

Buddha Dhamma und Ernährung

In einem Internetforum eines in Deutschland angesiedelte buddhistischen Klosters wurde von einem Gast eine Frage bezüglich der Ernährung im Buddhismus gestellt:

„Buddhismus und Ernährung: Haben wir als Buddhisten das Recht Tieren etwas wegzunehmen?“

Hallo,

mich beschäftigt seit einiger Zeit die Frage inwieweit wir als, das ihnen oder ihren Nachkommen zusteht.

Das ist jetzt etwas verallgemeinert, sicher gibt es auch Buddhisten, die sich vegan ernähren. Also z.B. warum nehmen wir den Kühen die Milch weg, die eigentlich in ihrer Zusammensetzung nicht für uns, sondern für die Kälbchen sind. Jenen wird aber mittlerweile kaum die Milch ihrer Mütter gegönnt, sondern sie werden mit anderen Flüssigkeiten aufgepäppelt, gemästet und ermordet. Sicher nicht von Buddhisten, aber in dem wir die Milch, oder die daraus entstandenen Produkte essen, akzeptieren wir auch den Mord an den Kälbern oder die Ausbeutung der Kühe! Sicher war das in Buddhas Zeiten nicht so extrem, aber heute ist es so!

Ebenso mit den Eiern der Hühner, oder anderen Vögeln, daraus eigentlich ihr Nachwuchs werden sollte; wenn wir sie essen, akzeptieren wir auch den Mord an den männlichen Küken!. Z.B. wenn man täglich ein Ei essen würde, würden im Laufe unseres Lebens 70 Hennen misshandelt und umgebracht und ebenso viele männliche Küken unmittelbar nach dem Schlüpfen vermust oder vergast.

Wenn auch die Mönche alles essen müssen, was man ihnen anbietet, so wäre es doch für buddhistische Laien ein Leichtes, sich dieses mal vor Augen zu führen und es zu ändern! Sicher hat der Buddha es in seiner Zeit abgelehnt, dass seine Mönche Vegetarier werden, aber damals gab es auch keine Massentierhaltung und die Laien haben sicher auch nicht jeden Tag Fleisch gegessen oder es den Mönchen gegeben. Es ist halt etwas, dass mich schon lange quält, wie damit umgehen, denn wenn der Erwachte die Anwendung der silas für alle Wesen gelten ließ, dann muss man sich heute schon darum Gedanken machen.

Wie seht Ihr das?“

Das ist wohl ein Thema, dass der gesamten buddhistischen Gemeinde stets eine Grundlage zum diskutieren und grübeln gibt.

Auch wenn es vielleicht seltsam klingen mag, führt aber genau diese offensichtlich stützenlose Situation dort hin, wo es eigentlich hinführen soll. Man kann auch sagen, daß genau dies der Antrieb ist, seine Lebensweise stets zu verbessern und sie vielleicht zu einem Optimum zu treiben, wobei

dieses Optimum nicht in Patentlösungen, die wenig oder gar keine Achtsamkeit benötigen, zu finden ist.

Grundsätzlich muß man unbedingt zwischen Fleisch essen und Fleisch begehren unterscheiden und sich dabei Mitgefühl (Tugend) immer vor Augen halten. Dieses Mitgefühl kann uns sehr helfen, uns mit unserem eigentlichen Problem zu beschäftigen und das ist der Hunger bzw. der Durst (Gier). Wenn da keine Gier ist, ist da kein Leiden. Wenn man nicht nach Fleisch verlangt, hat man keinen Anteil am Tod eines Lebewesens.

Nun könnte jemand auf die Idee kommen (da gibt es ja genug die so denken) das die Lösung im vegetarischer Begierde liegen könnte. Vom Genuß von Fleisch abzustehen ist sicherlich ein gutes erstes Training, wenn man diesem Genuß stark erliegt. Wie es aber so ist, ist Gier und das damit verbundene Leiden eine absolute Gesetzmäßigkeit, die uns dann auch gleich klar wird, wenn wir daran denken, wieviele Lebewesen systematisch vernichtet werden (ganz abgesehen von den Lebensräumen den wir anderen Lebewesen - den Tieren - damit ja wegnehmen) um zu vegetarischer Nahrung zu kommen. Auch ist nirgendwo in den Texten ein klarer Hinweis zu finden, das Pflanzen keine Lebewesen sind und nicht Teil von Samsara (zum Gegenteil siehe z.B. "Vāsettha Sutta" MN98). Es gibt sogar Ausführungen, wonach Pflanzen auf einer sehr heiligen Stufe stehen, möchte man Lebensformen in Samsara klassifizieren. Viele lassen sich da diverse Konstruktionen von fühlend oder nicht fühlen einfallen und meinen dann es mache nichts, nicht fühlende zu verletzen. Auch im so berühmte Ahi Sutta (AN 4.67), das Buddha seinen Schülern zum Schutz vor Unheil gegeben hat (ein Mönch war durch einen Schlangenbiss getötet worden), wird nicht nicht zwischen verschiedenen Arten von Leben unterschieden:

*Mögen alle Kreaturen (sata),
alles Lebende (pāṇā),
alles Gebohrene (bhūtā),
jedes einzelne und alle zusammen
mit guter Fügung zusammentreffen.
Möge keines von ihnen Schlechtes erfahren.*

Dieser Wunsch, diese Form des uneingeschränkten Wohlwollens kann naturgemäß nur in einer Lebensweise entfaltet werden, in der man auch so leben kann wie man es allen anderen wünscht, da es sonst nur eine heuchlerische Haltung wäre die uns früher oder später belasten würde. Auch ist hier ist das Bewusstsein, was man als Lebewesen betrachtet allenfalls ausschlaggebend, und sollte jedoch nicht als Ausrede verwendet werden.

