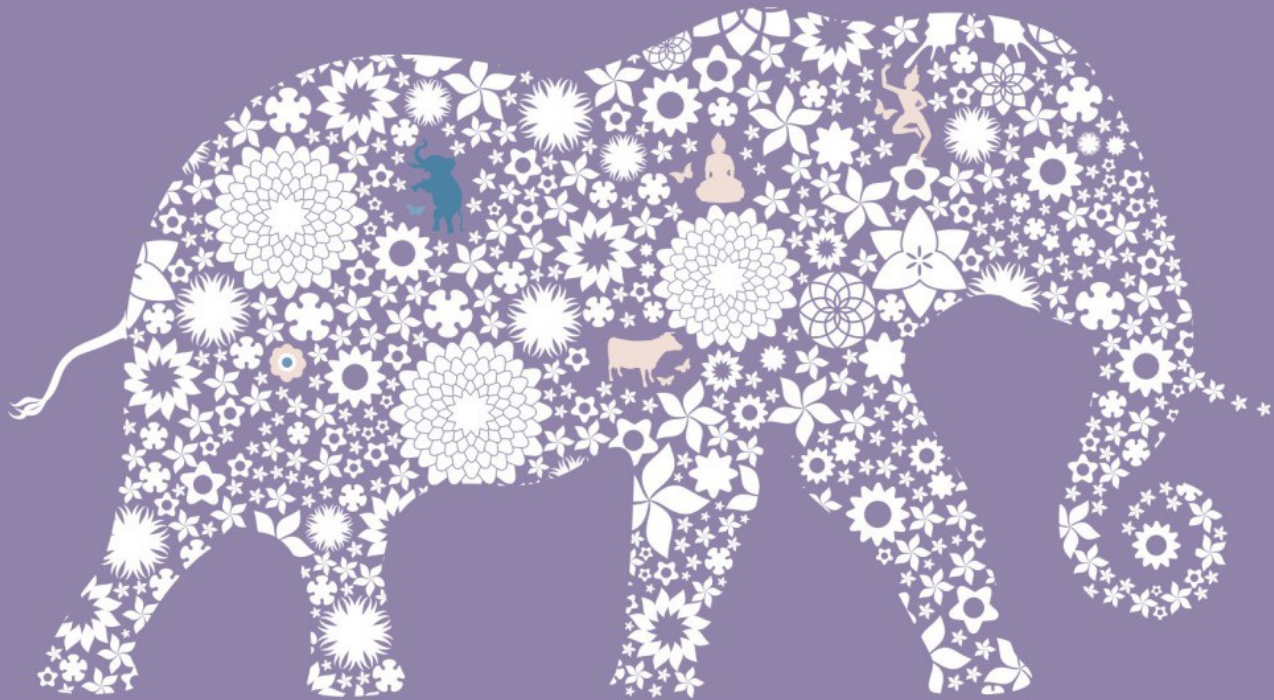


AJAHN BRAHM

Der Elefant, der das Glück vergaß



BUDDHISTISCHE GESCHICHTEN,
UM FREUDE IN JEDEM MOMENT
ZU FINDEN

L o t o s

»Stimmt«, räumte der Mönch ein, »aber ich bin noch nicht fertig damit.«



ALTE MÖNCHE LÜGEN NICHT

Einmal im Jahr stellen die buddhistischen Mönche meiner Traditionslinie ihre Wandertätigkeit ein, um während der Regenzeit drei Monate an ein und demselben Ort zu bleiben.

Wenige Tage vor dem Beginn dieses Regenretreats klopfte ein alter Wandermönch an die Tür der Kate eines armen Bauern. Da dieser ein gläubiger Buddhist war, bot er dem alten Mönch etwas zu essen und ein Obdach in der Nähe an, obwohl er und seine Familie selbst so gut wie nichts besaßen.

»Ich kann Euch auf einer ruhigen Wiese am Fluss eine einfache Hütte bauen, Ehrenwerter Herr, und meine Frau wird glücklich sein, Euch mit Nahrung versorgen zu dürfen. Alles, was wir dafür erbitten, ist, dass Sie uns lehren und hin und wieder bei der Meditation anleiten.«

Der alte Mönch war einverstanden.

Im Laufe der folgenden drei Monate gewannen der Bauer, seine Frau und sogar die Kinder diesen weisen, freundlichen Mann lieb. So sehr, dass die ganze Familie zu weinen begann und ihn zum Bleiben drängte, als der alte Mönch mitteilte, er müsse nun wieder aufbrechen.

