



Buddhistische Beiträge zur großen Transformation

# Das Paradox „Wollen müssen“

VON MANFRED FOLKERS

***Wenn wir so weitermachen wie bisher, wird unsere Zivilisation zerstört werden. Wir müssen den von uns eingeschlagenen Kurs, unser Verhalten ändern. Eine tiefe innere Verpflichtung ist nötig, um unsere Erde zu retten.***

Thich Nhat Hanh, Hanoi, 25. April 2007

**D**ie beiden wichtigsten Aspekte der buddhistischen Meditationspraxis werden „anhalten“ (*samatha*) und „genau hinschauen“ (*vipassana*) genannt und häufig nur auf das eigene Leben bezogen. Engagierte Buddhist:innen wie Thich Nhat Hanh, Joanna Macy oder der Dalai Lama nehmen bei ihren tiefen Betrachtungen jedoch auch die gesellschaftlichen Verhältnisse in den Blick.

Ihre Erkenntnis: Die Menschheit steckt in einer Sackgasse. Die Folgen der ständigen Eingriffe in die Biosphäre weisen darauf hin, dass unsere gegenwärtige Lebensweise dabei ist zu scheitern. Es ist ein Trugschluss zu meinen, wir könnten dieser Notlage entkommen, indem wir Schäden reparieren, eine CO<sub>2</sub>-Neutralität einhalten, Stellschrauben nachjustieren oder einen „Green New Deal“ anstreben. Tatsächlich geht es um einen Wandel der inneren Haltung, der Einstellung uns selbst und allem anderen Leben gegenüber.



## Freiwillig oder gezwungenermaßen?

Die notwendige große Transformation wird entweder von innen heraus, aufgrund menschlicher Motive und Beschlüsse in Gang gesetzt und verwirklicht werden, oder sie wird von außen, also von den Rahmenbedingungen diktiert werden. Entweder agieren wir also freiwillig, eigenständig und designen den Umschwung planvoll. Oder wir müssen reagieren und werden den Umschwung als Desaster erleiden. Unser paradoxes Dilemma lautet also: Wir müssen einen Wandel wollen, bevor wir ihn wollen müssen.

## Selbstbestimmt mit der Lehre des Buddha

Wenn es darum geht, einen selbstbestimmten Weg zu beschreiben und zu verstehen, warum es im Weltmaßstab sinnvoll ist und persönlich guttut, im Einklang mit grundlegenden Naturgesetzen zu leben, hält die Lehre des Buddha inhaltliche und praktische Vorschläge bereit, wie sie in dieser Prägnanz und Klarheit nirgendwo anders zu finden sind.

**Ursachen begreifen.** Wer individuelle und gesellschaftliche Phänomene mit buddhistischen Methoden untersucht, dringt zu den Gründen ihrer Entstehung vor. Es wird deutlich, dass sich Gier, Hass und Verblendung – vom Buddha als Ursachen des Leids erkannt – in ihren Wirkungen verselbständigt und zu allgemeinen Handlungsregeln verfestigt haben, vor allem im ökonomischen Bereich. Beherrscht vom Konkurrenzprinzip und vom Streben nach Wachstum haben sich die Menschen das Gesetz des Handelns aus den Händen nehmen lassen. Die heutigen Krisen lassen sich unschwer von den Antriebskräften der beteiligten Menschen her verstehen.

**Probleme an der Wurzel lösen.** Gleichzeitig wird deutlich, dass nur Wege, die die Wurzeln der Krisen ansprechen, auch aus ihnen herausführen. erinnert sei an Buddhas Wertschätzung der menschlichen Begabungen Liebe, Mitgefühl, Freude und Gleichmut (*brahmaviharas*). Diese Geisteshaltungen können als ethische Leitlinien dienen, wenn es gilt, die wichtigste Aufgabe unserer Zeit zu bearbeiten: unsere Lebensweise auf allen Ebenen zu ändern, bevor die Grenzen der Erde uns dazu nötigen.