Desto umsichtiger das Bewusstsein hinsichtlich der Vielfalt der Mitlebewesen wird, wird klar, das der Ansatz nun nicht wirklich in der Art der Speise liegt, sondern wie man zu dieser Speise kommt. Aus einer Absicht geht jede Handlung hervor und dort ist auch der Platz wo wir arbeiten müssen bzw. sollen.

In der buddhistischen Praxis ist daher Bescheidenheit und einschränken der Sinnesbegierden vorrangig und weniger Modelle, die es uns erlauben uns auszurasen und unserer Tugend damit einen niedrigen Rang geben. Leben ernährt sich von Leben. Dies ist eine Tatsache die nach Erzählungen Buddha als kleiner Junge, als er mit seinem Vater an Erntedankfeierlichkeiten teilnahm und der Freude der Menschen nicht folgen könnte, als er den Ochsen sah wie er sich abmühte und

wie der Pflug alles was ihm im Wege stand auseinander Riss, mit Erschrecken feststellte. Das Insekt frißt die Blume, der Frosch das Insekt, die Schlange den Frosch, der Adler die Schlange, der Jäger schießt den Adler, die Überreste des Jägers nähren irgendwann die Blumen. Mit dieser Feststellung wird die Bedeutung der Masse von Leiden in unserer Welt klar und deutlich, und damit kommt man auch unweigerlich zum Bestreben, das hinter der Praxis des achtfachen Pfads liegt: Das Entkommen aus dem Kreislauf von Geburt und Tod, das Versiegeln des Durstes vielleicht noch in diesem Dasein.

Sich mit der Nahrungskette wirklich intensiv zu befassen, sich selbst darin zu erkennen und das Leid darin zu sehen kommt mit der Begegnung mit den Himmlischen Boten gleich. Wer den Himmlischen Boten von Angesicht zu Angesicht begegnet ist und das Glück hat in den Kontakt der Lehre Buddhas zu kommen, wird mit großer Wahrscheinlichkeit beginnen rechte Sichtweise zu entwickeln, die den Einstieg in den achtfachen Pfad darstellt.

"Was ist nun, rechte Erkenntnis? Das Leiden kennen, die Entwicklung des Leidens kennen, die Auflösung des Leidens kennen, den zur Auflösung des Leidens führenden Pfad kennen: das nennt man, rechte Erkenntnis." - DN22

„Das Leiden kennen“ ist hier die unausweichliche Feststellung, dass alle zusammengesetzten Dinge, alles Geborene, dem Altern, der Krankheit und dem Vergehen unterliegt und daraus wird auch klar, dass all diese Dinge leidvoll sind. Dem Kreislauf der Nahrungskette liegt die Kette des bedingten Entstehens zu Grunde, die „Entstehung des Leidens“ und mit der Tatsache das alles Bedingte, ohne der ursachlichen Bedingung nicht entstehen wird auch klar, dass es eine Lösung gibt die zur „Auflösung des Leidens“ führt und den Weg beschreibt „der zur Auflösung führende Pfad“. Rechte Sichtweise geht dem achtfachen Pfad voraus und ist ausschlaggebend, ob die Praxis erfolgreich erfolgt oder nicht. Solange wir einen Weg daran vorbei nachlaufen, halten wir insgeheim die Ansicht, dass es eine alternative gibt und diese geglaubte Alternative lenkt uns stets vom Pfad ab und führt uns meist zu philosophischen Stützen die unsere Absichten zu rechtfertigen. Rechte Sichtweise führt unweigerlich zur rechten Absicht (Entschlossenheit):

„Und was ist rechte Entschlossenheit? Entschlossen in Entsagung zu sein, in Freiheit von Feindschaft, in Nichtverletzen: Das wir rechte Entschlossenheit genannt.“ -SN 45.8

Hier finden sich auch die ersten Ansätze zur Verbesserung der Situation im Bezug zur Ernährung, die aus Mitgefühl, aber auch aus Weisheit entspringen: „Entschlossenheit zur Entsagung und die Absicht nicht zu verletzen.“

Rechte Absicht ist der Ursprung von rechter Rede, rechter Handlung und in weiter Folge von rechter Lebensweise und diese Pfadfaktoren drehen sich mit der rechten Anstrengung im Kreis um sie zu einer Perfektion zu bringen, in der wir eine Tugend entwickeln, die unseren Geist leichter macht und uns von zusätzlichen Veruntrübungen (meist sehr subtil und unterbewusst) des Alltags schützt, wie auch auf alle anderen Lebewesen mehr und mehr Rücksicht nimmt.

Dabei mag man vielleicht glauben, dass rechte Rede hier nicht so eine Rolle spielt, jedoch werden wir gleich merken, dass rechte Rede in Hinblick auf Fragestellungen „wie soll ich mich ernähren“ sehr wohl viel Einfluß haben kann, wenn da z.B. Empfehlung gegeben werden.

*"Und was ist rechte Sprache? Abstehen vom lügen, von entzweiender Sprache, von verletzender Sprache und von unützem Geschätz: Das nennt man rechte Sprache." —
SN 45.8*

In der rechten Absicht sind die beiden Elemente, Absicht zum Entsagen und Absicht zum Nichtverletzen enthalten. Da hat sich in unser Gesellschaft ganz natürlich eine gewisse Absicht zum Nichtverletzen gebildet und Hass, wie auch Verletzendes wird von den meisten Menschen klar als negativ und leidbringend angesehen. So finden wir heute auf den Fleischmärkten keine lebenden Tiere mehr, wie es heute in Ländern Südostasiens noch ganz normal ist. Dies ist auf der einen Seite eine schöne Sache, auf der anderen jedoch ein sehr trügerisches Gaukelspiel, dass uns leicht in die Irre führen könnte, würde wir nicht dennoch sehr aufmerksam sein.