»Ich kann nicht länger bleiben«, sagte der alte Mönch. »Weil ihr euch aber alle so gut um mich gekümmert habt, würde ich mich gern revanchieren. Vor ein paar Tagen habe ich in tiefer Meditation einen riesengroßen Schatz gesehen. Den könnt ihr euch holen. Bitte hört mir jetzt gut zu. Wenn ihr euch genau an meine Anweisungen haltet, werdet ihr nie mehr arm sein.«

Alle hörten auf zu weinen und lauschten, was der Mönch zu sagen hatte. Sie glaubten ihm, denn alte Mönche lügen nicht.

»Stellt euch bei Morgengrauen mit dem Bogen und einem einzigen Pfeil auf die Schwelle eurer kleinen Kate. Richtet den Bogen auf die aufgehende Sonne aus und lasst den Pfeil in dem Moment los, in dem sie am Horizont auftaucht. Wo er hinfällt, dort werdet ihr den Schatz finden.«

Noch am selben Abend brach der alte Mönch auf.

Am nächsten Morgen war die ganze Familie so aufgeregt, dass alle schon weit vor Tagesanbruch aufstanden. Mit seinem Bogen und einem einzigen Pfeil stellte sich der Bauer auf die Schwelle der kleinen Kate, seine Frau nahm den Spaten zur Hand. An diesem Morgen schien die Sonne eine Ewigkeit zu brauchen, bis sie über dem Horizont aufging. Als es dann aber endlich so weit war, schoss der Bauer den Pfeil in ebendiese Richtung und

alle rannten ihm nach. Als sie die Stelle erreicht hatten, an dem er auf den Boden gefallen war, forderte der Bauer seine Frau auf, ein Loch zu graben. Tiefer und immer tiefer buddelte sie.

Worauf sie stieß? Auf gar nichts. Nur auf Ärger. Der Pfeil war nämlich auf dem Acker eines reichen Mannes gelandet, der sie prompt dort erwischte.

»Du kannst doch nicht einfach ein Loch auf einem Grundstück graben, das dir nicht gehört«, brüllte der Reiche die arme Frau an. »Ich werde dich verklagen! Im Gefängnis wirst du landen.«

»Er ist schuld«, verteidigte sich die Frau und deutete auf ihren Mann. »Er hat gesagt, ich solle hier graben.«

»Der alte Mönch ist schuld«, entgegnete der Mann. »Er hat uns versprochen, dass wir hier einen Schatz finden.«

»Ein alter Mönch?« Die Neugier des Reichen war geweckt. »Nun, alte Mönche lügen nicht. Was genau hat er gesagt?«

»Stellt euch bei Morgengrauen mit dem Bogen und einem einzigen Pfeil auf die Schwelle eurer kleinen Kate. Richtet den Bogen auf die aufgehende Sonne aus und lasst den Pfeil in dem Moment los, in dem sie am Horizont auftaucht. Wo er hinfällt, dort werdet ihr den Schatz finden.«

Nachdem er die Anweisungen des alten Mönchs vernommen hatte, rief der Reiche aus: »Ah, jetzt weiß ich, was da schiefgegangen ist. Schau dich doch an, Bauer. So schlecht genährt, wie du bist, hast du doch gar nicht genug Kraft, um einen Pfeil so abzuschließen, wie es sich gehört. Ich mache dir einen Vorschlag: Morgen früh komme ich zu eurer Kate, lasse den Pfeil fliegen, und wenn wir den Schatz finden, machen wir halbe-halbe.«

Dem Bauern blieb nichts anderes übrig als zuzustimmen. Also stand der Reiche am nächsten Morgen mit Pfeil und Bogen auf der Schwelle der kleinen Kate, um auf den Sonnenaufgang zu warten. Der Bauer hielt den Spaten bereit (an diesem Tag zu graben war sein Karma, schließlich hatte er am gestrigen seine Frau buddeln lassen). Als die Sonne über dem Horizont erschien, schoss der Reiche den Pfeil ab. Diesmal flog er viel weiter. Alle zusammen rannten sie ihm nach und an der Stelle, an der er gelandet war, grub der Bauer ein tiefes Loch.

Worauf er stieß? Auf gar nichts. Nur auf noch größeren Ärger. Der Pfeil war nämlich auf einem Grundstück gelandet, das einem General gehörte, und der erwischte sie.

»Ihr könnt doch mein Land nicht zerstören«, brüllte der General. »Ich lasse meine Soldaten kommen, die köpfen euch!«

»Er ist schuld«, verteidigte sich der Bauer und deutete auf den Reichen. »Er hat gesagt, ich solle hier graben.«

»Der alte Mönch ist schuld«, hielt der Reiche dagegen. »Er hat versprochen, dass wir hier einen Schatz finden würden.«

»Ein alter Mönch?« Die Neugier des Generals war geweckt. »Nun, alte Mönche lügen nicht. Was genau hat er denn gesagt?«

