

# Über den Nutzen der Religion für die moderne Gesellschaft

Geshe Thubten Ngawang  
Tibetisches Zentrum e.V., Hamburg

## GESHE THUBTEN NGAWANG: ÜBER DEN NUTZEN DER RELIGION FÜR DIE MODERNE GESELLSCHAFT

Als Menschen im 20. Jahrhundert sind wir vielen gesellschaftlichen Veränderungen in schneller Folge ausgesetzt. Mit diesem Beitrag möchte ich meine persönlichen Auffassungen dazu äußern, inwiefern die Religion allgemein und speziell die buddhistische Tradition, in der ich ausgebildet worden bin, nützlich sein kann, um die Probleme der modernen Welt zu bewältigen. Ich möchte anhand von sieben Punkten erklären, wie sich religiöse Praxis gerade in unserer Zeit segensreich auswirken kann:

### **1. Hoffnung: Das innere Potenzial des Menschen erkennen**

Das Leben stellt uns immer wieder vor Probleme. Wir haben keine vollständige Freiheit darüber, was uns zustoßt, und werden deshalb oft mit Unerwünschtem konfrontiert bzw. können das von uns Ersehnte nicht erlangen. So bemühen wir uns — zumeist mit äußeren Mitteln — ein stabiles Wohlbefinden zu erreichen, etwa indem wir uns materiell bereichern, unseren Körper stärken und verschönern oder Freundschaften schließen. Letztlich müssen wir aber feststellen, dass allein die Manipulation der äußeren Welt das erstrebte Ziel eines tiefen, dauerhaften Glücks nicht gewähren kann. In dem Moment, da uns das bewusst wird, haben wir vielleicht das Gefühl, dass alle Mittel ausgeschöpft sind, und es mag sein, dass wir in ernsthafte psychische Krisen geraten. Manchmal denken wir sogar daran, uns das Leben zu nehmen. In der heutigen Zeit, wo immer mehr materielle Mittel zur Verfügung stehen, scheint diese Situation noch häufiger aufzutreten, als es in früheren Zeiten der Fall war.

Angesichts dieser geistigen Not ist es sehr wichtig, das innere Potenzial des Menschen zu erkennen und zu erschließen. Man kann etwa durch den Besuch einer Kirche oder eines Tempels neue Kraft gewinnen. Die Beschäftigung mit dem

Leben der Heiligen und Religionsstifter erinnert den Zeitgenossen an ein subtiles, weitreichendes Vermögen, das unsere alltäglichen Sorgen in den Hintergrund drängt. Mit Hilfe von Meditation und anderen Übungen der Geistes- und Körperkultur wird man einen psychischen Zusammenbruch vermeiden können.

Wenn wir uns darüber Gedanken machen, können wir sicher erkennen, dass die Weltreligionen einen großen Nutzen dafür haben, den Menschen in Zeiten der Not neue Hoffnung zu geben.

## **2. Gewaltlosigkeit: Kein Wesen schädigen**

Auch können die Religionen einen Beitrag zur Vermeidung von Gewalt und für die Entwicklung eines echten Friedens leisten. Echter Friede bedeutet mehr, als anderen keinen Schaden zuzufügen. In allen Religionen findet sich die Anweisung, nicht zu töten. So wird etwa in den theistischen Religionen davon gesprochen, dass es gegen den Willen Gottes geht, anderen das Leben zu nehmen.

Im Buddhismus wird genau erklärt, welche negativen Auswirkungen das Schädigen anderer Lebewesen hat. Zunächst macht man sich bewusst, dass die anderen ihr Leben genauso schützen wollen wie man selber. Das Leben ist das Wertvollste überhaupt, und man ist sogar bereit – etwa im Falle einer Operation – Teile des eigenen Körpers aufzugeben, um es zu erhalten. Wenn man einem anderen Wesen das Leben nimmt, ist es das schlimmste, was man ihm antun kann. Genauso sollte man auch dem Besitz und dem Körper anderer nicht schaden.