Es hat sich auch ein breiter Anspruch entwickelt „sauberes“ Essen zu verlangen, jedoch ist es die Natur des Marktes von der Begierde zu leben und diese Begierde sucht sich dennoch ihre Wege gestillt zu werden, wie sich auch die Begierde diesen Markt zu vergrößern Wege sucht um offensichtlicher Kritik zu entkommen. Wie immer liegt die Entscheidung aber immer bei dem der eine Handlung begeht, wo immer man gerade steht.

Die Komplexität dieser Lüge durch fein verpacktes und bis zur Unkenntlichkeit verziertes Fleisch (Nahrung allgemein) suggeriert einem, dass wir in einer sehr heilen Welt leben, doch das Leiden ist hier einfach nur aus unserem Palast verbannt. Ein tugendhafter Mensch irgendwo in einem „unterentwickelten“ Land würde es relativ leicht haben, heilsamer zu seiner Nahrung zu kommen, da er sich vielleicht selbst und direkt darum kümmern kann. Wenn er heute eine Kokosnuß möchte, kann er vorsichtig auf die Palme hochsteigen und sich diese umsichtig zur Nahrung machen ohne dabei zahlreiche Lebewesen zu verletzen oder gar zu töten. Für einen "modernen" Menschen, der über Jahre das Opfer der eigenen Bequemlichkeit geworden ist, ist diese viel schwieriger geworden, auch wenn es für die meisten Leute aus armlichen Ländern ebenfalls sehr viel leidloser erscheint. Wie sich das ganze „rächt“ sehen wir heute gut mit all den aufkommenden Wohlstandskrankheiten, wo auch viele mentale Krankheiten nicht ausgenommen werden können.

Da gibt es nun zahlreiche Lügen, die wir nur all zu gerne adoptieren, die das ebenfalls wichtige Thema des Entsagens, oder der Bescheidenheit stets verdrängen. Eine davon wäre „Wenn du mitfühlend bist, iß kein Fleisch“ das dann bis zu veganer Ernährung und all ihren gesundheitlichen Problemen und endlosen Neuentdeckungen und Verwerfungen führt. Neben dem laufenden Kühlschränken, Spezialverarbeitungen und Boom der Ernährung für Menschen die gut sein wollen, übersieht man aber leicht wie die Regenwälder unserer Welt, die letztlich auch die Plätze wo sich die Heiligen aller Zeiten entwickelt und aufgehalten haben, in Flammen stehen, systematisch gerodet werden und nach und nach verschwinden.

Auch entstehen immer wieder Ideen von schonendem Töten und „gerechter“ Haltung und Zucht der Nahrung, welche sicherlich einem mitleidvollen Gedanken, aber keinem mitfühlenden Gedanken entspringen. Die Absicht und das Ziel der Handlungsweise eines Schülers Buddhas genauer und eindringlicher erklären ist daher eine sehr wichtige Sache, um nicht mit einer Lüge sehr viel mehr Unheil zu stiften als ohne solch einem Rat. Und das solche Pauschalideen auch zur Feindschaft führen, ist im Streit um „was eine Laie oder Mönch essen sollte“ unter den verschiedenen Schulen nicht zu übersehen, wo wir beim dritten Aspekt der rechten Absicht wären: „Freiheit von

Feindschaft“. Ein Ringen um „wer nun der tugendhaftere ist“ und ungeklärte Kritik an der Lebensweise anderer zu führen, kann zu langer Feindschaft führen. Wir sind heute alle noch nicht perfekt und nur wenige von uns leben nach der höchsten Tugend abseits von gewöhnlichen Leben. Daher ist es gut sich stets an die eigene rechte Absicht zu erinnern und diese auch vollständig zu transportieren, wirkt sie doch an beiden Seiten er Medaille, dem Hass und der Gier in selber Weise und sorgt so für das so wichtige Mittelmaß das sich mit der Ursache beschäftigt und sich nicht auf heuchlerischen Thesen stützen kann. Manchmal müssen wir auch über unsere Ernährungsweise schweigen, da es vielleicht am Verständnis von anderen fehlt.

Wenn wir nun von der Sprache zur Handlung schreiten, ist klar, dass nicht verletzen, nicht töten oberstes Gebot in unserem Training ist. Sehr wichtig ist es stets als Training zu sehen, wir sind jetzt noch nicht perfekt, aber gewillt uns zu verbessern. Wichtig ist hier die Absicht die zusammen mit dem jeweiligen Verständnis (Bewusstsein) die passende Entscheidung findet und das am besten mit wenig Spekulation.