»Stellt euch bei Morgengrauen mit dem Bogen und einem einzigen Pfeil auf die Schwelle eurer kleinen Kate. Richtet den Bogen auf die aufgehende Sonne aus und lasst den Pfeil in dem Moment los, in dem sie am Horizont auftaucht. Wo er hinfällt, dort werdet ihr den

Schatz finden.«

Nachdem er die Anweisungen des alten Mönchs vernommen hatte, erklärte der General: »Oh, mir ist klar, was da falsch gelaufen ist. Was wisst ihr Zivilisten schon von Pfeil und Bogen? Damit kann nur ein ausgebildeter Kämpfer wie ich richtig umgehen. Ich mache euch einen Vorschlag. Morgen früh schieße ich den Pfeil von der Kate aus ab, und wenn wir den Schatz finden, teilen wir gerecht durch drei.«

Also stand der General am nächsten Morgen mit Pfeil und Bogen auf der Schwelle und wartete auf den Sonnenaufgang. Der Reiche hielt den Spaten bereit. An diesem Tag zu graben war *sein* Karma. Sobald die Sonne am Horizont erschien, schoss der General fachmännisch den Pfeil ab. Er flog sehr, sehr weit. Alle rannten ihm nach und an der Stelle, an der er gelandet war, musste der Reiche ein großes tiefes Loch graben.

Worauf er stieß? Auf gar nichts. Nur auf noch weit größeren Ärger. Der Pfeil war nämlich im Garten des Königspalastes gelandet und die königlichen Wachen nahmen alle fest. Kurz darauf wurden sie in Ketten gelegt und zum König gebracht.

»Die Zerstörung der königlichen Gartenanlagen ist ein schweres Verbrechen«, sagte der König. »Was hat es damit auf sich?«

»Er ist schuld, Majestät«, sagte der General und deutete auf den Reichen.

»Er ist schuld«, verteidigte sich der Reiche und deutete auf den Bauern.

»Dieser alte Mönch ist schuld, Eure Hoheit«, entgegnete der Bauer. »Er hat uns einen Schatz versprochen, den wir hier finden sollten.«

»Ein alter Mönch?« Die Neugier des Königs war geweckt. »Nun, alte Mönche lügen nicht. Was genau hat er gesagt?«

»Stellt euch bei Morgengrauen mit dem Bogen und einem einzigen Pfeil auf die Schwelle eurer kleinen Kate. Richtet den Bogen auf die aufgehende Sonne aus und lasst den Pfeil in dem Moment los, in dem sie am Horizont auftaucht. Wo er hinfällt, dort werdet ihr den Schatz finden.«

Nachdem der König die Anweisungen des alten Mönchs vernommen hatte, konnte er sich keinen Reim darauf machen. Also schickte er seine Soldaten aus, um den alten Mönch zu finden und ihn in den Palast zu bringen. Es dauerte nicht lange und der alte Mönch stand vor dem König.

»Alter Mönch«, sagte der König respektvoll. »Mit diesem Märchen von dem vergrabenen Schatz habt ihr all diese Leute in große Schwierigkeiten gebracht. Was habt ihr zu eurer Rechtfertigung vorzubringen?«

»Euer Majestät, das war kein Märchen. Alte Mönche lügen nämlich nicht«, erklärte der alte Mönch. »Sie haben den Schatz nur deshalb nicht gefunden, weil sie nicht richtig zugehört haben.«

»Welchem Teil der Anweisungen sind sie denn nicht gefolgt?«, fragte der König, dessen Neugier groß war.

»Eure Hoheit, warum kommen morgen früh nicht alle zur Kate des armen Bauern? Dann zeige ich Euch, dass keiner meinen Anweisungen Folge geleistet hat. Und ich garantiere Euch, dass ihr den Schatz finden werdet. Aber ich bitte darum, dass er zu gleichen Teilen zwischen Eurer Majestät, dem General, dem Reichen und dem Bauern geteilt wird.«

Der König willigte ein.

So kam es, dass sich der Bauer nebst Familie, der Reiche, der General, der alte Mönch und der König am frühen Morgen des folgenden Tages alle in der Kate versammelten. Der alte Mönch wiederholte seine Anweisungen.

»Stellt euch bei Morgengrauen mit dem Bogen und einem einzigen Pfeil auf die Schwelle eurer kleinen Kate. Richtet den Bogen auf die aufgehende Sonne aus und lasst den Pfeil in dem Moment los, in dem sie am Horizont auftaucht. Wo er hinfällt, dort werdet ihr den Schatz finden.«

Als der König kurz vor Sonnenaufgang auf die Schwelle der kleinen Kate trat, wandte er sich fragend zu dem alten Mönch um.

»Richtig, Euer Majestät«, bestätigte der alte Mönch.

Der König griff zum Bogen und nahm den Pfeil aus dem Köcher.

»Richtig, Euer Majestät.«

Der König richtete den Bogen auf die aufgehende Sonne hin aus.

