

**European Meeting of Friends:  
Christian Studies of Buddhism - Review  
9 - 11 Feb 96**

**Academy of Mission, Hamburg  
Draft agenda**

**Friday 9th**

17 - 18:00 Arrival at Academy, check in

18:30 Supper

19:45 Introduction: Introducing ourselves

20:15 1) Talk: What I expect of friendship with Christians

Dr. Rewata Dhamma (Birmingham, Great Britain)

Moderator: Gerhard Köberlin

21:45 Meditation

Gundula Meyer (Ohof, Germany)

**Saturday 10th**

7:30 Meditation

8:00 Breakfast

9:00 2) Christian Studies of Buddhism: Issues, Experiences I

Reporting by the participants from Great Britain, Ireland, Russia, Sweden

Moderator: Aasulv Lande (Lund, Sweden)

10:45-11:15 Coffee, Tea

11:15 3) Christian Studies of Buddhism: Issues, Experiences II

Reporting by the participants from the Netherlands, Austria, Germany

Moderator: Aasulv Lande

13:00 Lunch

15:00 Coffee, Tea, Cake

15:30 4) Doing Christian Theology in the Context of Friendship with Buddhists.

What are common theological issues of our Buddhist studies?

Moderator: John May (Dublin, Ireland)

16:45 Break

17:15 5) Doing Christian Theology in the Context of Inter-cultural, and Inter-religious  
experience. What are common issues of our inter-cultural encounter as European

Christian theologians with the religious experience of European, North American and  
Asian Buddhists?

Moderator: Georg Evers (Aachen, Germany)

19:00 Supper with friends of inter-religious dialogue in Hamburg

21:45 Meditation

## **Sunday 11th**

7:30 Meditation

8:00 Breakfast

9:00 6) Possibilities of Co-operation in Europe

- Facilities, and programmes, of study and encounter (theological education, European Congress of Theologians, inter-religious centres)

- Exchange of staff and students

- Links with other regions

Moderator: Andrew Wingate (Selly Oak, Great Britain)?

10:45-11:15 Coffee, Tea

11:15 7) Closing Reflections: What I expect of friendship with Christians (Rewata Dhamma), what I expect of friendship with Buddhists (other participants)

Moderator: Gerhard Köberlin

12:30 Lunch

13:00 Departures

Here is the main referat given at the conference.

**Ven. Dr. Rewata Dhamma,**

**Spiritual Director of The Birmingham Buddhist Vihara in the U.K.:**

(Published in "Current Dialogue", December 1996 Vol 30. World Council of Churches)

### **"What I expect of friendship with christians"**

From a closing comment by Dr. Rewata Dhamma

He regards this to be appropriate for the study Buddhism in Europe. Many Christians practice meditation, but don't study Buddhism. Many Buddhists in the West study Buddhism, but avoid the study of Christianity. Buddhism is growing in Europe, especially in Russia, but much of it is interest in psychology. However, to learn about Buddhism means to learn a way of life. This European Network can help to coordinate.

It is good to see the cross of Jesus Christ, a symbol of suffering, in communication with the Buddha's teaching about the overcoming of suffering. Many more links between Buddhists and Christians will grow in Europe, not only through migrations such as the Tibetan refugees, but also through the economic power of Asia building up.

Whereas the integration of Buddhism into the European culture needs careful study (the context seems to be a certain fascination for re-incarnation), the life and growth

of Christianity in Asia also needs attention. Europeans need to establish good communication between Christians and Buddhists.

In the European context Christians and Buddhists need to see each other as friends, to understand each other as neighbours, in order to accept and integrate that which each one understands. Study is not enough. We must support life together, living as friends, brothers and sisters together.

The meeting ended with thanks to the participants, to Dr. Rewata Dhamma, Mrs Ramona Kauth as the Buddhist friends, to Rev Gundula Meyer who guided the regular meditation of the group, and to those donors who enabled the Academy of Mission to convene this conference: the Ausschluß für entwicklungsbezogene Bildung und Publizistik (ABP) of Evangelische Kirche in Deutschland, and the German ecumenical association Dienste in Übersee.

