

# Besser geben, als zu konsumieren

ein Abendvortrag, gehalten am 17. August 2011, vom  
Ehrwürdigen Thanissaro Bhikkhu  
frei übersetzt ins Deutsche

In den Fragen an den Novizen, ist die aufmerksamkeiterregende, jene die aller anderen vorangehende: Was ist Eins? Und die Antwort ist: Alle Wesen bestehen durch Nahrung fort. Dies ist, was uns als Wesen definiert: Die Tatsache, dass wir Nahrung brauchen, um unsere Existenz zu erhalten. Und für die meisten von uns, ist dies ein dominanter Teil in unserem Leben. Was wir konsumieren, ist eine bedeutende Angelegenheit.

Jahre zurück war da eine TV-Serie, der Lifestyle der Reichen und Berühmten und sie zeigten keinerlei reiche oder berühmte Leute, die selbst etwas machten oder Dinge herzeigten, die sie selbst erzeugt hatten. Es ging nur darum, was sie gekauft hatten, was sie konsumierten. Unsere Gesellschaft ist besessen von Konsum. Einer meiner bevorzugten New Yorker Cartoons zeigt ein Paar im Wohnzimmer sitzend, sich mit ein paar Freunden unterhaltend, und der Mann sagt: "Sicher hatte es seine Höhen und Tiefen, aber im Großen und Ganzen haben Margaret und ich festgestellt, dass die Konsumerfahrung, eine sich lohnende ist."

Das ist die Haltung von vielen von uns, wenn wir zum Dhamma kommen. Wir sind nicht nur gewohnt Dinge zu konsumieren, sondern auch Erfahrungen. Da ist eine gewaltige Industrie, die Erfahrungsindustrie, in der man Erfahrungen für Sie zum Erstehen erzeugen. Sie verkaufen Ihnen keine Fords, sie haben Ihnen die Erfahrung, einen Ford zu haben, verkauft. So ist es verständlich, dass Leute, wenn sie zur Meditation kommen, über die Meditationserfahrung denken, diese wäre ebenfalls konsumierbar. Wir wollen das Glück, wir wollen das Vergnügen, die Empfindung von Freiheit, von der wir gehört haben, dass dieses mit Achtsamkeit und Konzentration aufkommt. Aber um diese Dinge konsumieren zu können, müssen wir es zuerst produzieren.

Dies ist warum der Buddha seine Lehren auf der grundlegendsten Ebene beginnt, er beginnt mit Großzügigkeit. Es ist die erste Perfektion, die erste seiner Lehren in den ansteigenden Lehrreden, wenn er Personen Stufe für Stufe hoch bis zu den Vier Edlen Wahrheiten führt. Er beginnt mit Großzügigkeit und geht dann weiter zur Tugend, dem Lohn der Tugend im Himmel, dann zu den Nachteilen dieser Löhne und letztlich zum Wert der Entsagung. Sobald der

Geist erkennen kann, dass Entsagung eine gute Sache sein würde, dann ist er bereit für die Vier Edlen Wahrheiten.

Auf vielfache Weise ist Entsagung eine Fortsetzung des Prinzips von Großzügigkeit. Sie lernen, dass Sie etwas geben oder aufgeben müssen, um etwas von größerem Wert zurück zu erhalten. So hält uns der Buddha an, anstelle zur Meditation als Konsumenten, als Geber zu kommen. Was werden Sie für die Praxis geben?