»Auch richtig, Euer Majestät.«

Als die Sonne am Horizont erschien, setzte der König gerade zum Schuss an, als der alte Mönch »Halt!« rief. »Falsch, Euer Majestät.«

Der König hielt inne und starrte den alten Mönch verwirrt an.

»Hört genau zu, Euer Majestät: ›Lasst den Pfeil los‹.«

Der König überlegte eine Weile. Dann endlich begriff er und musste lächeln.

Der König ließ den Pfeil los – und er landete unmittelbar zwischen seinen Füßen, genau an der Stelle, an der er stand.

Es musste nur ein flaches Loch gegraben werden und zum Vorschein kam ein Schatz, der so gewaltig war, dass ein Viertel davon genügte, um den König zufriedenzustellen, ganz zu schweigen vom General und dem Reichen. Aber wie zufrieden machte der Schatz erst den armen Bauern und seine Familie!

Wenn man mit dem Ziel, das Glück zu finden, den »Pfeil des Verlangens« abschießt, erklärte der alte Mönch, findet man gewöhnlich gar nichts, höchstens Ärger. Sobald man den Pfeil des Wollens aber loslässt, landet er genau da, wo man gerade ist, im Hier und Jetzt. An dieser Stelle stößt man dann auf den Schatz der Zufriedenheit, und der ist so gewaltig, dass er sogar einem König Genüge tut.

Das kann ich nur bestätigen, denn schließlich bin ich ein alter Mönch, und alte Mönche lügen bekanntlich nicht!



DER WICHTIGSTE FINGER

Die fünf Finger stritten einmal darüber, wer von ihnen wohl der wichtigste sein mochte.

»Ich bin der wichtigste«, behauptete der Daumen, »weil ich der stärkste bin. Außerdem

nehmen mich die Leute her, wenn sie zum Ausdruck bringen wollen, dass sie etwas ganz besonders toll finden.«

»Papperlapapp!«, widersprach der Zeigefinger. »Ich bin der wichtigste. Der Finger der Weisheit. Denn mit meiner Hilfe geben die Leute einander Hinweise.«

»Das ist doch lächerlich!«, spottete der Mittelfinger. »Ich bin der größte und habe deshalb auch die beste Weitsicht. Außerdem lehrt der Buddha, dass es der Mittlere Weg ist, der zur Erleuchtung führt. Und ich bin nun einmal der mittlere von uns.«

»Tut mir leid, aber du täuschst dich«, wandte der vierte Finger ein. »Ich bin der wichtigste, weil ich nämlich der Finger der Liebe bin. Wenn sich ein Liebespaar verlobt, steckt es mir einen Ring an. Und genauso, wenn es sich das Eheversprechen gibt. Also: Ich bin der Finger der Liebe, die Liebe ist die stärkste Kraft der Welt und deshalb bin ich der wichtigste Finger.«

»'tschuldigung«, meldete sich der kleine Finger zu Wort. »Mir ist schon klar, dass ich weder groß noch besonders stark bin, und man übersieht mich auch schon mal, trotzdem glaube ich, dass ich der wichtigste bin. Mag sein, dass mich die Leute für die Drecksarbeiten hernehmen, um sich etwa das Schmalz aus den Ohren zu bohren, aber wenn sie mit gefalteten Händen zum Buddha beten, bin ich ihm immer am nächsten. Ihr könnt euch selbst davon überzeugen.«

In jeder Gemeinschaft, in der Familie wie auch im Tempel, sind die Wichtigsten immer die Bescheidensten, die, die für Sauberkeit sorgen, denn sie sind dem Buddha am nächsten – genau wie der kleine Finger.



DIE ANGST BESCHREIBEN

Ich bekam den Anruf einer Studentin von der Universität Adelaide. Sie litt unter einer akuten Angststörung, die so schlimm war, dass sie das Bett hütete und beim Gedanken, das Haus zu verlassen, in Panik geriet. Da die Ärzte und Psychologen der Uni ihr nicht helfen konnten, empfahl ihr Onkel, ein treuer Unterstützer meines Klosters, sich doch mit mir in Verbindung zu setzen.

Am Telefon erzählte sie mir, dass sie nun schon seit mehreren Wochen bettlägerig war. Dass sie überhaupt noch einigermaßen klarkam, hatte sie ihrem Freund zu verdanken, der kochte, saubermachte und ihr praktisch auch alle anderen Haushaltstätigkeiten abnahm. So ein Freund ist gar nicht so leicht zu finden! Schließlich erkundigte ich mich: »Wo in Ihrem Körper nehmen Sie die Angst denn wahr?«

»Wie meinen Sie das?«, fragte sie zurück.

»Zu jeder Emotion«, erklärte ich ihr, »gehört auch eine körperliche Empfindung. Also: