

Ajahn Buddhadasa:

## NIBBANA FÜR JEDERMANN

Wenn Ihr einen Satz hört wie, "Nibbāna" für jedermann", werden manche von Euch ungläubig den Kopf schütteln und annehmen, daß Euch jemand einen Bären aufbinden will. Deshalb könnte es sein, daß Ihr überhaupt kein Interesse an diesem Thema habt. Das kommt daher, weil wir so wenig über die Bedeutung des Begriffs "Nibbāna" wissen und nicht verstehen, was das eigentlich ist.

Kleinen Kindern wird in der Schule beigebracht, daß Nibbāna der Tod der Arahants (die erwachten Nachfolger des Buddha) ist. Laien wurden in Thailand gewöhnlich dahingehend informiert, daß Nibbāna eine besondere Stadt oder ein Land ohne Leiden, aber dafür mit soviel Glück, wie man sich nur wünschen kann, ist. Dieser Platz wird gewöhnlich von jenen erreicht, die bereits in mehreren tausend Wiedergeburten Vervollkommnung<sup>i</sup> erlangt haben. Die Fortschrittler der gegenwärtigen Generation sehen in Nibbāna ein Hindernis für den ökonomischen und sozialen Fortschritt, etwas, das nicht untersucht oder auch nur erwähnt werden sollte. Studenten legen Nibbāna gewöhnlich in die Schublade für alte und fromme Buddhisten, weshalb sie diesem Begriff keine Beachtung zu schenken brauchen. Junge Leute halten Nibbāna für etwas Schales ohne Geschmack, etwas wirklich Schreckliches. Wenn die Ordinationsanwärter sagen, daß sie ordiniert werden wollen, um Nibbāna klar zu erkennen, so ist das meistens ein reines Lippenbekenntnis. Alte Mönche sagen, daß es heutzutage weder Nibbāna noch einen Arahant, einen, der Nibbāna erlangt hat, geben kann. Schließlich wurde Nibbāna zu einem Mysterium, dem niemand Beachtung schenkt, und das Thema wird in den buddhistischen Schriften steril gehalten, um gelegentlich erwähnt zu werden, ohne zu wissen, um was es wirklich geht.

Tatsache ist: ohne Nibbāna kann der Buddhismus an sich nicht bestehen. Wenn wir uns nicht für Nibbāna interessieren, dann interessieren wir uns auch nicht für Buddhismus. Das wiederum heißt, wenn uns im Buddhismus nichts interessiert, dann erhalten wir auch keine wohltuenden Resultate vom Buddhismus. Ich glaube, daß die Zeit für uns gekommen ist, Nibbāna Beachtung zu schenken, und das Beste daraus zu machen. Dann könnt Ihr die Übung an die Bedeutung von Nibbāna als der höchsten, veredelndsten Tugend oder als das höchste Ziel lebender Wesen anpassen und wir können uns in unserem täglichen Leben die ganze Zeit mit Nibbāna befassen.

---

<sup>i</sup> Vervollkommnung in den zu Buddhaschaft führenden Qualitäten (*pāramitā*): Großzügigkeit, taugliche Verhaltensweise, Entsagung, Weisheit, Anstrengung, Geduld, Wahrhaftigkeit, Entschlossenheit, liebevolle Güte und Gleichmut.

Nibbāna hat mit dem Tod überhaupt nichts zu tun. Das Wort Nibbāna heißt kühl. Auch wenn es von den Laien zu Hause benutzt wird, bedeutete es kühl. Nachdem es ein Ausdruck in der Dhamma-Sprache der buddhistischen Religion wurde, blieb die Bedeutung gleich, bezog sich jetzt aber auf die Kühle, die man durch das Erlöschen der Geistesstrübungen erfährt. In der Sprache der Laien jedoch behält es die Bedeutung der Kühle als Resultat des Erlöschens eines gewöhnlichen Feuers bei.

Im Palikanon wurde Nibbāna niemals mit der Bedeutung von Tod angewandt. Wenn über Tod gesprochen wird, findet man entweder das Wort "Marana" oder "Parinibbāna" wie im folgenden Satz: "Das Parinibbāna wird in drei Monaten eintreten."

Nibbāna ist ein natürlicher Zustand. Es ist der kühle Geisteszustand ohne jegliche Herzenstrübungen (Kilesa). Dieser Zustand wird zweifach unterteilt: in den ersten Geisteszustand, der frei von Herzenstrübungen ist und deshalb kühl; bei dem jedoch das System der Körpersinne, das die Sinneseindrücke empfängt, noch nicht kühl ist; und in den zweiten Geisteszustand, dessen Körpersinne bereits ebenfalls kühl sind. Die erste Art eines kühlen Geistes kann mit einem hellbrennenden Kohlestück verglichen werden, welches, wenn es gelöscht wird, immer noch zu heiß zum Anfassen ist. Wir müssen eine Weile warten, bis es völlig kühl ist, damit wir es anfassen können.