Gerhard Köberlin, Associate director of studies, Academy of Mission, Hamburg, 17. 2. 1996

#### **FULL VERSION, GERMAN TRANSLATION:**

#### **Europäisches Freundestreffen: Christliche Buddhismusstudien Missionsakademie an der Universität Hamburg, 9.-11. Februar 1996**

#### **Was ich von der Freundschaft mit Christen erwarte**

Liebe Freunde,

infolge vieler bemerkenswerter Fortschritte der modernen Technologie ist die Entfernung zwischen einem Teil der Welt und einem anderen heutzutage rapide zusammengeschrumpft. Dieser schnelle Fortschritt bedeutet, daß Kommunikation und Reiseverbindungen heute viel einfacher herzustellen sind. Folglich können sich Ost und West um vieles leichter begegnen als jemals zuvor. Gleichzeitig gibt es aber ein wachsendes Bewußtsein von einem die Gesellschaft durchziehenden Element der Veränderung, das sich weltweit auf sämtliche Wertestrukturen und sämtliche menschlichen Lebensbereiche auswirkt. Besonders offensichtlich ist dies in den Bereichen von Kultur, Wirtschaft, Politik und Religion. In unserem Zeitalter können wir uns sehr viel einfacher als jemals zuvor miteinander verständigen und einander kennenlernen. Dadurch ist die Vorarbeit zu einem gegenseitigen Verhältnis und zu Dialog zwischen den Völkern der Welt nicht mehr so schwierig wie in den frühen Tagen des zwanzigsten Jahrhunderts. Diese Verbesserung bedeutet, daß wir nunmehr die Kulturen anderer Völker, ihre gesellschaftlichen und politischen Systeme und ihren jeweiligen religiösen Glauben studieren und so zu deren Wertschätzung gelangen können. Das kann jedoch nur gut sein, wenn wir von anderen nicht mehr erwarten als von uns selbst. Diese Erwartungsebene ist ein

Grundthema, das ich unter dem mir für diese Konferenz zugewiesenen Thema "Was ich von der Freundschaft mit Christen erwarte" entwickeln möchte. Bevor ich aber meine Ansichten zum Hauptgegenstand dieses Vortrags vorbringe, möchte ich zuerst ein paar worte über das sagen, was 'ein Buddhist von einem Buddhisten erwartet'.

## Vielfalt und Einheit

Wenn wir über den Buddhismus hier in der westlichen Welt sprechen, dann bedeutet das nicht, wie Sie alle sehr wohl wissen, daß wir uns dabei auf nur eine Schule des buddhistischen Glaubens beziehen. Denn der Buddhismus hat zwei Haupttraditionen - Mahayana und Theravada. Innerhalb des Mahayana gibt es viele verschiedene SEKTEN/Richtungen - etwa die vier tibetischen Schulen des Buddhismus sowie viele chinesische, japanische und koreanische Schulen. Wenn wir die Theravadatradition reden, dann schließen wir darin auch die drei Traditionen von Myanmar, Thailand und Sri Lanka ein. Insgesamt werden praktizierende Buddhisten im Osten also dazu neigen, ausschließlich einer bestimmten buddhistischen Tradition zu folgen. Das ist in der westlichen Welt jedoch nicht unbedingt der Fall. Dort kann ein am Buddhismus Interessierter leicht Zugang zu beiden großen Schulen und zu deren verschiedenen Richtungen und Praktiken haben. Diese Situation herrscht auch in der christlichen Tradition mit ihren drei Hauptrichtungen - den Katholiken, den Protestanten und den Orthodoxen mit ihren verschiedenen anerkannten DENOMINATIONEN. Wie ich vorhin schon sagte, können die Völker des Ostens heute denen des Westens ziemlich leicht begegnen, und bedeutungsvolle Dialoge können aufgenommen werden. Aber ehrlich gesagt, bevor wir erwarten können, ein Verhältnis zu schaffen, um in einen konstruktiven Dialog mit einem Christen einzutreten, müssen wir zuerst ein solides Verständnis des Glaubens und der ÜBUNGEN unserer eigenen Religion erlangen. Das trifft ganz besonders für mein Thema zu, denn ein Buddhist, der sich in den Versuch eines Dialogs mit jemandem aus einer anderen Religion einläßt, wird sich nicht auf das Studium einer bestimmten Schule des Buddhismus beschränken. Vielmehr sollte er den Bereich seiner Studien ausweiten, so daß er ein größeres Verständnis der verschiedenen Traditionen erlangt. Es ist außerdem unmöglich, einen erfolgreichen Dialog zwischen den Vertretern der gesamten christlichen Tradition und einem Vertreter einer einzelnen buddhistischen Tradition zu erlangen und umgekehrt. Dieser Gedanke ist keineswegs neu. Der große buddhistische KÖNIG/Emperor Ashoka, der im 3. Jh. vor Christus in Indien lebte, ließ ein Edikt in eine Steinsäule meißeln. Diese Säule steht bis zum heutigen Tag an einem besonderen Ort in Sarnah nahe Varanasi. Die Übersetzung der Inschrift lautet: "Wer die Religion eines anderen nicht achtet, der achtet seine eigene nicht. Wer die Religion eines anderen achtet, der achtet seine eigene."

