

Die Kuh, die weinte

AJAHN BRAHM



BUDDHISTISCHE GESCHICHTEN
ÜBER DEN WEG ZUM GLÜCK

Lotos

Moment, in dem er etwas Wirksames tun konnte, beispielsweise flüchten.

Wer keinen Tee mag, sollte folgenden Spruch beherzigen:
»Wenn es nichts zu tun gibt, dann tu auch nichts.«

Das scheint eine Binsenweisheit zu sein, aber sie könnte Ihr Leben retten.



Sich mit dem Strom treiben lassen

Ein weiser Mönch, den ich seit vielen Jahren kenne, wanderte mit einem alten Freund durch eine unbewohnte Gegend. An einem heißen Nachmittag erreichten sie einen wunderschönen langen Sandstrand. Obwohl Mönchen eigentlich untersagt ist, aus reinem Vergnügen zu schwimmen, verspürte dieser Mönch das Bedürfnis, sich nach der langen Wanderung abzukühlen. Und das blaue Wasser sah höchst einladend aus. Also zog er sich aus und stieg hinein.

Als junger Mann, bevor er sich für das Klosterleben entschieden hatte, war er ein kräftiger Schwimmer gewesen. Inzwischen waren jedoch viele Jahre seit seinem letzten Bad im Meer vergangen.

Nach ein paar Minuten des Herumschwimmens geriet er in eine starke Strömung und trieb aufs Meer hinaus. Später wurde ihm erzählt, dass es sich wegen der unberechenbaren Strömungen um einen sehr gefährlichen Strand handelte.

Zunächst versuchte der Mönch noch, gegen die Strömung anzuschwimmen, doch er merkte bald, dass er das nicht schaffen konnte. Jetzt kam ihm seine Ausbildung zu Hilfe. Er entspannte sich und ließ sich vom Strom treiben.

Es gehört viel Mut dazu, sich in einer solchen Lage zu entspannen, vor allem, wenn man sieht, wie sich das Ufer immer weiter von einem entfernt.

Hunderte von Metern trennten ihn vom Strand, als die Kraft der Strömung nachließ und er damit beginnen konnte, zum Strand zurück zu schwimmen.

Er erzählte mir, dass er dabei seine allerletzten Kraftreserven aufbrauchte und völlig erschöpft am Strand ankam. Er war davon überzeugt, dass er in der Strömung untergegangen wäre, wenn er versucht hätte, gegen sie anzukämpfen. Dabei hätte es ihn genauso weit nach draußen getrieben, aber dann wäre er zu entkräftet gewesen, um zurückzuschwimmen. Wenn er nicht losgelassen und sich dem Strom nicht ergeben hätte, wäre er untergegangen, meinte er.

Solche Anekdoten verdeutlichen, dass die Redewendung »Wenn es nichts zu tun gibt, tu nichts« nicht nur eine schrullige Theorie ist, sondern eine lebensrettende Weisheit sein kann. Wenn der Strom stärker ist als Sie, sollten Sie sich treiben lassen, und wenn Sie dann wieder handeln können, ist es Zeit, sich anzustrengen.



Zwischen Tiger und Schlange gefangen

Eine alte buddhistische Geschichte beschreibt auf ähnliche Weise, wie wir auf eine Krise reagieren können, wenn es um Leben oder Tod geht.

Ein Mann wird von einem Tiger in den Urwald gejagt. Tiger laufen erheblich schneller als Menschen, und außerdem verspeisen sie gern Zweibeiner. Dieser Tiger ist sehr hungrig und der Mann in großen Schwierigkeiten.

Der Tiger hat ihn fast schon erreicht, als der Mann plötzlich einen Brunnen sieht. Vor lauter Verzweiflung springt er hinein. Noch im Sprung erkennt er, dass er einen großen Fehler gemacht hat. Der Brunnen ist ausgetrocknet, und auf seinem Grund ringelt sich eine gewaltige schwarze Schlange. Instinktiv streckt er



Nicht daran denken ist die halbe Miete

Die Leute denken heutzutage zu viel. Wenn sie den Denkprozess nur ein wenig einschränken würden, verlief ihr Leben viel angenehmer.