Die Bedeutung von Nibbāna hat sich erst durch die Erklärungen der Menschen späterer Generationen in "Tod" gewandelt. Das ist ein weit verbreitetes Phänomen in dieser Welt. Sogar die Thais verwenden das Wort heute in diesem Sinne. Als Schuljunge wurde mir das so beigebracht, und als frisch ordinierter Mönch habe ich das Wort immer noch so verstanden. Ich habe diese falsche Bedeutung sogar an meine Freunde oder Schüler weitergegeben. Erst nachdem ich den ursprünglichen Palikanon studiert hatte, fand ich heraus, daß Nibbāna etwas anderes als Tod ist. Es ist Leben ohne Tod und es ist die Essenz, die alle Lebewesen erhält. Obwohl der Körper dem Tod überlassen bleiben mag, wird der Geist im Zustand von Nibbāna nicht sterben.

Auch andere Religionen in Indien, die gleichzeitig mit dem Buddhismus auftraten, haben dieses Wort Nibbāna benutzt. Wie aus dem Palikanon hervorgeht, schickten die Anführer der anderen religiösen Glaubensvorstellungen, die sich in der Gegend des Gotāvāriflusses in Südindien aufhielten, ihre Leute zum Buddha, um ihn über seine Version des Nibbāna zu befragen. Diese Fragen sind bekannt als Solasapañhā (16 Fragen) des Pārāyanavagga im Khuddakanikāya des Palikanons. Wir können schließen, daß Nibbāna das höchste Thema der mit dem Buddhismus zeitgenössischen Religionen war. Unter ihnen mag eine Gruppierung Nibbana als Tod interpretiert haben und mag seine Lehre in Suvannabhumi (Südostasien) verbreitet haben, bevor der Buddhismus in diese Gegend gelangte. Die Bedeutung von Nibbā

na als Tod war so wahrscheinlich bereits örtlich verankert. Etwas ähnliches ist auch mit dem Begriff "attā" oder "atman" (Selbst) geschehen.

Jetzt wollen wir fortfahren, Nibbāna, so wie es im Buddhismus gelehrt wird, zu betrachten. Als er den Mönchsstatus annahm, zog der Buddha auf der Suche nach Nibbāna - im Sinne des totalen Erlöschens von Leiden, und nicht im Sinne von Tod - von einem Lehrer der damals in Indien bestehenden Sekten zum anderen. Der höchste Bereich, den er fand, war "Nevasaññānāsaññāyatana" (den Bereich von weder Wahrnehmung noch Nicht-Wahrnehmung), d.h. die Ruhe des Geistes bis hin zum Ausmaß von weder Tod noch Nicht-Tod. Das konnte er nicht als ausreichend akzeptieren und setzte seine Suche auf eigene Faust fort. Schließlich erreichte er Nibbāna, den kühlen Zustand des Geistes, der aus dem Erlöschen der Herzenstrübungen resultiert. Er nannte es "das Ende des Leidens", was das Erlöschen der von den Herzenstrübungen erzeugten Hitze bedeutet. Je weiter unsere Herzenstrübungen schwinden, desto höher ist der Grad der Kühle, den wir erlangen. Das wird so weitergehen, bis der höchste Grad der Kühle erreicht wird, weil alle unsere Unreinheiten vollständig verschwunden sind. Also, je weniger geistige Beeinträchtigungen, desto mehr Kühle oder Nibbāna existiert auf einer bestimmten geistigen Ebene. Zusammenfassend kann man sagen, Nibbāna ist die Geisteskühle, die aus dem Erlöschen von Herzenstrübungen entsteht, egal ob sie nun durch eigene Anstrengung oder von alleine erlöschen.

