

12. Vortrag, Seiten 34 oben bis 37 unten

„Upaya – Geschickte Methoden“ und „Unterweisungen geben“

Norman führt aus, dass die Anweisungen leicht klingen, aber schwer zu leben sind. So wie er bislang über „Großzügigkeit“ gesprochen habe, handele es sich um einen expansiven und impressionistischen (?) Weg, den er grundsätzlich bejahe, weil Bodhisattvas expansiv und impressionistisch sein sollten. Jedoch sei er, der Weg, aus einer rationalen und praktischen Sicht ganz schön verwirrend. Daher könne die Übung des Bodhisattvas nicht leicht codifiziert werden. Aus genau diesem Grund müsse man „geschickte Methoden“ üben.

Fast wörtlich, unten wieder freier: Dieser Begriff soll ein intuitives, praktisches, flexibles Verständnis ausdrücken, wie die Vollkommenheit der Großzügigkeit konkret in den vielen nuancierten und spezifischen Situationen angewendet werden kann, wie diese sich uns in einer unordentlichen Welt darbieten. Wenn es darum geht, materielle Geschenke zu machen, geht darum, langsam und sorgfältig vorzugehen. Vielleicht machst Du Dir erst einmal selber ein Geschenk. Einer meiner Lehrer lehrte mich, ein Objekt in meine linke Hand zu nehmen und es der rechten zu schenken, was mir ein wenig blöd vorkam. Doch dann entdeckte Norman unterschiedliche Gefühle in sich selber. Die inneren Einzelheiten tatsächlichen Gebens sind komplizierter, als wir annehmen, sagt er.

Er führt dann aus, dass wir die Übung wirklich mit uns beginnen sollten. Weil wir viel erfahren, wenn wir mit ehrlichem Selbst-Respekt daran gehen. Oft pendeln wir zwischen Extremen hin und her, zwischen Selbst-Anhaftung und Selbst-Verleugnung. Aber diese Übung verlangt von uns, dass wir mit uns genauso umgehen wie mit anderen. Und das ist schwer.

Dann beginnst du, anderen etwas zu schenken, so wie du es üblicherweise machst. Doch jetzt mit mehr Aufmerksamkeit, mit erklärter Absicht und Achtsamkeit. Du nimmst das Glück des Empfängers genau wahr. Ein ursprüngliches Gefühl von Liebe erfüllt dich, du willst wirklich das Beste geben mit guten Wünschen für die andere Person. Und das braucht Übung.

Wie steht es mit komplizierten Gaben? Zum Beispiel Geld? Lebenszeit? Wie viel ist genug? Wenn du gibst, bis es weh tut, fühlst du dich am Ende ärgerlich? Kannst Du ein Sandkorn geben, wie es Buddha darlegte, und Dich dabei glücklich fühlen? Was, wenn es sich nie genug anfühlt?

Den Bedürftigen zu geben, bezeichnet Norman nicht als großzügig. (Ich sehe das anders, auch wenn seine Vision die schönere ist). Warum? Weil das Teilen eine Selbstverständlichkeit ist. (Ich denke: Sein sollte. Ist es aber nicht. Man kann das ganze Leben über Bedürftigkeit und große Not hinweg schauen.) Es geht um unsere Verantwortung der-oder desjenigen gegenüber, der wir wirklich sind.

Die Vollkommenheit von Großzügigkeit verlangt eine soziale Vision.

Verständnis und Reflexion sind angesagt, um dieses Thema immer tiefer zu erforschen. Wir sollten außerdem dabei nie nachlassen in der Übung die Haltung von Fülle zu üben, von Freundlichkeit und Offenheit. Warum genau? Um das Beste nach unseren Fähigkeiten an Freude und ein Minimum an Schmerz zu geben.

Unterweisungen geben

Derartige Komplexitäten scheinen bei diesem Punkt nicht anwendbar zu sein. Doch stimmt das? (Ich fasse hier etwas freier zusammen, als bei dem vorherigen Thema.) Oft geht es nicht darum, dass du einer Person sagst, was dieser deiner Meinung nach helfen würde, sondern gar nichts zu

sagen. Ein anderes Mal löst du durch vermeintliche hilfreiche Aktionen nur Schmerz und Durcheinander aus. Auch die Art, wie du etwas sagst, spielt eine Rolle. Und wie du handelst. Wie du dich wirklich fühlst, wird auf jeden Fall kommuniziert. Wir selber sind es, die das oft nicht mitkriegen.

Außerdem können wir so verliebt in unsere Stimme sein, dass die Sorge für den Anderen nicht zu spüren ist.

Wenn es um traditionelle Unterweisungen geht: Inwieweit wirst Du diese dem Publikum anpassen? Bin ich verpflichtet, das in etwa wieder zu geben, was alle LehrerInnen vor mir auch gesagt haben? (Gerade hier erlaube ich mir, zugunsten des Weiterkommens, zusammenzufassen und wegzulassen, weil ich Norman's Gesichtspunkte kenne oder zu kennen glaube und verstehe und davon ausgehe, dass Ihr diese auch leicht nachvollziehen könnt: Aber vielleicht stimmt das gar nicht? Ich habe mit mir gerungen, nach dem Kapitel „Geschickte Mittel“ aufzuhören, aus mehreren Gründen. Auch um die „EINE SACHE“ zu vertiefen. Ehrlich gesagt, ich würde hier gerne einen Begriff einfügen, den ich vermisste: Risikofreude. Risikofreude und damit Konfliktfähigkeit, Flexibilität gehören aus meiner Sicht zum Prozess des Abwägens dazu. Vielleicht habe ich zu viele Menschen gekannt, die aus Angst, Fehler zu machen, gar nicht ins Handeln kamen. Vielleicht würde ein strengerer, traditionellerer Lehrer als Norman skeptisch auf mein Tun, unser Tun schauen, vielleicht mich eher bremsen oder misstrauisch sein gegenüber einer Sprache, in der er nicht schwimmt. Was soll ich sagen..., das Leben kann bald, morgen schon vorbei sein. Dann haben wir aber immerhin noch dieses gehört. Jedenfalls hoffe ich das, da ich finde und betonen möchte, dass wir alle andauernd „Unterweisungen“ geben, wir sind Vorbilder für bekannte und unbekannte Menschen, und wir haben sowohl etwas zu sagen wie etwas zu geben wie etwas zu lehren. Aus meiner Sicht ist Lehren gleich Sich selber geben. Damit erübrigt sich die Frage, wie ich und ob ich Buddha und Norman in deren Sinne verstanden habe. Ich wertschätze beide zutiefst, und bin höchst dankbar für Hingabe, man könnte auch Liebe sagen, Fleiß, Tiefe und Inspiration. Ich glaube, es ist eine Fiktion, dass alle dasselbe verstehen sollen - wir wollen kontrollieren, was nicht zu kontrollieren ist.)

Norman stellt sich und uns viele Fragen, wie ich und anders als ich, aber letztlich auch skeptisch und ermutigend, selber zu fühlen und zu denken.