Nach der buddhistischen Lehre von Handlungen und ihren Wirkungen (*karma*) verletzt man mit einer solchen Handlung nicht nur den anderen, sondern der Handelnde selbst hinterlässt im gleichen Moment seiner Tat ein Potenzial in seinem Geist, das ihm langfristig selber schaden wird. Eine Handlung ist vollständig, wenn vier Faktoren zusammenkommen: Die Motivation (Absicht) zur Handlung muss vorliegen, man muss auf das entsprechende Objekt treffen, die Tat muss ausgeführt werden und zur Vollendung kommen. Ähnliche Faktoren gelten

für alle sogenannten Zehn Unheilsamen Handlungen, die der Buddha als verwerflich gelehrt hat. Diese Anweisungen sind die Grundlage für die buddhistische Lehre, die aus zwei Hauptaspekten besteht, dem Verhalten der Gewaltlosigkeit und der Weisheit des Abhängigen Entstehens. Wenn man allerdings kein Vertrauen zur Religion hat, wird es nicht möglich sein, dass sich diese hilfreichen Anweisungen für den Frieden in der Welt auswirken. Es verhält sich dann damit ähnlich wie mit einer Medizin, die man nicht einnimmt, obwohl sie der Arzt verschrieben hat. In Wirklichkeit sind diese Lehren das Mittel zur Überwindung unserer Probleme, aber es ist notwendig, sich damit zu beschäftigen, Vertrauen in ihre Inhalte zu fassen und ihren Wert zu erkennen.

### **3. Umweltschutz: Verantwortung für die nächsten Generationen tragen**

Auch im Bereich des Umweltschutzes sehe ich den großen Nutzen der buddhistischen Lehren. Natürlich waren zur Lebenszeit des Buddha die Umweltprobleme, wie wir sie heute erleben, kein Thema. Bei der Darlegung der Lehre ging es im wesentlichen darum, den Weg zu dauerhaftem inneren Glück zu vermitteln. Mit der massenhaften Produktion materieller Gegenstände im Industriezeitalter wird diese Problematik aber immer bedeutsamer. Das ist aus buddhistischer Sicht ganz verständlich, denn die äußeren Dinge sind in ihrem Wesen befleckter Art und haben als solche nicht nur die erwünschten positiven Auswirkungen, sondern auch negative.

Indirekt lässt sich aus der Lehre des Buddha gut ableiten, wie die Umweltprobleme entstehen und wie bedeutsam der Schutz der natürlichen Umwelt ist. Dadurch wird man sich moralisch verpflichtet fühlen, mit Rücksicht auf das Wohlergehen der Wesen alles für den Umweltschutz zu tun. Das endgültige Glück der Wesen ist von vielen Faktoren abhängig. Zunächst braucht man einen gesunden Körper als Grundlage für einen klaren, frohen Geist. Damit der Körper gesund ist, müssen die vier Elemente von Erde, Wasser, Feuer und Wind, aus denen der

Körper besteht und die ihm zugeführt werden, intakt sein. In den Schriften, die den Prozess der Wiedergeburt erläutern, wird ausgesagt, dass schon beim Beginn einer Existenz im Mutterleib, wenn die Keimsubstanzen der Eltern zusammenkommen, es eine der notwendigen Bedingungen für das Leben ist, dass diese Elemente funktionstüchtig sind.

Für die Lebensqualität zukünftiger Generationen wird es ebenfalls unabdingbar sein, dass sie fruchtbare Böden, reines Wasser, saubere Luft und vitale Pflanzen zur Verfügung haben. Wir haben eine besondere moralische Verpflichtung nicht nur für uns selbst und unsere Zeitgenossen, sondern auch für Lebewesen der nächsten Jahrhunderte, das Leben auf diesem Planeten zu erhalten. Aus Sicht des Mahāyāna-Buddhismus sollte man das Wohl der anderen noch mehr im Blick haben als das eigene. Wenn dieses beachtet wird, können sich solche Denkweisen für das Wohl unserer Zeitgenossen und sogar für die zukünftigen Generationen sehr segensreich auswirken.

#### **4. Genügsamkeit: Den inneren Frieden finden**

Der Buddhismus legt, ähnlich wie andere Religionen, viel Wert auf die Genügsamkeit. Diese Eigenschaft ist für den inneren Frieden in einer Zeit, da man mit so vielen Objekten des Begehrens konfrontiert wird, unabdinglich. Einige Religionen sagen, dass diese Haltung den Menschen näher zu Gott führe.

