

Hachi Dai Nin Gaku

- Acht Elemente des Erwachens edler Menschen -

Alle Buddhas sind edle Menschen. Was edle Menschen üben, wird die acht wegweisenden Elemente des Erwachens genannt. Diese Erwachensweisen zu üben stellt die Grundlage für das Nirvana dar. Dies ist die letzte Lehre unseres ursprünglichen Lehrers Shakyamuni Buddha, welche er in der Nacht hielt, in der er ins Pari-Nirvana eintrat.

[In Buddhas *Pari-Nirvana Ermahnungs-Sutra* heisst es:]

Das erste Erwachen ist, wenig zu begehren. „Wenig zu begehren“ bedeutet, es weithin zu unterlassen, die Objekte der fünf Sinne zu begehren.

Der Buddha sprach: „Mönche, wisst, dass Menschen, welche vieles begehren, zutiefst nach Ruhm und Ehre trachten; daher leiden sie sehr viel. Diejenigen, welche wenig begehren, trachten nicht nach Ruhm und Ehre und sind frei davon, daher haben sie keine derartigen Schwierigkeiten. Wenig zu begehren, ist an sich schon lohnenswert. Umso mehr, als dies verschiedene Verdienste hervorbringt: diejenigen, die wenig begehren, brauchen nicht zu schmeicheln, um anderer Gunst zu erheischen. Diejenigen, die wenig begehren, werden durch ihre Sinnesorgane nicht genötigt; sie haben ein gelassenes Gemüt und sorgen sich nicht, denn sie sind mit dem zufrieden, was sie haben und empfinden keinen Mangel. Diejenigen, die wenig begehren, erfahren Nirvana. Dies nennt man „wenig zu begehren“.

Das zweite Erwachen ist zu wissen, wie viel genug ist. Auch wenn Du bereits etwas besitzt, beschränkst Du Dich. Wisse, wie viel genug ist.

Der Buddha sprach: „Mönche, wenn ihr frei sein wollt von Leiden, solltet ihr darüber nachdenken, zu wissen, wie viel genug ist. Indem ihr dies wisst, befindetet ihr Euch an einem Ort des Friedens und der Freude.“

Wenn Du weißt, wie viel genug ist, bist zu zufrieden, selbst wenn Du auf dem Boden schläfst. Wenn Du es nicht weißt, bist Du unzufrieden, selbst wenn Du im Himmel bist. Du kannst Dich reich fühlen, selbst wenn Du arm bist. Du kannst Dich arm fühlen, selbst wenn Du Reichtümer besitzt. Du magst andauernd durch Deine fünf Sinne genötigt werden und bedauert werden von jenen, die darum wissen, wie viel genug ist. Dies nennt man „zu wissen, wie viel genug ist“.

Das dritte Erwachen ist, Gelassenheit zu genießen. Dies bedeutet, sich von Lärm und Aufruhr fernzuhalten und alleine an einem ruhigen Ort zu bleiben. Daher wird es „Gelassenheit in Abgeschiedenheit genießen“ genannt.

Der Buddha sprach: „Mönche, wenn ihr die Freude des gelassenen Nichtstuns erfahren möchtet, solltet ihr Euch von Menschenmengen fernhalten und alleine

an einem ruhigen Ort verweilen. Ein stiller Ort ist das, was Indra und andere Gottheiten verehren. Indem Du Deine eigenen Beziehungen und auch die der anderen zurücklässt und indem Du an einem ruhigen Ort lebst, magst Du über die Bedingungen des Leidens nachdenken. Wenn Du an Menschenmengen hängst, so wirst Du Leiden empfangen, so wie ein Baum, der eine Vielzahl von Vögeln anzieht und von ihnen umgebracht wird. Wenn Du an weltliche Dinge gebunden bist, so wirst Du in Sorgen versinken, so wie ein alter Elefant im Sumpfe stecken bleibt und nicht mehr herauskommen kann. Dies nennt man „Gelassenheit in Einsamkeit genießen“.

Das vierte Erwachen ist stetes Bemühen. Es ist, unaufhörlich an heilsamen Handlungsweisen teilzunehmen.

Daher wird es „stetes Bemühen“ genannt. Es ist Verfeinerung, ohne andere Aktivitäten hineinzustreuen. Du gehst stets voran ohne zurückzublicken.

Der Buddha sprach: „Mönche, wenn ihr Euch stets bemüht, dann ist nichts zu schwierig. Daher solltet ihr dies tun. Es ist wie der stete Tropfen, der den Stein höhlt. Wenn Dein Geist anhaltend nachlässt, so ist dies, wie wenn man Pause beim Steine klopfen macht, bevor sie Funken sprühen; Du kannst so kein Feuer bekommen. Wovon ich spreche ist „stetes Bemühen“.