“Und was ist rechte Handlung? Abstehen Leben zu nehmen, abstehen vom Stehlen und abstehen von Unkeuschheit. Da nennt man rechte Handlung. — SN 45.8

Wenn wir nun in der Situation eines Laien sind, werden wir versuchen töten zu vermeiden. Jetzt mag man sich vielleicht die Gedankenbrücke schaffen, dass man ja nicht tötet, wenn man Fleisch beim Fleischhauer oder im Supermarkt kauft. Diese Brücke, wenn sie denn errichtet wurde, zerfällt, wenn man nachdenkt, ob der Fleischhauer Schweine schlachten würde, wenn man diese nicht wollen würde. Der Wille und die Begierde haben also, wenn auch indirekt erscheinend, einen direkten Einfluß. Anderes würde es wohl aussehen, wenn jemand Fleisch anbietet, der dies nicht gewerbsmäßig vertreibt (aus einer Notschlachtung z.B.). Auch spricht nichts dagegen Fleisch anzunehmen, wenn es absichtslos gegeben wird. Wenn Freunde oder Gönner zum Beispiel nun aber im Glauben sind, daß man gerne Fleisch hat aber nicht töten darf, kann es durchaus sein, daß dieser Gabe eine Absicht hinter sich trägt. Man wird daher nicht darum herumkommen, seine Lebenseinstellung klar zu vermitteln und auch zum Ausdruck bringen, dass man andere nicht zu unheilsamen Taten veranlasst sehen möchte. Dies sollte hiermit dann auch keine Hintertüre für ein Ausweichen, ohne an unseren Begierden zu arbeiten, sein. Wenn wir wissen, das jemand uns zu liebe tötet oder töten lässt, würden wir damit dieses unter Umständen nicht nur akzeptieren sondern auch nähren und natürlich Anteil daran haben. Ein Fleischliebhaber wird sich also auch hinter einer vielleicht gepflegten Austauschweise nicht gewissenrein ausruhen können, wie das auch einem Gemüsefreund nicht gelingen wird, wenn er frei Gegebenes empfängt, oder stets zu naheliegendem greift.

Daraus wird ersichtlich das man automatisch relativ wenig Fleisch essen wird, auch wenn man nicht dem Fleischessen entsagt sondern „nur“ vom töten absteht.

Was nun die pflanzliche Nahrung betrifft, ist es vielleicht gut sich das „abstehen vom Stehlen“ etwas vor Augen zu halten. Desto näher die Nahrung ist, desto weniger wird man etwas nehmen was anderen gehört, bzw. sich stark auf zu Last anderer geht. Das Saisongemüse mag zwar nicht ganz dem Belieben entsprechen, hat aber sicherlich weniger unheilbares an sich als nach exotischen Früchten aus Übersee zu fragen. Von unserem Nachbarn (hier weiter unserem Bauer) wissen wir auch genauer in welcher Weise er zu den Gütern die er verkauft kommt, wie wir auch allzugut

wissen, dass sich gerade dort wo Produkte sehr billig produziert werden, es kaum Gedanken der Nachhaltigkeit und Ethik gibt.

Aber es wäre natürlich auch ziemlich in den Sack gelogen, wenn man zum 20km entfernten Biobauern mit dem Auto fährt um Leiden zu mindern, wenn man bedenkt, was so auf der Straße und der Windschutzscheibe auf der Strecke bleibt. Auch hat Aufbewahrung und Zubereitung oft sehr viel nachteilige Wirkung auf unsere Umwelt und andere. Einfach, nahe, weniger Vorausschauen (im Sinne von Angst morgen zu wenig zu haben) zu seiner Nahrung zu kommen, ist meist viel heilvoller als komplizierte Systeme zu entwickeln.

Dazu vielleicht eine kurze Geschichte von Ajhan Fuang die vielleicht besser als andere die Haltung aus buddhistischer Sicht erklärt:

„Einst beschloß eine Frau die bei ihm seit kurzer Zeit lernte, Essen zuzubereiten um es ihm zu spenden. Um sicher zu gehen, daß es etwas ist, was er auch mochte, fragte sie ihn gerade heraus: „Welches Essen mögen sie, Than Phaw?“

Seine Antwort: „Essen das in Reichweite ist.“

Lebt man auf dem Land hat man es wahrscheinlich leichter sich seine Nahrung so auszusuchen, dass es seiner ethischen Entwicklung auch besser entspricht. Hier vermehrt von Früchten, unbefruchteten Eiern und geteilter Milch zu leben, kann vielleicht möglich sein um sich aus diversen Handlung im Bezug auf die Nahrung nicht zu sehr zu belasten. Letztlich schmecken Dinge, die man sich selbst und gewissenhaft gezogen hat auch immer besser.

Und der dritte Anteil der rechten Handlung enthält nicht nur eine sexuelle Völlerei. Man kann sich diesen Aspekt stets auch im Hinblick auf die Handlung, im Bezug zur Nahrungsaufnahme ins Gedächtnis rufen. Und hier ist vielleicht einer der wichtigsten Ansätze in der buddhistischen Ernährung. Gesund und bescheiden bilden in gewisser Weise einen Kreis. Bescheiden sichert die Gesundheit, nicht nur Körperlich sondern auch mental. Nicht zuletzt ist das Reduzieren der Nahrungseinnahme und vor allem das Abstehen von unzeitigem Essen eine Praxis, die nicht nur einem selbst hilft, sondern auch weniger von unseren Mitlebenwesen abverlangt. Was wir nicht über das Maß der Notwendigkeit nehmen, wird anderen nicht fehlen oder nach wie vor zur Verfügung stehen und bedingt auch keine zusätzliche Erfordernis mehr zu produzieren. Seine Mahlzeiten auf fixe Uhrzeiten zu beschränken oder vielleicht gar zu reduzieren hat jedenfalls nicht nur guten Einfluß auf unsere eigene Disziplin. Nicht umsonst heist es das Achtsamkeit und Tugend nicht nur uns selbst sondern auch unzählige anderen Wesen vor Leiden schützen. Was hier aber dennoch anzuführen ist, ist dass dies nicht zu einer nutzlosen Ohnmacht führen sollte. Wir können unserer natürlichen Güte durchaus vertrauen, wenn wir eine Entscheidung treffen müssen auch ohne stets alle Ursachen und Wirkungen außen zu betrachten, sondern uns stattdessen auf unsere Absicht hier und jetzt konzentrieren.