Einige der berühmten Ajaans in Thailand erzählen klar darüber, wie die Ausübung durchwegs eine einzige Sache ist. Mit anderen Worten, beginnt diese mit einem Prinzip und arbeitet die Konsequenzen dieses Prinzips, den ganzen Weg bis zum Ende, heraus. Und diese eine Sache ist das Prinzip des Gebens. Dies ist was uns hinter und über die Ebene erhebt, einfach nur Wesen zu sein, die konsumieren und sich nähren müssen. Erinnern Sie sich, dass der Arahant jemand ist, der nicht mehr durch ein Begehren definiert ist und daher nicht mehr als Wesen bezeichnet wird. Da Arahants Nahrung vollkommen verstanden haben, kann deren Fährte nicht mehr aufgespürt werden. Selbst deren "Konsumieren" von Nahrung ist ein Geschenk. Jene, die den Arahants geben, werden viele Male belohnt. Dies ist der Grund, warum der Arahant die einzige Person ist, welche die Almosen des Landes verzehren kann, ohne sich eine Schuld aufzuerlegen.

So ist die Praxis, von Beginn an, eine des Gebens. All zu oft begegnen wir Lehrvorträgen über Dana, die leicht verschleierte Bitten um Geld sind, und dies ist der Grund, warum manche Leute wahrlich eine Abneigung gegenüber diesem Thema haben. Aber Buddha hatte eine Etikette rund um diese Sache gegeben. Da ist im Kanon eine Geschichte, über ein paar Mönche, die dabei waren Hütten zu bauen. Sie begannen in Wettbewerb gegenüber einander zu geraten, wen von ihnen es wohl möglich wäre, die schönste Hütte zu bauen. Sie baten ständig um Material und Arbeitskräfte und die Haushälter wurden, mit all den Anfragen und Bettelein, geplagt. Wenn sie einen Mönch sahen, drehten sie sich weg, rannten davon, verschlossen die Tore. Wie die Geschichte erzählt, würden sie manchmal sogar in der Nacht, wenn sie in der Ferne eine Kuh kommen sahen, weglaufen, da sie annahmen, es sei ein Mönch. So schlimm wurde die Angelegenheit.

So rief der Buddha die Mönche zusammen, und gab ihnen eine Serie von Geschichten, in welcher Form es Leute nicht mögen, angebettelt zu werden. Eine Geschichte erzählt von zwei Einsiedlern, ein älterer und ein jüngerer Bruder, die nahe eines Flusses lebten. Eine Naga, eine wunderhübsche Naga, kam jeden Tag aus dem Fluß und zeigte sich dem jüngeren Bruder. Dies

ängstigte den jüngeren Bruder, denn er hatte keine Ahnung, was die Absichten der Naga waren und wer weiß, was sie vielleicht mit ihm versuchen wollte. So ging er zu dem älteren Bruder und fragte ihn: "Was kann ich tun, um die Naga davon abzuhalten zu kommen?" So sprach der ältere Bruder: "Hat die Naga irgend etwa wertvolles?" Der jüngere Bruder sprach: "Ja, sie hat ein schönes Juwel um die Hüfte." So sprach der ältere Bruder: "Gut, wenn Ihr das nächste mal die Naga seht, bittet um das Juwel."

So am nächsten Tag die Naga kam, und sie vor dem jüngeren Einsiedler stand, bat der Einsiedler um das Juwel. Darauf entfernte sich die Naga. Am Folgetag, als die Naga auf halbem Weg vom Fluss zu der Höhle des Einsiedlers war, erbat der Einsiedler abermals das Juwel. So entfernte sich die Naga. Und am dritten Tag, bat der jüngere Einsiedler, in dem Moment, als die Naga aus dem Fluss kam, um das Juwel und die Naga sagte: "Gut. Das ist genug. Ich komme nicht wieder, Sie verlangen zu viel von mir." Und danach, als die Naga aufhörte wieder zu kommen, vermisste der junge Bruder diese natürlich. Es war in gewisser Weise aufregend eine Naga wie diese im Zuge der Meditation zu sehen. Aber zu diesem Zeitpunkt hatte sie sich schon abgewendet.