**Existenzielle Verbundenheit als Basis nehmen.** Die Essenz der Buddhalehre besteht darin, die existenzielle Verbundenheit des Menschen mit der Welt (*Intersein*) innerlich zu durchdringen und als Basis zu nehmen, um für sich selbst und alle anderen – auch zukünftige – Wesen Verantwortung zu übernehmen. Aus den Überlegungen des Buddha lässt sich der „Mittlere Weg“ ableiten, ein Weg des mutigen Umgangs mit Komplexitäten und der klugen Selbstbeschränkung. Ihn zu beherzigen, verleiht einer Zivilisation Sinn und Maßstab und kann als überzeugende Grundlage für

ihre „Enkeltauglichkeit“ dienen. Dabei geht es darum, innere und äußere Transformation als zusammengehörig zu begreifen.

**Inneren und äußeren Wandel zusammendenken.** Das Zentrum der Dharmapraxis bildet der innere Wandel des einzelnen Menschen, der sehr persönlich zu erfolgen hat. Versuche, ihn zu konkretisieren, finden sich in der üppig sprießenden Ratgeberliteratur, der jährlich neue Bücher hinzugefügt werden. erinnert sei dabei an den Schriftsteller Ödön von Horváth, der einmal gesagt hat: „Eigentlich bin ich ganz anders – nur komm' ich so selten dazu.“ Oder an Erich Kästners Formel: „Es gibt nichts Gutes – außer man tut es.“

Den äußeren Wandel hat der Buddha als Merkmal des Daseins bezeichnet und mit Unbeständigkeit (*anitya*) beschrieben. Der griechische Philosoph Heraklit, ein Zeitgenosse Buddhas, hat dieses Phänomen mit der bekannten Formel „Alles fließt“ ausgedrückt. Wenn Menschen die Einsicht in die Unbeständigkeit und Zusammengehörigkeit aller Phänomene verinnerlicht haben, wächst in ihnen natürlicherweise der Wunsch, hier und heute die notwendigen Veränderungen vornehmen zu wollen, solange noch Zeit dafür ist. Das gilt auch für die Philosophie, die, wie der Philosoph Hans Jonas es vor vielen Jahren in seinem Buch „Dem bösen Ende näher“ ausgedrückt hat, „eine neue Seinslehre erarbeiten muss, in der die Stellung des Menschen im Kosmos und sein Verhältnis zur Natur im Mittelpunkt der Meditation stehen sollte“.

Diese Kernüberlegungen des Dharma bieten sich für das Vorhaben der großen Transformation an, weil sie den einzelnen Menschen und die Gesellschaft als lebendige Einheit verstehen und ihr Zusammenspiel ohne religiöse Vorgaben erläutern. Dharmapraktizierende setzen dies als Wertschätzungs- und Beziehungsreichtum um; sie lieben die Erde als ihr einziges Zuhause, pflegen ein Gemeinschaftsgefühl mit allen Wesen und aller Natur und darum einen durchdachten und behutsamen Umgang mit der Welt. „Das Heilsame tun, das Unheilsame unterlassen“, wie der Buddha es empfahl, wird ihnen immer selbstverständlicher. Auf diese Weise löst sich für sie das Paradox auf, einen Wandel wollen zu müssen – sie wollen ihn selbstbestimmt, lange bevor es zu Katastrophen kommt.

## Groß wie ein Buddha denken

Meditation im Sinne von tief schauen und umfassend betrachten heißt auch, keine Angst zu haben vor *think big*. Wie ein Buddha groß und umfassend zu denken bedeutet, die eigene wechselseitige Abhängigkeit als eine universelle Verantwortung zu interpretieren und auf die Erde und die Zukunft auszudehnen. Es gilt immer alles – also auch Raum und Zeit – im Blick zu behalten und den Leitsatz „Global denken – lokal handeln“ zu beherzigen. Buddhas Lehre kann dabei als unerschöpfliche Kraftquelle dienen. ☸