Dieses Edikt enthält den Kernpunkt meiner Botschaft an Sie alle bezüglich dessen, was ein Buddhist von anderen Buddhisten und von Christen erwartet, ebenso wie von den Anhängern jeder anderen Religion.

## ANHAFTUNG

Der Buddha sprach von vier Arten der Anhaftung (Upadana), die zu menschlichem Leiden führen: es gibt die Anhaftung an SINNESOBJEKTE, an Ansichten oder Ideen, an Riten und Zeremonien und an das Selbst. Wenn wir allmählich immer mehr unseren eigenen Ansichten und philosophischen Vorstellungen verhaftet sind, unseren religiösen Riten und Zeremonien, dann können wir die Fähigkeit zur Offenheit verlieren und dazu, uns gegenüber anderen mit unterschiedlichen Standpunkten flexibel und tolerant zu verhalten. Je mehr wir uns an unsere persönlichen Überzeugungen und Ansichten festklammern, desto weniger sind wir naturgemäß in der Lage, auf diejenigen anderer wirklich hinzuhören. Wir können außerdem selbstsüchtig werden und überempfindlich gegen Kritik. Wenn dann unsere Überzeugungen angegriffen, in Frage gestellt oder verworfen werden, sind wir anfällig dafür, wütend zu reagieren und für unsere Wut zu leiden. Der Buddha warnte stets vor jeder Art von Anhaftung, da das die Grundursache allen Leidens ist. Wenn wir übermäßig an unseren eigenen religiösen Überzeugungen und Praktiken hängen, dann wenden wir viel Zeit und Geld auf, um diese Überzeugungen durch Teilnahme an religiösen Riten und Zeremonien zu bestätigen. Dadurch sind wir so sehr unserem eigenen religiösen Glauben und den Zeremonien verhaftet, daß es uns oft nicht mehr gelingt, diejenigen anderer zu bedenken und wertzuschätzen. Diese Situation ist bedauerlich und entsteht dadurch, daß wir blindlings und gefühlsbetont an dem von uns für richtig Befundenen haften und damit den Standpunkt anderer ohne jede Objektivität sehen.

## Objektives STUDIUM

Ich möchte also hier sagen, daß wir jedwedes Studium einer anderen als unserer eigenen Religion objektiv vornehmen müssen, wenn es unsere Bemühung wirklich lohnen soll, wenn es Wissen, Einsicht und Verständnis erbringen soll. Und noch bevor wir ein solches Studium beginnen, müssen wir bereits tiefes Verständnis und tiefe Einsicht in unsere eigene Religion erlangt haben. Als Buddhist erwarte und wünsche ich also für meine christlichen Brüder und Schwestern überall, daß sie sich tiefes Wissen und Wertschätzung des Christentums aneignen mögen. Wenn Sie die Lehren Christi ganz und gar verstehen, dann werden Sie unzweifelhaft ein mehr als oberflächliches Verständnis der Lehren Buddhas erlangen können. Und Sie werden dann auch die sehr allgemein gültige und zeitlose Bedeutung der Lehren des Buddha zu schätzen wissen. Deren Kern ist kurz zusammengefaßt:

"Lerne Gutes zu tun,  
laß ab davon, Böses zu tun  
und läutere deinen Geist.  
Dies ist die Lehre aller Buddhas."