Wenn Großzügigkeit als Teil eines Bettelvortrages präsentiert wird, dass ist was diese "Dana-Vorträge" sind, so ist dies nicht wirklich willkommen. Als Ergebnis verfehlen wir die Bedeutung von Großzügigkeit und übersehen auch eine Menge anderer Aspekte der Praxis, denn die Ausübung muß mit Großzügigkeit beginnen. Großzügigkeit ist nicht nur eine Angelegenheiten von Gegenständen. Sie lernen, wie Sie Zeit, wie Sie Ihre Energie, wie sie Ihr Wissen geben können und indem Sie dies tun, verändern Sie die gesamte Beziehung zu der Welt um Sie herum. Sie sind nicht einfach ein Wesen, dass isst und isst und Dinge und Erfahrungen konsumiert. Sie finden heraus, dass Sie Dinge in sich tragen, die Sie teilen können, Dinge, die Sie geben können, und damit kommt ein Gefühl von Wohlstand auf. Wenn alles woran Sie denken konsumieren ist - "Was habe ich davon? Was habe ich davon?" - sind Sie arm. Ganz egal wie viel Sie besitzen, sind Sie arm, denn da ist stets ein großer Mangel. Wenn Sie jedoch jede Situation mit der Frage: "Was kann ich geben?", aufwarten, kommen Sie aus einer Position des Wohlstandes heraus. Und Sie entdecken, dass Sie Reserven an Energie und Wissen haben, welches Sie teilen können, und mit dem Teilen erlangen Sie vieles zurück, eine Menge von größerem Wert.

Beide, Großzügigkeit und Entsagung sind Formen von Handel. Da gibt es einen Abschnitt, in dem ein Mönch sagt: "Ich werde mit jenem handeln, das für das Todlose stirbt. Ich vertreibe was eingeschränkt zur Ungebundenheit ist." Sie handeln hinauf. Sie können nichts Besseres erlangen, ohne geringere Dinge

aufzugeben. Wenn Sie dies verstehen, wird Ihnen klar, dass alles was Sie in der Ausübung tun, Sie mit einer Haltung von "Was kann ich Geben" vollbringen wollen. Wenn Sie keine materiellen Dinge haben, wie sieht es mit Ihrer Zeit aus? Wie steht es um Ihre Energie, Ihr Wissen, Ihren Geschicken? Wenn Sie sich mit Leuten abgeben, ist die Frage nicht so sehr "Wie viel unterhalten mich diese?", oder "Was habe ich von Ihnen?". Sie ist: "Was kann ich gebe? Was kann ich zu Situation beitragen?" Da gibt es zum Beispiel Zeiten, in denen viel Spannung im Raum ist. Können Sie etwas Frieden teilen? Können Sie etwas Humor geben? Etwas, dass es besser macht.

Tugend ist auch ein Geschenk. So wie der Buddha sagt: Wenn Sie beschließen, niemanden, unter keinen Umständen zu verletzen, nicht zu töten, nicht zu stehlen, keine sexuellen Vergehen, kein Lügen, keine berauschenden Mittel zu nehmen, geben Sie uneingeschränkten Schutz für alle Wesen. Mit anderen Worten, haben diese letztlich nichts aus Ihrem Bereich zu befürchten. Sowie Sie diesen uneingeschränkten Schutz geben, erhalten Sie selbst einen Anteil an diesem Schutz. So ist auch Tugend ein Geschenk.

Meditation ist ein Geschenk. Sie müssen Ihre Energie geben, Sie müssen Ihre Aufmerksamkeit geben, um Ihre Achtsamkeit zu entwickeln. Wenn Sie auf den Atem gesammelt sind, ist es gut, nicht an etwas anderes festzuhalten. Achten Sie nur auf sich selbst, wie Sie völlig in den Atem und den Körper eintauchen. Die Vergütung ist, dass Sie eine umfassende Erfahrung von Leichtigkeit und Erfrischung machen. Wenn Teile von Ihnen zurückgezogen werden, sind dies Teile von Ihnen, die nicht daran teilnehmen und so erlangt man nicht den wahren Wert.