Dem allen ist zu entnehmen, dass man, wenn man sich ernsthaft mit dem achtfachen Pfad auseinandersetzt, seine Lebensweise ebenfalls anpassen muß um seinem Gewissen mit reifender Erkenntnis und Bewusstsein gerecht zu werden, was natürlich bedacht und Schritt für Schritt erfolgen sollte.

Auch sind oft andere Gepflogenheiten weit aus verletzender für andere Lebewesen als Ernährung und diese sollte man nicht aus den Augen verlieren. Eine spartanische Lebensweise im Hinblick auf Nahrung zu führen, sich jedoch in allen anderen Sinnenbegierden unmäßig zu verhalten, verbessert weder die eigene Situation noch die der andern Lebewesen.

Mit zunehmender Bescheidenheit, verringert sich auch die Notwendigkeit Unmengen an Reichtum anzuschaffen und der Alltag wird bewusster und vielleicht nicht mehr zu sehr in etwas das wir gerne als Arbeit und Freizeit trennen und uns ein künstliche Grenze zwischen, das bin ich und das muß ich, zu machen. Das „ich“ und das „muß“ wachsen so näher zusammen und werden dann auch gemeinsam zu einem Besseren und der Realität mehr entsprechend geführt. Lebensweise werden dann immer weniger in Lebenszwänge und Lebensfreuden getrennt und der Alltag wird einfacher aber glücklicher gelebt.

„Und was ist rechte Lebensweise? Das ist der Fall wo ein Schüler des Erhabenen von unehrlichem Lebensweise absteht und sein Leben in rechter Lebensweise führt. Das nennt man rechte Lebensweise.“ — SN 45.8

Was den Unterhalt und das Tagesgeschäft betrifft gab Buddha seinen Laienschülern bescheid, welche Lebensweisen für einen ernsthaften Laien nicht angemessen sind:

„Ein Laienschüler sollte in fünf Arten von Geschäften verwickelt sein. Welche fünf? Geschäfte mit Waffen, Geschäfte mit Menschen, Geschäfte mit Fleisch, Geschäfte mit Rauschmittel und Geschäften mit Gift“ — AN 5.177

Hier sieht man ganz klar, dass Buddha nichts vom Handel mit Lebewesen hielt und diese nicht als Gegenstand der Bereicherung für seine Schüler wollte und von einer Verwicklung darin gleich gänzlich abriet. Auch hier mag man vielleicht zu dem Schluß kommen, dass Vegetarismus des Rätsels Lösung ist, jedoch lässt man dabei vielleicht das „verwickelt sein in Geschäften mit Gift“ außer acht, ohne welche es heute kaum zu Gemüse auf unsere Großmärkten kommt. Auch die Geschäfte mit Waffen, wenn man sich die Großmaschinen ansieht, die heute unsere Äcker erzeugen und bearbeiten, sind hier vielleicht nicht so sehr bedacht.

All dies führt uns vielleicht in gewisser Weise zu einem weiteren wichtigen Aspekt der rechten Lebensweise, der Ehrlichkeit.

So beschreibt Buddha im Adiya Sutta (AN 5.41), dass Wohlstand immer nur dann wirklich genossen werden kann, wenn man diesen „durch Aufbietung seiner Kraft erworben hat, durch seiner Hände Fleiß, im Schweiß seines Angesichtes, auf rechtmäßige, ehrliche Weise“ verdient hat. „Damit macht er sich selber glücklich und zufrieden und bewahrt sich ein vollkommenes Wohlsein.“ Und auch alle um sich herum.

Wie groß oder klein Besitz und Wohlstand auch sein mögen, führen sie durch eigene Arbeit immer zu einen Wohl, welches das Gewissen nicht belastet, den Geist leichter macht und aus diesem Umstand auch weniger verletzend ist, sollte auch einmal der Wohlstand schwinden.

Aus alle dem ist unweigerlich zu Erkennen, dass der achtfache Pfad zu einer steten Weiterentwicklung und Verbesserung einladet um auch die entsprechenden Früchte zu tragen. Auch kann man erkennen, dass die subjektive Situation jedes einzelnen Verschieden ist, sich stets ändert

und man daher keinerlei Patentrezepte für Laien geben kann. Auch hier muß man sich den eigenen Rahmen entsprechend gestalten, etwas dafür tun und sich unweigerlich auch mit dem Loslassen beschäftigen und die Lebensweise anpassen.

Auch wird mehr und mehr klar, warum Bhikkhus so leben wie sie leben und warum es so viele Regeln im Bezug auf die Nahrung für Bhikkhus gibt. Diese Lebensweise ermöglicht es von vorne herein (wenn man von den weltlichen Dingen vollkommen loslassen kann), all die Probleme die man als Laie hat, zu umgehen, was aber nicht heißt, dass diese auch wirklich immer umgangen werden. Auch hier finden sich oft Ideenreiche Überbrückungen der höchsten Lebensweise, dem Ernähren von dem frei gegeben ist. Für einen Mönch ist es daher sehr schwer gewissenrein ohne Almosenrunde zu leben und gerade unsere Gesellschaft in der noch kaum Verständnis für „nicht involviert sein“ (welches tatsächlich direkt wirkt) herrscht ist es wahrscheinlich nicht immer möglich sich an höchste Tugend zu halten, aber auch hier spielt die Absicht und Bequemlichkeit eine Rolle und ist Schlüssel zum gewissenreinen Leben. Es liegt auch hier immer an der einzelnen Person.