Das fünfte Erwachen ist, Achtsamkeit nicht zu vernachlässigen. Es wird auch die Aufrechterhaltung rechter Achtsamkeit genannt. Das hilft Dir, das Dharma zu bewahren, so dass Du es nicht verlierst. Es wird „rechte Achtsamkeit aufrechterhalten“ oder „Achtsamkeit nicht vernachlässigen“ genannt.

Der Buddha sprach: „Mönche, um einen guten Lehrer und gute Obhut zu suchen, ist nichts wichtiger, als Achtsamkeit nicht zu vernachlässigen. Wenn Du dies übst, so können Dich die Räuber des Begehrens nicht überfallen. Daher solltest Du in Dir selbst stets Achtsamkeit aufrechterhalten. Wenn Du sie verlierst, so wirst Du alle Verdienste verlieren. Wenn Deine Achtsamkeit solide ist, dann wird Dir nichts geschehen, wenn Du Dich mitten auf die Räuber des Begehrens der fünf Sinne¹ hinbewegst. Es ist, wie eine Rüstung zu tragen und in den Kampf zu ziehen, es gibt nichts, wovor man Angst haben müsste.

Dies wird „Achtsamkeit nicht vernachlässigen“ genannt.

Das sechste Erwachen ist, Meditation zu üben. Im Dharma zu verweilen ohne in die Irre geleitet zu werden, wird „Festigkeit in Meditation“ genannt.

Der Buddha sprach: „Mönche, wenn ihr Euren Geist zusammenhaltet, so werdet ihr in Festigkeit verweilen. Dann werdet ihr das Leben und Sterben aller Dinge auf der Welt verstehen.

Ihr werdet Euch fortwährend um die Übung verschiedener Aspekte der Meditation bemühen. Wenn ihr Festigkeit habt, so wird Euer Geist nicht zerstreut sein. Es ist wie ein Haus, in dem mit Wasser sorgsam umgegangen wird oder wie mit einer Uferbefestigung, welche Wasser zurückhält. Ihr Übende seid so.

Da Ihr das Wasser der Weisheit habt, übt Ihr Euch in Festigkeit und das Wasser der Weisheit wird nicht vergeudet. Dies wird „Festigkeit in Meditation“ genannt.

Das siebte Erwachen ist „Weisheit lebendig erhalten“. Es ist zuzuhören, zu bedenken, zu üben und zu erkennen.

Der Buddha sprach: „Ihr Mönche, wenn Ihr Weisheit habt, so seid Ihr frei von Habgier. Ihr werdet immer über euch selbst nachdenken und Fehler vermeiden. So werdet Ihr Befreiung erlangen in dem Dharma, über das ich spreche. Wenn Ihr keine Weisheit habt, so werdet Ihr weder ein Übender des Weges noch ein unterstützender Laie sein und es wird keinen Namen geben, um Euch zu beschreiben. Fürwahr, Weisheit ist ein verlässliches Gefährt, um Dich über den Ozean des hohen Alters, der Krankheit und des Todes zu bringen. Sie ist eine strahlende Lampe, welche die Dunkelheit der Unwissenheit erleuchtet. Sie ist eine hervorragende Arznei für alle, die krank sind. Sie ist eine scharfe Axt, um den Baum der Verblendungen zu fällen.

Daher, Ihr Mönche, könnt Ihr Euer Erwachen durch die Weisheit des Zuhörens, Bedenkens und Übens vertiefen. Wenn Du von Weisheit erleuchtet bist, so wirst Du klares Einsehen haben, selbst wenn Du Deine eigenen Augen benutzt.

Dies wird „Weisheit lebendig erhalten“ genannt.

Das achte Erwachen ist, sich nicht in leere Unterredungen zu verwickeln. Es ist, Erkenntnis zu erfahren und frei von unterscheidendem Denken zu sein, mit dem gründlichen Verstehen der Wirklichkeit aller Dinge. Es wird „sich nicht in leere Unterhaltungen verwickeln“ genannt.

Der Buddha sprach: „Ihr Mönche, wenn ihr Euch auf leere Unterredungen einlasst, wird sich Euer Geist zerstreuen. Dann wird es Euch nicht möglich sein, Befreiung zu erlangen, selbst wenn Ihr Euer Zuhause zurückgelassen habt. Daher solltet Ihr unverzüglich einen zerstreuten Geist und leere Unterredungen hinter Euch lassen. Wenn Ihr die Freude der Gelassenheit erlangen möchtet, so müsst Ihr die Krankheit der leeren Unterredungen ausmerzen. Dies wird „sich nicht in leere Unterredungen verwickeln“ genannt.