Nach buddhistischer Auffassung wirkt sich Genügsamkeit wohltuend auf den eigenen Geist aus und bewirkt darüber hinaus, dass weniger Gier und Hass in der Gesellschaft vorherrschen. Oft können wir das genaue Gegenteil beobachten, nämlich unersättliches Verlangen. Viele Menschen wollen immer noch mehr und noch Besseres haben als die anderen. Dafür sind sie bereit, dem Besitz, dem Körper und dem Geist anderer zu schaden. Die Geschädigten rächen sich dann für das entstandene Leid, und so entstehen Streit und Missgunst. Das kann sogar so weit gehen, dass ein Land das Territorium eines anderen Staates begehrt und Krieg

und Zerstörung verursacht.

Genügsamkeit bedeutet nicht, alles aufzugeben. Was man zum Leben braucht, kann man sich auch als genügsamer Mensch weiterhin beschaffen. Allerdings sollte man ein Maß für seine Wünsche haben und nicht immer noch mehr und noch Besseres begehren. Wenn man sich so eine Grenze setzt, wird im eigenen Geist eine genügsame Haltung entstehen.

### **5. Toleranz: Liebe zu allen Lebewesen entfalten**

Harmonische Beziehungen in der Gesellschaft entstehen nur, wenn die Menschen verschiedener Traditionen und Kulturen sich gegenseitig respektieren. Im Buddhismus werden Meditationen gelehrt, die bewirken, dass alle anderen Lebewesen in einem sehr angenehmen Licht und liebenswert erscheinen. In einer Schrift wird sogar gesagt, dass man die gewöhnlichen Lebewesen genauso schätzen sollte wie die Buddhas. Damit ist nicht gemeint, dass schon alle Wesen Buddhas wären oder ihre Tugenden denen der Buddhas gleichkämen. Diese Aussage soll lediglich deutlich machen, dass unser Wohlergehen gleichermaßen von den erleuchteten Buddhas und von den anderen Lebewesen abhängig ist. Durch die Güte und Anstrengung der Wesen können wir unseren Lebensunterhalt sichern und Zufriedenheit erlangen. Für die Beschaffung unserer Nahrung, Kleidung, Unterkunft, aber auch im Hinblick auf Bildung und Freundschaften sind wir auf andere angewiesen.

Im Mahāyāna-Buddhismus versucht der Übende, den ganzen Tag über eine Einstellung von Liebe und Mitgefühl gegenüber allen Wesen zu entwickeln. Man übt sich darin, andere wie die eigenen Eltern oder Kinder zu schätzen. Wenn solche Einstellungen sich in der menschlichen Gemeinschaft ausbreiten, wird das einen großen Nutzen für alle haben.

## **6. Dialog der Religionen: Allen mit Respekt begegnen**

Es ist ein erfreuliches Zeichen unserer Zeit, dass die Religionen sich annähern. In diesem Prozess wird es entscheidend sein, dass man Toleranz für die scheinbar anders lautenden Aussagen einer fremden Religion aufbringt; man sollte nicht vorschnell urteilen und einen grundsätzlichen Respekt aufrechterhalten. Man kann im allgemeinen die Qualitäten eines anderen Menschen nur sehr schwer einschätzen. Oft sind uns Dinge so verborgen wie die Glut, die unsichtbar unter der Asche liegt. Der Mensch ist nun einmal nicht allwissend, und deshalb kann ihm etwas Wertvolles als fehlerhaft erscheinen.

Gerade in der Religion gibt es oft unvorstellbare Phänomene, z.B. im Zusammenhang mit den Heiligen oder den Religionsgründern. Bevor man nicht nach eingehender Beschäftigung anderes herausgefunden hat, sollte man davon ausgehen, dass ein Phänomen durchaus Tugendhaftes enthalten kann. Ich bin persönlich davon überzeugt, dass alle Weltreligionen in der Vergangenheit Millionen von Menschen sehr geholfen haben. Bedauerlich ist es, wenn sich zwischen den religiösen Traditionen, die eigentlich ähnliche Ziele verfolgen, Streit und Missgunst entfachen. Diese Probleme ergeben sich nicht aus den religiösen Lehren selbst, sondern aus den Fehlern ihrer Anhänger, die sie nicht korrekt ausüben. Daher ist es wichtig, dass die wahrhaft religiösen Menschen aus allen Traditionen zusammenkommen und ihre gemeinsamen Werte diskutieren, um so der Menschheit ein gutes Beispiel zu geben und ihr mit vereinten Kräften zu Diensten zu sein.

Die Haltung des Respekts gegenüber allen Religionen ist ein Charakteristikum der buddhistischen Lehre. Der Buddha hatte stets eine unparteiische Einstellung und große Wertschätzung gegenüber allen Religionen. Ich hoffe, dass der Buddhismus in diesem so wichtigen Prozess der Annäherung der Religionen und Kulturen in einer immer enger zusammenwachsenden Welt eine konstruktive Rolle spielen kann.

## **7. Geduld: Schaden ertragen lernen**

Die Geduld ist zentral in der buddhistischen Schulung; sie könnte auch für die moderne Gesellschaft von großem Nutzen sein. Wenn man die Vorteile der Geduld erfahren möchte, spielt es keine Rolle, ob man sich zu einer Religion bekennt oder nicht. Alle Systeme des Buddhismus lehren die Geduld, das Ertragen als eine der Grundsäulen ihrer Spiritualität. Sie ist zwar schwer zu praktizieren, aber von immenser Effektivität.

Die Geduld besteht darin, nicht die geistige Kontrolle zu verlieren, auch wenn man Schaden erleiden muss. Wenn ein Lebewesen geschädigt wird, erfährt es Leiden, weil es nun einmal nicht aus Stein ist. Der Geschädigte ist meistens sofort bereit, den Schaden heimzuzahlen. So kann es geschehen, dass sich Rachegefühle über Generationen fortpflanzen und viel Leiden durch Gewalt entsteht.

Viel besser wäre es, wenn sich die Menschen mit den Qualitäten der Geduld beschäftigen würden. Wer Geduld übt, kann z.B. erleben, dass angesichts von schädigenden Einflüssen seine Kraft noch zunimmt. Man sollte sich bewusst sein, dass es gerade die Schwierigkeiten und Krisen sind, die dazu führen, dass man entscheidende Erfahrungen machen kann. Wenn alle immer nett wären und alles sich sehr angenehm verhielte, könnte man keine echten Fortschritte machen. Das ist wie beim Body Building: Nur durch schweißtreibende Anstrengung kann man die Muskeln entwickeln und dann große Lasten tragen. In Analogie zum Geist ist es ebenso: Wenn man die Buddhaschaft anstrebt, muss man die Tugend der Geduld zur Vollendung bringen; ob man sie entwickeln kann, hängt von Schädigern ab. Darüber hinaus gibt es noch die Geduld des willentlichen Annehmens von Leiden und die Geduld, Anstrengungen in Verbindung mit der Religionspraxis auf sich zu nehmen. Mit Hilfe dieser Praktiken kann man den Geist reinigen und viel Kraft aufbauen. Wenn in der Gesellschaft mehr Geduld praktiziert würde, könnten viele Tragödien vermieden werden.

### **Religiöse Anweisungen in die Tat umsetzen**

Die religiösen Lehren allgemein und speziell die buddhistischen Lehren haben gerade für die moderne Gesellschaft mit ihren vielfältigen Problemen einen großen Nutzen. Dieser ergibt sich in erster Linie durch die Schulung des Geistes. Tugenden wie Mitgefühl, Liebe, Genügsamkeit und Geduld werden vor allem in den Schriften des Mahāyāna-Buddhismus, die für die Bodhisattvaschüler gedacht sind, genau erklärt. Wenn man diese Lehren allerdings nicht anwendet, können sie ihr Potenzial auch nicht entfalten, und die menschliche Gesellschaft wird sich nicht wirklich fortentwickeln. Die Menschen sind die einzigen Wesen auf dieser Erde, die Religion verstehen können. Die religiösen Lehren sind fundiert, und die Anweisungen entsprechen der Realität; sie können große Veränderungen bewirken.

Wir sollten langfristig denken und nicht alles von heute auf morgen erwarten und dann enttäuscht sein, wenn Hindernisse auftreten. Entscheidend ist, dass wir Vertrauen fassen und uns daran machen, die religiösen Anweisungen zu verstehen und zu praktizieren. Dieser Schritt hängt von jedem einzelnen selbst ab.

Nach einer mündlichen Übersetzung von Oliver Petersen, überarbeitet von Birgit Stratmann.