Mit der rechten Sichtweise im Hinterkopf und dem Leiden das durch nehmen entsteht, versteht man nun auch leichter, warum die von „Speiseresten“ lebenden Bhikkhus traditionell „Preah karuna“ (Herr des Mitgefühls) genannt werden.

Aber auch seinen ordinierten Schülern die von dem Leben, was bereits zu viel genommen wurde, die sich von Brockenspeise ernähren, hat er stets nahe gelegt wie Nahrung selbst wenn sie ohne Stränge gegeben ist anzusehen ist, und am besten beschreibt dies wohl das Puttamaṃsūpama Sutta (S.12.63):

Fleisch vom Sohn

1. Ort der Begebenheit: Sāvattthī.

2. "Diese vier Nahrungsstoffe, ihr Bhikkhus, dienen den Wesen, die (schon) geboren sind, zur Erhaltung, oder den Wesen, die nach Wiedergeburt suchen, zur Förderung.

3. Welche vier?

- Die eßbare Speise, grobe oder feine;*
- die Berührung ist der zweite;*
- die Denktätigkeit des Geistes ist der dritte;*
- das Bewußtsein ist der vierte.*

Das also sind, ihr Bhikkhus, die vier Nahrungsstoffe für die Wesen, die (schon) geboren sind, zur Erhaltung, und für die Wesen, die nach Wiedergeburt suchen, zur Förderung.

4. Und wie ist, ihr Bhikkhus, der Nahrungsstoff eßbare Speise zu verstehen?

5. Gerade so, ihr Bhikkhus, wie wenn zwei Eheleute mit spärlicher Reisezehrung den Weg durch eine Wildnis [178] anträten, und sie hätten einen einzigen Sohn, der ihnen

lieb und wert wäre.

6. Nun aber würde, ihr Bhikkhus, von den beiden Eheleuten, während sie in der Wildnis sich befänden, die spärlich bemessene Reisezehrung aufgebraucht, ginge zu Ende; sie wären aber aus dem übrigen Teil der Wildnis noch nicht heraus gekommen.

7. Nun aber käme, ihr Bhikkhus, den beiden Eheleuten der Gedanke: unsere spärlich bemessene Reisezehrung ist aufgebraucht, ist zu Ende gegangen, und wir sind aus dem übrigen Teil der Wildnis noch nicht heraus gekommen. Wie wäre es jetzt, wenn wir unseren einzigen Sohn, der uns lieb und wert ist, töteten, Dürrfleisch und eingepfeffertes Fleisch [179] herstellten und, indem wir des Sohnes Fleisch äßen, aus dem übrigen Teil der Wildnis heraus kämen, damit wir nicht alle drei umkommen müssen?

8. Und nun töteten, ihr Bhikkhus, die beiden Eheleute ihren einzigen Sohn, der ihnen lieb und wert war, stellten Dürrfleisch und eingepfeffertes Fleisch her und kämen, indem sie des Sohnes Fleisch äßen, aus dem übrigen Teil der Wildnis heraus, und sie äßen des Sohnes Fleisch und pressten es an die Brust, (klagend): wo bist du, einziger Sohn, wo bist du, einziger Sohn?

9. Was haltet ihr davon, ihr Bhikkhus? Würden diese Leute zu ihrer Freude den Nahrungsstoff zu sich nehmen, würden sie zu ihrer Lust den Nahrungsstoff zu sich nehmen, würden sie zu ihrem Genuß den Nahrungsstoff zu sich nehmen, würden sie zu ihrem Vergnügen den Nahrungsstoff zu sich nehmen?" - "Nein, Herr, das ist nicht der Fall."

10. "Würden nicht diese Leute, ihr Bhikkhus, nur eben, bis sie aus der Wildnis herausgekommen, diesen Nahrungsstoff zu sich nehmen?" - "Jawohl, Herr."

11. "Ganz ebenso, behaupte ich, ihr Bhikkhus, ist der Nahrungsstoff eßbare Speise zu verstehen. Wenn der Nahrungsstoff eßbare Speise, ihr Bhikkhus, richtig erkannt ist, ist auch die Begierde nach den fünffachen sinnlichen Genüssen [180] richtig erkannt. Wenn die Begierde nach den fünffachen sinnlichen Genüssen richtig erkannt ist, dann gibt es auch die Fessel nicht, durch die gefesselt ein frommer Jünger wieder in diese Welt zurückkehren würde.

12. Und wie ist, ihr Bhikkhus, der Nahrungsstoff Berührung zu verstehen?

13. Gerade so, ihr Bhikkhus, wie wenn da eine Kuh mit aufgerissener Haut [181] bei einer Mauer stünde, so würden die in der Mauer hausenden Lebewesen von ihr zehren; wenn sie bei einem Baum stünde, so würden die im Baum hausenden Lebewesen von ihr zehren; wenn sie im Wasser stünde, so würden die im Wasser hausenden Lebewesen von ihr zehren; wenn sie in der freien Luft stünde, so würden die in der freien Luft hausenden Lebewesen von ihr zehren. Wo immer ja, ihr Bhikkhus, die Kuh mit aufgerissener Haut stünde, da würden immer die an der jeweiligen Stelle hausenden Lebewesen von ihr zehren: Ganz ebenso, ihr Bhikkhus, behaupte ich, ist der Nahrungsstoff Berührung zu verstehen.