Versuchen Sie also mit einer Haltung zur Praxis zu kommen, die ausschließlich Geben beinhaltet. Letztlich wollen Sie Ihre Gier, Ablehnung und Unwissenheit aufgeben, Sie wollen selbst ihren Sinn für Selbst, viele Ansichten über Selbst aufgeben. Zuerst geben Sie Ihre ungeschickten Wahrnehmungen auf, sobald Sie die geschickten entwickeln. Doch dann, wenn Sie so hart am Entwickeln der geschickten gearbeitet haben, sagt der Buddha, das Sie diese ebenfalls, zum Zwecke von langfristigem Wohlsein und Glück, aufgeben müssen. Da ist eine Vergütung, die von "nicht daran hängen" kommt.

Sie handeln sich stets hinauf, aber Sie können keinen Handel machen, ohne mit Geben zu beginnen. Wenn Sie in der Konsumiereinstellung bleiben, verschwenden Sie nur Ihre alte Güte.

Einer von Buddhas herausragendsten Schüler war eine Frau, Visakha, deren Kosenamen Migaras Mutter war. Diesen hatte sie nicht, weil sie einen

Sohn Namens Migara hatte. Ihr Vater hatte den Namen Migara. Der Grund, warum sie seine Mutter genannt wurde, war der, dass sie sah, dass dieser einfach nur seine alten Verdienste aufbrauchte. Er war stets in Konsumiereinstellung und sie brachte ihn dazu dies zu realisieren. Sie hatte von Buddha das Dhamma gelernt, und so lehrte sie es ihm: "Ihr lebt nur Eure alten Verdienste aus, und wenn Ihr keine neue Güte erschafft, werdet Ihr Euch selbst aufbrauchen." Das war die Lehre, die ihn dazu brachte seine Wege zu ändern. Weil sie sein Lehrer war, wurde sie seine Mutter genannt. Sie hatte Ihm das Geschenk des Dhammas gegeben.

So erinnern Sie sich: Wir sind hier um über uns selbst hinauszugehen, darüber hinaus zu gehen nur ein Lebewesen zu sein, das die ganze Zeit über konsumiert. Wir versuchen uns zu redefinieren und dieses nicht mittels dem, was wir essen oder was wir besitzen, sondern was wir produzieren, was wir geben können. Dieses im Geist umzustellen, verändert alles. Schwierige Flickstellen kommen im Zuge der Meditation auf, und Sie fragen sich nicht: "Warum ist das so schlecht? Bedeutet dies, dass ich ein schlechter Meditierender bin?" Sie sagen: "Nein, was kann ich zu dieser Situation beitragen, dass es nicht zum Schneeballeffekt kommt. Welche Restmittel habe ich noch? Was kann ich zu dieser Situation beitragen, dass es zu einer anderen Art der Situation wird?" Wenn die Dinge gut laufen, dann abermals: Was geben Sie, dass diese auch weiterhin so gut laufen? Sie sitzen nicht nur einfach und schlürfen das Vergnügen und die Freude auf. Sie achten auf diese. Sie geben Ihre Energie, um diese zu beschützen., sodass Sie, wenn Sie mehr und mehr in die Gebeeinstellung kommen, wenn Sie letztlich einen Geschmack von der Todlosigkeit haben, Anstelle zu versuchen, danach zu langen oder daran zu halten, was eine Trennung zu der Erfahrung platziert, Sie alle Anhaftung, die Sie darum haben mögen, aufgeben. Dies ist, wie Sie Todlosigkeit erreichen.

Im Geben sind Sie daher nicht zurückgelassen. Sie geben Dinge von geringerem Wert, für Dinge von größerem Wert, auf. Und so erinnern sie sich, dass der einzige Weg sich hochzuhandeln jener ist, gewillt zu sein, zuerst einmal etwas zu geben. Sonst gibt es kein Returgeld.