In unserem Kloster in Thailand gab es jede Woche eine Nacht, in der die Mönche nicht schliefen, sondern im Hauptsaal meditierten. Das gehörte zur Tradition des Waldklosters und war nicht sonderlich schlimm, da wir am nächsten Morgen ein Nickerchen machen durften.

Nach einer dieser Nacht-Meditationen, als wir alle zu unseren Hütten gehen wollten, um uns hinzulegen, winkte der Abt einen jungen australischen Mönch zu sich. Zu dessen Entsetzen drückte ihm der Abt einen Haufen Roben in die Arme und forderte ihn auf, sie augenblicklich für ihn zu waschen. Es gehört auch zu unserer Tradition, die Wäsche des Abts zu waschen und andere kleine Dienste für ihn zu verrichten.

Es war ein Riesenhaufen Wäsche, die zudem auf traditionelle Weise gereinigt werden musste. Dafür schöpfte man als Erstes Wasser aus dem Brunnen. Danach wurde ein Feuer entzündet und das Wasser zum Kochen gebracht. Mit der Machete des Klosters wurde dann ein Stamm von einem Jackfruchtbaum in kleine Stücke gehauen, die ins kochende Wasser geworfen wurden. Dort entließen sie dann ihren Saft, der als »Waschmittel« diente. Danach musste jede Robe für sich in einen langen Holztrog gelegt werden, ehe das kochende braune Wasser darüber geschüttet wurde. Mit der Hand wurde die Robe dann so lange beklopft, bis sie sauber war. Danach musste der Mönch die Roben in der Sonne trocknen und sie dabei von Zeit zu Zeit umdrehen, damit der natürliche Farbstoff nicht streifig wurde. Es war schon ein höchst zeitraubender und beschwerlicher Vorgang, nur eine einzige Robe zu waschen. Und es würde Stunden dauern, ehe man mit so vielen Roben durch war. Der junge australische Mönch war müde, weil er die ganze Nacht nicht geschlafen hatte. Er tat mir Leid.

Also folgte ich ihm in den Wäscheschuppen, um ihm zu helfen. Als ich ankam, fluchte er ganz unbuddhistisch in seinem australischen Heimatdialekt. Er beschwerte sich bei mir darüber, wie unfair und grausam diese Aufgabe war.

»Hätte der Abt nicht bis morgen warten können? Er weiß doch, dass ich die ganze Nacht nicht geschlafen habe! Deswegen bin ich doch nicht Mönch geworden!« Dies sind nicht seine genauen Worte, aber nur diese lassen sich drucken.

Damals war ich schon seit einigen Jahren Mönch. Ich wusste, wie er sich fühlte, und ich kannte auch die Lösung seines Problems.

»Es ist viel schwerer, darüber nachzudenken, als es einfach zu tun«, sagte ich zu ihm.

Er schwieg und starrte mich an. Nach ein paar Minuten der Stille machte er sich ruhig an die Arbeit, und ich ging schlafen. Später bedankte er sich bei mir dafür, dass ich ihm beim Waschen geholfen hatte. Er hatte herausgefunden, dass es stimmte: Über die Sache nachzugrübeln, war der schwerste Teil der ganzen Angelegenheit. Als er mit seinen Klagen aufhörte und einfach zu waschen anfang, gab es überhaupt kein Problem mehr.

Grübeln erschwert alles im Leben.



Eine bewegende Erfahrung

Schon in meinen frühen Jahren als Mönch im nordöstlichen Thailand wurde mir die unbezahlbare Lektion zuteil, dass »Grübeln alles im Leben erschwert«. Ajahn Chah baute die neue Versammlungshalle für sein Kloster, und viele von uns Mönchen halfen ihm dabei. Ajahn Chah stellte uns oft auf die Probe, wenn er erklärte, dass ein Mönch, der den ganzen Tag für nur ein oder zwei Pepsis hart arbeitete, dem Kloster viel billiger kam, als wenn es Arbeiter aus der Stadt einstellte. Gelegentlich dachte ich daran, eine Gewerkschaft für Junior-Mönche zu gründen.