14. Wenn der Nahrungsstoff Berührung richtig erkannt ist, ihr Bhikkhus, sind auch die drei Formen der Empfindung [182] richtig erkannt. Wenn die drei Formen der

Empfindung richtig erkannt sind, dann, behaupte ich, gibt es für den frommen Jünger fürderhin nichts mehr zu tun.

15. Und wie ist, ihr Bhikkhus, der Nahrungsstoff Denktätigkeit des Geistes zu verstehen?

16. Gerade so, ihr Bhikkhus, wie wenn da eine über Mannesgröße tiefe Kohlengrube angefüllt wäre mit glühenden, nicht mehr rauchenden Kohlen [183]; und es käme da ein Mann daher, der gerne leben möchte, der kein Verlangen hätte zu sterben, der an Lustvollem Genuß hätte und Leidvollem widerstrebte; den nun packten zwei kräftige Männer bei beiden Armen und schleppten ihn zu der Kohlengrube: da wäre wohl, ihr Bhikkhus, weitab jenes Mannes Denken, weitab sein Wunsch, weitab sein Verlangen.

17. Warum das? Es wäre ja, ihr Bhikkhus, dem Mann wohl bewußt [184]: wenn ich in die Kohlengrube stürzen werde, erleide ich infolge davon den Tod oder Schmerz, der zum Tode führt. Ganz ebenso, ihr Bhikkhus, behaupte ich, ist der Nahrungsstoff Denktätigkeit des Geistes zu verstehen.

18. Wenn der Nahrungsstoff Denktätigkeit des Geistes, ihr Bhikkhus, richtig erkannt ist, sind auch die drei Formen des Durstes [185] richtig erkannt. Wenn die drei Formen des Durstes richtig erkannt sind, dann, behaupte ich, gibt es für den frommen Jünger künftighin nichts mehr zu tun.

19. Und wie ist, ihr Bhikkhus, der Nahrungsstoff Bewußtsein zu verstehen?

20. Gerade so, ihr Bhikkhus, wie wenn da die Leute einen verbrecherischen Räuber eingefangen hätten und ihn dem König vorführten: ‚Hier, Majestät, ist der verbrecherische Räuber; verhängt über ihn die Strafe, die dir beliebt.‘ Daraufhin spräche der König: ‚Geht, ihr Leute, und trefft den Mann um die Morgenzeit mit hundert Speißen‘ [186], und sie träfen ihn um die Morgenzeit mit hundert Speißen.

21. Und um die Mittagszeit spräche der König also: ‚Ihr Leute, wie ist es mit dem Mann?‘ - ‚Noch ist er am Leben, Majestät.‘ - Daraufhin spräche der König: ‚Geht, ihr Leute, und trefft den Mann um die Mittagszeit mit hundert Speißen‘, und sie träfen ihn um die Mittagszeit mit hundert Speißen.

22. Und um die Abendzeit spräche der König also: ‚Ihr Leute, wie ist es mit dem Mann?‘ - ‚Noch ist er am Leben Majestät.‘ - Daraufhin spräche der König also: ‚Geht, ihr Leute und trefft den Mann um die Abendzeit mit hundert Speißen‘, und sie träfen ihn um die Abendzeit mit hundert Speißen.

23. Was haltet ihr davon, ihr Bhikkhus? Würde wohl der Mann, von dreihundert Speißen getroffen, dadurch Schmerz und Qual empfinden?" - "Schon von einem einzigen Speiß getroffen, Herr, würde er dadurch Schmerz und Qual empfinden, geschweige denn, von dreihundert Speißen getroffen."

24. "Ganz ebenso, ihr Bhikkhus, behaupte ich, ist der Nahrungsstoff Bewußtsein zu verstehen.

25. Wenn der Nahrungsstoff Bewußtsein, ihr Bhikkhus, richtig erkannt ist, ist auch Geist und Körper (nama und rupa) richtig erkannt. Wenn Geist und Körper richtig erkannt ist, dann, behaupte ich, gibt es für den frommen Jünger künftighin nichts mehr zu tun."

Buddha war es wichtig, daß man stets seine Absichten beobachtet, da diese uns zu Handlungen führen und diese wiederum Einfluß auf unser Bewusstsein haben. Desto besser der Tugendteil des achtfachen Pfades ist, desto besser wir Tugend im Alltag umsetzen, desto größer werden unsere Erfolge im Bereich der Meditation und der daraus folgenden Einsicht sein. Dies wiederum gestaltet eine natürlichere Tugend die aus einer Selbstverständlichkeit erwächst. Und wer weiß, vielleicht haben wir uns eines Tages auch durch Großzügigkeit gegenüber jener die aus Mitgefühl den tugendreichen Weg Buddhas in seiner vorgegebenen Gesamtheit gehen, die Möglichkeit erarbeitet selbst den Weg der höchsten Tugend zu gehen. Mit Geduld arbeiten wir so Schritt für Schritt an unserem und auch aller anderer Glück.

Besser als sich auf irgendwelche Gedankenmodelle zu stützen, ist stets ehrlich mit sich selber, seinen Absichten und seiner derzeitigen Situation gegenüber, zu sein und all dies Schritt für Schritt mit rechter Anstrengung zu verbessern:

"Jemand unternimmt die Anstrengung, falsche Ansicht zu überwinden und Richtige Ansicht zu erlangen: dies ist seine Richtige Anstrengung.

"Jemand unternimmt die Anstrengung, falsche Absicht zu überwinden und Richtige Absicht zu erlangen: dies ist seine Richtige Anstrengung.

"Jemand unternimmt die Anstrengung, falsche Rede zu überwinden und Richtige Rede zu erlangen: dies ist seine Richtige Anstrengung.

