

Ein Weg für gewöhnliche Menschen¹

Wir alle leben in einer rauhen Umwelt, der wir verhaftet sind, mit wenig Aussicht, ihr aus eigener Kraft entrinnen zu können, so sehr wir das auch wünschen mögen. So scheint es unmöglich zu sein, jemals zur Ruhe zu kommen, aber dieses scheinbar Unmögliche ist doch möglich, da der Erhabene klar und deutlich einen Weg aufgezeigt hat, der bei Aufwendung von genügend Energie und Ausdauer aus dieser Situation, aus dieser *Samsâra*-Welt hinausführt.

Diesen Weg ist Er selbst gegangen, ganz auf sich selbst gestellt, ohne Unterstützung durch menschliche oder göttliche Kräfte, und Er hat das Höchste Ziel der Vollkommenen Erleuchtung, das Höchste Wissen, die endgültige Befreiung vom Leiden erreicht und damit ein für allemal bewiesen, daß dieses Ziel kein bloßer idealistischer Wunschtraum ist, sondern Wirklichkeit: die letzte und höchste Wirklichkeit, die zu erreichen jedem möglich ist – jedem Menschen aus Fleisch und Blut, wie Er es auch gewesen ist.

Aber nicht nur Er selbst ist diesen Weg bis zum Ende gegangen, sondern auch unzählige Seiner Jünger, die vorbehaltlos Seiner Lehre und Seinem Beispiel folgten, haben zu Seinen Lebzeiten und auch nachher das gleiche Höchste Ziel verwirklicht und damit den Beweis für die ganz allgemeine Gültigkeit sowohl der Lehre als auch des durch sie aufgewiesenen Ziels des dorthin führenden Weges erbracht.

Es ist nun sicher nicht richtig zu sagen, daß es der Erhabene, Seine zeitgenössischen Schüler und die Nachfolgenden wahrscheinlich nicht so schwer gehabt haben, da die äußeren Umstände vor mehr als zweieinhalbtausend Jahren sicher nicht so rauh, so schwierig, so hinderlich gewesen sind, wie es in unserer Gegenwart der Fall ist. Ich kann mich einem Glauben an ein in grauer Vorzeit liegendes „Goldenes Zeitalter“ nicht anschließen, weil nach den Erkenntnissen des Erhabenen, des Vollkommen Erwachten und Seiner darauf basierenden Darlegungen das Leiden ein für allemal ein integrierender Bestandteil dieser *Samsâra*-Welt ist: Geburt, Alter, Krankheit und Tod – damals wie heute und heute wie damals trotz aller hochgepriesenen

¹ Dieser Text trägt im Originalmanuskript keinen Titel. Dieser wurde vom Herausgeber eingefügt. (A.S.)

heute und heute wie damals trotz aller hochgepriesenen äußeren Fortschritte!

Diese *Samsâra*-Welt ist so und das ist der Wirklichkeit entsprechend hinzunehmen. Weltverbesserungspläne haben keine Aussicht auf Erfolg, denn diese *Samsâra*-Welt ist nicht umzukehren und leidensfrei zu machen, nur: w i r können umkehren und, wie wir das machen können, das hat uns der Erhabene auf mannigfache Weise aufgezeigt, um allen unterschiedlichen Anlagen und Charakteren der Wesen zu entsprechen.

Um diese Tatsache zu wissen, ist für uns von größter Bedeutung, denn wenn es nur darauf ankäme, den Weg auf die gleiche Weise zu verwirklichen, wie Er es mit einem ungeheuren Aufwand an Energie und Ausdauer getan hat, dann wäre die Verwirklichung des Höchsten Zieles für uns Durchschnittsmenschen, die wir nicht mit so außerordentlicher Energie und Ausdauer begabt sind, de facto unmöglich.

Daß Er jedoch viele Möglichkeiten zur Verwirklichung erschlossen hat, damit allen die Befreiung vom Leiden möglich ist, beweist Sein wirklich allumfassendes Erbarmen, das seinen Grund in der Vollkommenheit Seiner Erleuchtung hat.

So können wir uns denn mit unserem geringeren Maß an Energie, nur mit unerschütterlicher Beharrlichkeit und Ausdauer, auf den Weg machen und sicher sein, daß wir ebenfalls, so wie auch Er, zum Ziel gelangen.

Welches ist nun die Art und Weise, die uns gemäß ist und die uns, wenn wir nur ausreichende Beharrlichkeit und Ausdauer aufbringen (was uns durchaus möglich ist), zum Ziele führt?

Lassen Sie es mich kurz zusammenfassen:

1. Nach Möglichkeit t ä g l i c h eine Lehrrede nicht nur lesen, sondern im reinsten Sinne des Wortes „rezitieren“, d.h. den Text mitsprechen, was, falls es nicht möglich ist sich abzusondern, auch ganz leise, ja „tonlos“, doch mit Bewegung der Lippen geschehen kann. Dafür sollte eine persönlich „ansprechende“ Lehrrede gewählt werden und diese sollte nicht zu häufig (am besten gar nicht oder nur sehr selten) gewechselt werden, damit ihr Gehalt sich allmählich dem Bewußtsein einprägen kann, aus dem ja unser Denken und Handeln seine Impulse empfängt.

2. S t ä n d i g bemüht sein, die Lebensführung mit den Prinzipien des Edlen Achtfachen Pfades in Einklang zu bringen, so unvollkommen diese Praxis auch in ihren Auswirkungen sein mag. Die aus dem Edlen Achtfachen Pfad kondensierten *Panca Sila* erfüllen denselben Zweck. Auch diese Praxis dient der Formung des Bewußtseins zum Dharma-Bewußtsein.
3. A n r u f u n g des Heiligen Namens – nicht nur, um mit kritischen Situationen besser fertig werden zu können oder um das Wirken der „Wunderbaren Macht des Hauptgelübdes“, die Hingeburt in eine bessere „Welt“ (das Lautere Land), sicher zu stellen, sondern vor allem in Verbindung mit Gedanken der Dankbarkeit für die kostbare Gabe der Buddhistischen Religion und die Sicherheit der endgültigen Befreiung vom Leiden, die durch das Große Gelübde des Buddha Amida gegeben ist.

Nun seien Sie, meine Freunde, bitte nicht enttäuscht, wenn ich diesen drei Punkten nicht noch einen vierten hinzufüge, nämlich „Meditation“, ein Begriff, mit dem so viel Unfug getrieben wird und den ich daher gern vermeide, um mich nicht durch entstehende Gedankenassoziationen der Identifizierung mit alledem auszusetzen.

Wenn Sie aber die angeführten drei Punkte aufmerksam zur Kenntnis nehmen, werden Sie ohne Schwierigkeiten erkennen, daß diese drei Punkte die Meditation in ihrem reinsten Sinne bedeuten, nämlich die konzentrierte, zeitlich begrenzte Form in der Rezitation der Lehrrede und die ständige Meditation in dem Bemühen um die Praxis des Edlen Achtfachen Pfades, welche es erfordert, sich diesen ständig vor Augen zu halten, – sowie die Anrufung des Heiligen Namens, möglichst ohne „Zweckgebundenheit“.

Zum Schluß möchte ich lediglich nochmals festhalten, daß ohne Ausdauer kein positives Ergebnis im Sinne der religiösen Verwirklichung zu erwarten ist, aber es ist wirklich nicht unmenschlich schwer, Ausdauer zu haben: ein geringer Einsatz für den Höchsten Gewinn, welcher die endgültige Befreiung vom Leiden und die Verwirklichung der Höchsten Erkenntnis ist.

Namu Amida Butsu.