Sowohl Buddhismus als auch Christentum sind sehr alte, anerkannte Religionen, und beide verkünden höchst tiefgründige und doch NACHVOLLZIEHBARE/practical Lehren, die von vielen Millionen Menschen seit Urzeiten fromm angenommen worden sind. Wenn es uns gelingen soll, in einen schwungvollen Dialog einzutreten, der es uns ermöglicht, eine wirkliche Wertschätzung dieser beiden uralten Religionen zu erlangen, dann müssen wir zuallererst mit den notwendigen Anstrengungen fortfahren, unsere eigene Religion eingehend zu studieren und zu erforschen. Wenn wir uns jedoch an unsere eigene Religion und ihre Lehren klammern unter

Ausschluß jeder anderen, dann haben wir unseren Geist und unsere Augen für alles Verschiedene und möglicherweise Nützliche verschlossen. Wir sind dann geistig isoliert und es fällt uns sehr viel schwerer, andere religiöse Systeme und Traditionen sowie ihren spirituellen Nutzen objektiv wahrzunehmen. Daher empfehle ich, daß wir alle gezielte Anstrengungen unternehmen, um zuerst unsere eigenen religiösen Überzeugungen und Praktiken zu erforschen. Der Inder Dr. Raymond Pannikar, ein katholischer Priester, sagte einmal: "Ich ging fort (aus Rom) als Christ; ich stellte fest (in Indien), daß ich ein Hindu bin; und ich kehre als Buddhist (nach Rom) zurück, ohne daß ich jemals aufgehört habe, ein Christ zu sein." [R. Pannikar, Glaube und Überzeugung: Eine Multireligiöse Erfahrung]

## Weisheit und Wahrheit

Man kann sich der Antwort auf die Frage "Was ein Buddhist vom Christentum erwartet" auf viele verschiedene Weise nähern. Die Antwort ist jedoch sehr einfach für jeden, der den Buddhismus zwecks Erweiterung seines eigenen Wissens erforscht und um sich seines vielfältigen geistlichen Nutzens zu erfreuen. Ein Buddhist erwartet lediglich Toleranz und die Freiheit von Argwohn und Angst. Toleranz kann nur aus der Erkenntnis aufgrund richtigen Verstehens entwickelt werden. In bezug auf das Christentum kann die erforderliche Erkenntnis dadurch erlangt werden, daß wir die Lehren Christi gründlich untersuchen. Mit der Fortentwicklung unserer Wahrnehmungsfähigkeit wird unser Verständnis und unser Einblick in seine Lehre klarer und tiefer werden. Diese Einsicht wird uns auch darin bestärken, tolerant zu sein. Buddhisten sagen, daß Weisheit und Mitgefühl als Tugenden Hand in Hand gehen müssen, da sie einander ergänzen und zusammen ausgeübt werden sollten. Genauso ist es, wenn Ihre Einsicht in Christi Lehren anwächst und Ihr Verständnis sich vertieft. Sie werden dann mit der Zeit wahre Liebe und Mitgefühl in Ihren Herzen haben, und es wird sich ganz selbstverständlich und sofort Toleranz entwickeln. Ich möchte hier besonders betonen, daß man ein aufrichtiges Verständnis von der Botschaft Christi erlangen sollte. Wenn wir uns ängstlich an die Lehren und Doktrinen unserer eigenen Religion klammern und uns nur auf sie verlassen, indem wir alle anderen ausklammern, wenn wir aus blindem Glauben heraus an ihnen festhalten, dann werden wir die Wahrheit in jeder anderen Religion nicht sehen können. Wahrheit ist Wahrheit, und sie hängt nicht ab von Zeit oder Raum, von Kultur oder Ort, obwohl die Menschen ihr verschiedenen Ausdruck verleihen und sie von vielfältigen Gegebenheiten beeinflusst sein mag. Im Johannesevangelium wird JESUS zitiert: "Ihr sollt die Wahrheit wissen, und die Wahrheit wird euch frei machen." Dies ist ein höchst lohnendes Ziel für alle Menschen, überall und zu jeder Zeit. Es ist sehr wichtig, die Wahrheit zu wissen. Das ist jedoch nicht durch blinden Glauben zu erreichen. `Sehen heißt glauben` - das ist die Rolle der Einsicht, deren Pflege niemand von uns vernachlässigen sollte.

## Argwohn und Furcht

Nun möchte ich etwas zu der zweiten Erwartung von Buddhisten an Christen sagen, nämlich zu Freiheit von Argwohn und Furcht. Argwohn und Furcht hängen eng

zusammen. Diese Gefühle gehören zur menschlichen Natur. Wenn wir etwas neuem begegnen oder etwas, das außerhalb unserer Kenntnis und Erfahrung liegt, dann betrachten wir es natürlich mit Argwohn und Furcht - einfach weil wir es noch nicht verstehen. Die Gefühle von Argwohn und Furcht sind jedoch tatsächlich ein Hindernis für unser Verständnis. Als Buddha noch auf Erden wandelte, kamen die KALAMAS zu ihm und äußerten ihre Zweifel über religiöse Lehren. Der Buddha antwortete auf ihre Kritik und ihre Fragen und sagte: "Ihr KALAMAS, wenn ihr etwas nicht aus euch selber heraus versteht, dann werdet ihr stets Argwohn und Zweifel darüber hegen. Ich sage euch deshalb EHI PASSIKO - `kommt und seht` selber, bevor ihr euch entscheidet, es anzuerkennen."

Ich möchte auch meine hier versammelten christlichen Freunde einladen zu EHI PASSIKO - `kommt und seht` die Lehren Buddhas selber an, bevor ihr auch nur den Versuch macht, sie anzuerkennen. Der Buddha hat während seiner 45-jährigen Schaffenszeit vieles gelehrt. Wenn Sie bei Ihrer Erforschung aber etwas finden, das für Sie persönlich nützlich ist, dann nehmen sie es sich zu Herzen. Befolgen Sie es und lassen Sie den Rest beiseite. Buddhismus ist strenggenommen keine Religion in dem Sinne, in dem der Begriff Religion allgemein verstanden wird. Buddhismus ist eher eine Lebensweise, die auf der Bemühung um Weisheit beruht. Es ist also ehrlich gesagt nicht notwendig, Buddhist zu werden, wenn Sie Buddhismus praktizieren wollen. Der Buddha hat oft gesagt: "Ich bin nur ein Führer, der euch den Weg zur Befreiung zeigt. Ihr aber müßt selber für euer eigenes Heil sorgen." Der Buddha wird nicht als ein Erlöser der Menschen betrachtet, sondern als ein Führer und Lehrer, dessen Beispiel jeder folgen kann.

Während sehr vieler Lebenszyklen hat der Buddha viele Übungen moralischer Vollkommenheit und viele Entbehrungen praktiziert, bis seine Mühen Frucht trugen und ihn befähigten, sein Ziel der Erleuchtung zu erlangen. Wenn auch wir frei von aller Unterjochung und allem Leid sein und zu Weisheit und Erleuchtung gelangen wollen, dann können wir, unabhängig von unseren Lebensumständen, seinem Beispiel folgen. Obwohl der Buddha niemanden erretten kann, ist er doch ein anregendes Vorbild dafür, wie die Weisheit erlangt werden kann, die dann Erleuchtung und Befreiung bringt. Wenn Sie wirklich dem Buddhismus nachgehen wollen, dann tun Sie es mit offenem und forschendem Verstand. Jedes Gefühl von Argwohn, das Sie anfänglich haben mögen, wird dabei verschwinden. Und wenn Ihr Urteil nicht mehr von Argwohn gefärbt ist, gibt es auch keine Furcht mehr. Furcht ist ein großes Hindernis für jeden, der sich auf einem spirituellen Pfad befindet. Wenn jemand von einem anderen spirituellen Weg spricht oder von einer anderen religiösen Lehre, dann wird uns fast immer bange, und wir denken, daß vielleicht unsere religiösen Überzeugungen bedroht sind, oder daß wir konvertieren könnten, oder daß wir die Sicherheit unseres religiösen Glaubens verlieren könnten. Das nun kommt daher, daß unsere eigenen starken Überzeugungen bezüglich unserer eigenen Religion in einem emotional begründeten Glauben und emotionaler Anhänglichkeit wurzeln. Und eben diese falsche Anhänglichkeit ist es, die Furcht in uns erzeugt. Ich hoffe aufrichtig, daß Sie die Lehren des Buddha untersuchen, bevor Sie sich deren Praktizierung hingeben - dann werden zweifellos Argwohn und Furcht verschwinden. Heute praktizieren viele christliche Mönche, Nonnen und Laien in ihrem täglichen Leben buddhistische Meditation, und ihr Leben wird dadurch bereichert. Manche von ihnen sagen, daß ihr Verständnis ihres christlichen Glaubens

und seiner Lehren sich durch die Meditation vertieft und verstärkt habe.

## Die Drei Zufluchten

Abschließend möchte ich Ihnen kurz die Bedeutung der Praxis erklären, die Drei Zufluchten zu ergreifen. Und damit hoffe ich, daß Sie erkennen werden, was Buddhismus wirklich ist. Buddhisten wenden sich bei vielen besonderen Gelegenheiten und in vielen Situationen des täglichen Lebens an die Drei Zufluchten. Zuflucht ergreifen bedeutet, bewußt folgende Worte dreimal zu rezitieren:

Buddham saranam gacchami - Ich nehme Zuflucht zum Buddha  
Dhammam saranam gacchami - Ich nehme Zuflucht zum Dhamma  
Sangham saranam gacchami - Ich nehme Zuflucht zur Sangha

Dem Buddha zufolge gibt es zwei Arten von Krankheit oder Übel, die die menschliche Gesellschaft belasten, nämlich körperliche und geistige Krankheit. Der Buddha sagte außerdem, daß es ganz wenige Menschen in dieser Welt gibt, die für einen Augenblick, einen Tag, eine Woche, ein Jahr oder sogar für hundert Jahre frei von körperlicher Krankheit sind. Dagegen gibt es aber niemanden in dieser Welt, der frei von geistigem Unwohlsein ist. In Unwohlsein steckt un-wohl oder befangen. Wenn etwas geschieht, das unserem Körper oder Geist schadet, dann werden sie un-wohl. Wenn Verlangen, Wut, Eifersucht etc. in unseren Gedanken entstehen, dann wird der Geist un-wohl. Alle Menschen sind soziale Wesen. Es ist eine Tatsache, daß niemand ohne die Gesellschaft leben kann. Jedesmal, wenn unsere Sinne mit einem Sinnesobjekt in Berührung kommen, reagieren wir entweder mit Zustimmung oder Ablehnung. Diese Zustimmungen und Ablehnungen sind Gelüste und Abscheu. Unsere Sinne werden immer dann un-wohl, wenn sie in uns entstehen. Wenn wir Unglück oder Kummer erleben, Klage oder irgendeinen ungünstigen Zustand, dann entstehen negative Gefühle in uns, weil unsere Sinne bereits ungesund sind und wir schon krank waren. Ich werde ärgerlich, wenn jemand etwas tut oder sagt, das meinen Vorstellungen entgegensteht. Dies geschieht nicht nur aufgrunddessen, was die Person tat oder sagte, sondern auch, weil in mir Wut, Verlangen oder Zuneigung als verborgene Anlagen (anusaya-kilesa) vorhanden sind. Wenn es in mir kein Verlangen, keine Wut oder Zuneigung gibt, dann werde ich auch nicht ärgerlich über irgendetwas sein, was er oder sie mir sagte oder tat. Der Buddha sagte, daß wir selber verantwortlich für unser Glück oder Unglück sind, und daß wir selber es sind, die wir unseren Himmel oder unsere Hölle schaffen. Daher betrachten wir den Buddha als einen großen Arzt, der unser Übel feststellen und die geeignete Medizin zu seiner Heilung verschreiben kann. Aus diesem Grunde sagen wir, wenn wir Zuflucht nehmen: `Buddham saranam gacchami - Ich nehme Zuflucht zum Buddha.`

Als Medizin bot der Buddha das Dhamma an. Das Dhamma ist dreifach und besteht aus Sila (Ethik), Samadhi (Achtsamkeit) und Panna (Einsicht). Allgemein gesprochen bedeutet Sila ethische Grundsätze. Herkömmlicherweise fassen wir diese in verschiedene Gebote, die von den Laien oder den Mönchen und Nonnen zu befolgen sind. Kurz gesagt heißt Sila, daß man nichts Böses tun soll. Was wir auch tun, welche Worte wir immer sprechen, unsere Taten und Worte sollten keinem lebenden



Wesen Schaden zufügen, sollten es nicht unglücklich machen oder ihm Kummer bringen. Wenn wir Irgendeinem anderen Wesen Schaden zufügen, der es unglücklich macht, dann vergehen wir uns gegen Sila, die ethischen Grundsätze.

Samadhi oder Achtsamkeit bedeutet Meditation. In unserem Alltagsleben heißt Meditation, daß wir unsere Gemütsbewegungen, Gedanken und Gefühle beherrschen. Wenn wir unseren eigenen Geist und unsere Gefühle nicht beherrschen, dann können wir die ethischen Grundsätze nicht wahren. Jede verderbliche Tat oder Rede, die wir mit böser Absicht vollbringen, verursacht Leiden und rührt ursprünglich aus unserem Geist und unseren Gedanken her. Der Buddha begann das Dhammapada mit diesen Worten:

"Der Geist ist der Wegbereiter aller üblen Zustände.  
Der Geist ist ihr Anführer; sie sind vom Geist gemacht.  
Wenn jemand mit boshafem Geist spricht oder handelt,  
dann folgt ihm das Leid.  
Wenn jemand mit reinem Geist spricht oder handelt,  
dann folgt ihm das Glück."

Und weiter sagt der Buddha:...

"Wenn auch jemand eine Million Männer in der Schlacht besiegt,  
so ist er doch kein wahrhafter Eroberer.  
Der ist jedoch der edelste Sieger,  
der sich selbst bezwungen hat." (Dhammapada)

Panna oder Einsicht heißt hier, die wahre Natur unseres Lebens zu verstehen. Wenn wir begreifen, daß das Wesen des Lebens unbeständig ist, daß es Leiden ist und ohne ein unwandelbares Selbst, dann kann dieses Verständnis alle unsere negativen Kräfte auflösen. Das heißt, wenn Einsicht entsteht, dann kann man alle verborgenen Befleckungen und Veranlagungen ausmerzen. Es ist genauso, wie wenn mit dem Erscheinen eines Lichtes die Dunkelheit vertrieben wird. Diese durchdringende Einsicht kann durch das Praktizieren von Meditation erreicht werden. Daher nehmen wir Zuflucht zum Dhamma, um unser Unwohlsein zu heilen.

Zuflucht zur Sangha zu nehmen heißt, daß wir der Heiligen Gemeinschaft, der Sangha, folgen. Man könnte sagen, daß jeder, der Sila, Samadhi und Panna praktiziert und so seinen Geist bis zu einem gewissen Grade geläutert hat, damit zu einem Mitglied der Sangha oder der Heiligen Gemeinschaft geworden ist. Wenn wir uns selbst von unserem Unwohlsein heilen wollen, dann sollten wir ihrem Weg folgen. Mit diesem Ziel nehmen wir Zuflucht zur Sangha. Wenn Sie die wahre Bedeutung dessen verstehen, diese Drei Zufluchten zu ergreifen, dann werden Sie entdecken, daß es tatsächlich gar keinen Buddhismus gibt. Unabhängig davon, ob man Buddhist ist oder nicht - wer seine oder ihre Übel heilen will, kann und sollte dieses dreifache Dhamma praktizieren. Wer das Dhamma praktiziert unter Einbeziehung von Sila, Samadhi und Panna in das tägliche Leben, kann als jemand angesehen werden, der ein reines und glückliches Leben führt. Darum möchte ich meinen christlichen Freunden sagen, haben Sie keine Angst oder keinen Argwohn gegen das Praktizieren von Buddhismus. Denn Buddhismus ist keine Religion der

Gnade, sondern eine Lebensweise und ein gesunder Weg zur Erreichung unserer eigenen Befreiung. Es ist ein Weg zu Glück und Wohlbefinden.

Mögen alle Wesen glücklich sein.

Ehrwürden Dr. Rewata Dhamma  
Birmingham Buddhist Vihara  
Großbritannien

Übersetzung aus dem Englischen:  
Gisela Köberlin, Würzburg, Sept. 1996

für die Zeitschrift "Dialog der Religionen" (Gütersloh)

*(Updated 11th Sept. 1998)*