"Jemand unternimmt die Anstrengung, falsches Handeln zu überwinden und Richtiges Handeln zu erlangen: dies ist seine Richtige Anstrengung.

"Jemand unternimmt die Anstrengung, falsche Lebensweise zu überwinden und Richtige Lebensweise zu erlangen: dies ist seine Richtige Anstrengung. -MN 117

oder auch hier kurz gefasst :

*"Kein Unrecht tun und immer nach dem Guten trachten,
Sein Denken reinigen: dies lehren die Erwachten." -Dhp 183*

Wenn man mit Vorwürfen betreffen der Ernährung konfrontiert wird, die heute leider auch durch buddhistische Lehrer oft in ein absolute Ecke gestellt werden, das so von Buddha nicht vermittelt wurde, ist es denke ich nicht falsch sich Zeit zu nehmen und den Gedanken des Zieles der buddhistischen Praxis ausreichend zu erklären. Man fordert damit nicht nur das Wachstum dieser Tradition, Anstelle es auf einer starren Situation aus Spendern und Empfängern zu belassen, sonder regt jeden anderen zum hineinwachsen in eine bessere Lebensweise an. Damit ist es auch nicht schwer, sich selbst einzugestehen, wenn man zum einen oder anderen noch nicht bereit ist, auch

wenn man an beiden Strängen des Übels zur selben Zeit arbeiten: An der Gier (durch üben in Bescheidenheit) und am Hass (durch üben vom Töten abzustehen). Den erfolgreichen Praktizierenden macht das aus was in seinem Geist vorgeht und nicht was auf seinem Teller liegt.

„Du bist was und wie du ißt, und was du nicht verletzt auch dein Gewissen nicht zerfrisst.“

Auch wenn in unserer Kultur Geier als abscheulich angesehen werden, mag eine gewisse Denkweise, etwas wie ein Geier zu handeln, für einen Laien nicht die schlechteste sein. Es gibt wohl wenige Lebewesen die Mitgefühl in gleicher Weise verkörpern wie dieses Tiere.

Gegen Ende vielleicht noch ein Zitat von Ajahn Fuang:

“Weist du, wir Menschen haben eine lange Zunge. Du sitzt so herum und plötzlich schnalzt deine Zunge hinaus in den Ozean. Du möchtest Meeresfrüchte. Dann schnalzt sie um den ganzen Globus. Du möchtest ausländische Speisen essen. Du mußt deine Zunge trainieren und sie zu einer passenden Größe schrumpfen.“

Was die Eingangsfrage die sich ja in Gewisser Weise auch sehr an die Ordinierten richtet, so kann man wahrscheinlich am besten damit antworten, dass man sagt: Je mehr Menschen den Weg Buddhas verstehen um so leichter wird es einem Bhikkhu möglich sein, seine Regeln einzuhalten und an einem Ort zu verweilen. Laien und Bhikkhus haben unmittelbar Einfluß aufeinander. Wenn im allgemeinem Verständnis neben dem Mitgefühl (das vorerst natürlich von Gegenerwartungen aber auch Anhaftungen beeinflußt ist) auch Weisheit wächst, werden Bhikkhus aus dem sich sicherlich ergebenden Zwiespalt „Helfen wollen und dabei Tugendregeln übertreten“ herauskommen, die Freiheit die sie brauchen bekommen und lange Zeit zum wohle Aller ihrer Pflicht sich der Praxis zu widmen nachkommen können und die Lehre auch ohne Abhängigkeit und Geschäft ohne Belastung frei teilen.

Die Frage: „Haben wir als Buddhisten das Recht Tieren etwas wegzunehmen?“, kann daher mit einem klaren „Nein“ beantwortet werden und das Beschränkt sich natürlich nicht nur auf jene die sich Buddhisten nennen. Auch gibt es keinen Grund die Tugendregeln für irgend eine gute Tat zu übertreten. Weder direkt noch indirekt hat irgend ein Wesen das Recht, einem anderen etwas wegzunehmen. Wir alle haben jedoch die Pflicht unser bestes zu tun, unsere Begierde zu verringern, zu teilen was wir haben und Schritt für Schritt daran zu arbeiten aus diesem Kreislauf der Begierde zu entkommen. Alles was wir für unseren Fortschritt für unser Streben zu unserem Wohl und zum Wohle aller anderen Wesen, auf unserem Weg als Nahrung benötigen sollten wir betrachten wie das Fleisch unseres eigenen Sohns und dieses auch entsprechend mit jenen, die den selben Weg, ob nun vor uns oder hinter uns gehen, auch teilen. Verdienste mehren können wir nur, wenn wir auch immer von Unheilsamen abstehen und ganz natürlich Gutes nur im Rahmen unserer Möglichkeiten tun. Im Nehmen um zu Geben steckt kein wirklicher Verdienst, nur loslassen führt uns aus diesem Kreislauf heraus und es liegt in der Dynamik diese achtfachen Pfade, dass man, wenn man nichts mehr zu geben hat, ihn unweigerlich auch selber in seiner Vollkommenheit geht, wenn die rechte Ansicht zu einer starken Überzeugung aus Verständnis reift. Bis dahin, wenn man noch nicht so weit ist und von den Sinnlichkeiten des normalen Lebens nicht ablassen kann, trachtet man kluger Weise danach, dass sich Geben und Nehmen zumindest die Waage hält und teilt Überschüssiges wo es auf fruchtbaren Boden fällt.

Mögen dir diese einfachen Worte für den eigenen Weg und zum Wohle aller behilflich sein.