Dies sind die acht Erwachungsweisen. Jedes Erwachen enthält alle acht, daher gibt es vierundsechzig Erwachungsweisen. Wenn die Erwachungsweisen grundlegend geübt werden, so ist ihre Zahl unendlich. Wenn sie alle gemeinsam geübt werden, dann gibt es ihrer vierundsechzig.

Dies sind die letzten Worte des Großen Lehrers Shakyamuni Buddha, die letztendliche Ermahnung der Mahayana-Lehre. Er verkündete sie in der Nacht zum fünfzehnten des zweiten Monats im Mondkalenders²: „Ihr Mönche, strebt immer von ganzem Herzen danach, den Weg der Befreiung zu suchen. Der Welten Dinge sind alle, bewegt oder unbewegt, unsicher und dem Verfall bestimmt. Nun, seid alle still, sagt nichts. Die Zeit schwindet und ich werde hinübergehen. Dies

ist meine letzte Ermahnung an Euch.“ Ohne das Dharma weiter auszuführen, ging der Buddha ins Pari-Nirvana ein.

Alle Schüler Buddhas sollten diese Lehrrede studieren. Diejenigen, die dies nicht lernen oder davon nichts wissen, sind nicht seine Schüler. Fürwahr, dies ist des Tathagata Schatz des wahren Dharma-Auges, das wundersame Herz Nirvanas. Jedoch, es gibt derer viele, die diese Lehrrede nicht kennen, genauso wie es derer wenige gibt, die sie studiert haben. Viele mögen durch Dämonen in die Irre geleitet worden sein. Jenen, die wenig förderliche Grundlagen in der Vergangenheit angelegt haben, bleibt die Gelegenheit versagt, diese Lehrrede zu sehen oder ihr zuzuhören.

Zu Zeiten des Wahren Dharmas und des Götzen-Dharmas wussten alle Schüler Buddhas ob dieser Lehrrede und praktizierten sie auch.

Heutzutage hingegen scheinen weniger als ein oder zwei von tausend Mönchen über „die acht Weisen des Erwachens großer Wesen“ Bescheid zu wissen.

Wie bedauerlich! Die Welt ist seither dem Niedergang anheim gefallen. Derweil obsiegt das wahre Dharma in den Billionen an Welten und des Buddhas reine Lehre ist immer noch unversehrt. Du solltest sie unverzüglich üben ohne nachlässig zu werden.

Selbst in der Zweitspanne zahlloser Äonen ist es selten³, dem BuddhaDharma zu begegnen. Schwer ist es, einen menschlichen Körper zu erlangen. Ein menschlicher Körper in den Drei Kontinenten der Welt⁴ ist vorzuziehen. Insbesondere ein menschlicher Körper im Südlichen Kontinent, Jambudvīpa, da er die Gelegenheit hat, den Buddha zu sehen, den Dharma zu hören, sein Zuhause zu verlassen und den Weg zu erlangen. Aber jene, die ins Nirvana eingegangen sind und vor dem Pari-Nirvana des Tathagata starben, konnten diese acht Weisen des Erwachens großer Wesen weder lernen noch üben.

Auf Grund Deiner Verdienstes, die Du Dir durch Deine förderlichen Voraussetzungen in der Vergangenheit erworben hast, kannst Du nun diese Erwachensweisen sehen, hören und üben. Dass Du ihnen nun begegnet bist, von ihnen gehört hast und sie übst, liegt an der Stärke der guten Wurzel, die Du in der Vergangenheit gepflanzt hast.

Indem Du diese Erwachensweisen Geburt für Geburt übst und hegst, kannst Du ganz gewiss unübertroffene Erleuchtung erlangen und diese acht Weisen des Erwachens allen Lebewesen ausführlich darlegen, ganz so wie es Shakyamuni Buddha tat.

Geschrieben im Eihei Kloster, am sechsten Tage des ersten Monats, im fünften Jahre der Kencho Ära [1253].

¹ Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Berühren.

² 15. Februar

³ selten und kostbar ist es bereits, als Mensch geboren zu werden - noch viel mehr, als Mensch dem Dharma zu begegnen.

⁴ vier Kontinente in der Umgebung des Berges Sumeru. Im Nördlichen Kontinent, Uttarakuru, leben die Einwohner tausend Jahre und kennen kein Leiden. Daher geben sie sich den Freuden des Momentes hin. Im Südlichen Kontinent, Jambudvīpa, leben wir Menschen, welche zwar Leiden kennen, aber wo wir auch die Möglichkeit des Erwachens besitzen.

Übersetzung aus dem Originaltext: Kazuaki Tanahashi und Friederike Boissevain, © 2008