die Wiedergeburt der christlichen Mystik, Schirner Verlag Darmstadt, 2004