Nun wollen wir uns der Tatsache zuwenden, daß Herzenstrübungen auch "Sankhāradhamma" (zusammengebraute Dinge), oder Geburt und Tod unterworfenen Dinge sind. Daraus folgt, daß Herzenstrübungen auftreten, und daß sie, wenn die damit ursächlich verbundenen Bedingungen nicht länger vorhanden sind, einfach erlöschen. Obwohl dieses Erlöschen zeitlich begrenzt ist, oder, mit anderen Worten, die Kühle nur zeitweilig auftritt, entspricht dieses Phänomen doch der wahren Bedeutung von Nibbāna, wenn auch nicht der des Dauerhaften. So existiert also ein temporäres Nibbāna für jene, die unvermeidlicherweise noch einige Verunreinigungen übrig haben. Tatsächlich ist es dieses temporäre Nibbāna, das alle Wesen erhält, trotzdem sie noch bestimmte geistige Blockaden besitzen. Jeder kann verstehen, daß es niemand aushalten würde, falls die Herzenstrübungen Tag und Nacht, jede Sekunde, ohne Unterlaß in uns aktiv wären. Unter solchen Bedingungen müßten Lebewesen entweder sterben oder wahnsinnig werden und dann schließlich dennoch sterben. Laßt uns der Tatsache, daß wir überleben, weil es Zeiten gibt, in denen die Feuer der Herzenstrübungen nicht brennen, große Beachtung schenken. Tatsächlich können wir sagen, daß diese Zeiträume länger anhalten als jene, in denen die Feuer brennen. Das periodische Auftreten von Nibbāna erhält uns alle ohne Ausnahme und bis zu einem gewissen Grad

sogar Tiere gesund und am Leben. Dank dieser Art von Nibbāna überleben wir. Dieser uns erhaltende Zustand ist also normal für das, was wir Leben oder Geist nennen. Wenn die Herzenstrübungen abwesend sind, ist der Wert oder die Bedeutung von Nibbāna anwesend. Wir haben Zeiträume der körperlichen und geistigen Ruhe (oder Entspannung), die uns erfrischen und uns lebendig und gesund erhalten. Warum wissen wir nichts darüber oder fühlen Dankbarkeit für diese Art von Nibbāna? Es ist ein Glücksfall, daß es unser Instinkt schafft, dieses Nibbāna für uns zu bekommen. Das heißt, jedes Wesen, das ein Herz und einen Geist besitzt, wird nach Zeiten Ausschau halten, in denen Herzenstrübungen oder starkes Verlangen abwesend ist. Wenn ein Lebewesen nicht endendes Verlangen aufrechterhält, wird es sterben müssen. Deshalb weiß ein Kleinkind, wie man Milch saugt und ein Moskito weiß, wie man Blut saugt, um sich am Leben zu erhalten, bis er erschlagen wird. Unser Instinkt hat die Eigenschaft, daß er in einem für die Lebenserhaltung genügendem Ausmaß nach Zeiten sucht, in denen der Geist frei von Herzenstrübungen, oder Verlangen ist. Wann immer das auch geschieht, tritt ein kleines Nibbāna ein. Dieses Phänomen der kleinen Nibbāna wird anhalten, bis man lernt, wie man sie in beständiges oder vollständiges Nibbāna umwandeln und so zu einem Arahant werden kann. Und das ist dann nicht Tod, sondern Nicht-Tod, besonders der des eigenen Geistes. Wer immer diese Wahrheit sieht, wird selbst erkennen, daß wir alle durch diese Art von Nibbāna überleben und nicht nur durch das Essen, in das wir so vernarrt sind. Wieso können wir also nicht behaupten, "Nibbāna ist für jedermann"?

Um die Bedeutung des Wortes "Nibbāna" noch besser verstehen zu können, müssen wir es sprachwissenschaftlich oder lexikographisch untersuchen. Bezogen auf die materielle Welt gibt es den Ausdruck "Pajjotasseva nibbānam" und hier steht das Wort im Zusammenhang mit dem gewöhnlichen Erlöschen von Feuer. Zum Beispiel, der gekochte Reis ist noch heiß, und ein Kind ruft aus der Küche heraus: "Warte noch ein Weilchen, bis er Nibbāna wird!" Ein anderes Beispiel ist es, wenn ein Goldschmied etwas Gold eingeschmolzen hat und dann Wasser darüber schüttet, um es abzukühlen. Der Pali Ausdruck, der in diesem Fall verwendet wird, ist "Nibbāpeyya", was bedeutet, "etwas Nibbāna zu machen oder es abzukühlen". Ausgekühlt, wird das Gold zu Goldschmuck verarbeitet. Sogar für den Zustand wilder Tiere, die im Dschungel gefangen und abgerichtet wurden, sich zahm wie Hauskatzen zu benehmen, wird das Wort Nibbāna benutzt. Auch sinnliche Freuden kühlen nicht-wissende Menschen auf ihre eigene Weise ab.

"Rūpajhāna oder Jhāna" (Vertiefung der feinmateriellen Sphäre) bringt zeitweise Kühle jenseits des Feuers der Sinnlichkeit. Auch das kann Nibbāna auf einer bestimmten Ebene genannt werden. "Akiñcaññāyatana", der formlose Bereich (Arūpajhāna), ergibt Kühle

jenseits des von der betörenden Körperlichkeit erzeugten Feuers. Nibbāna als Ergebnis des Erlöschens aller Herzenstrübungen liefert die höchste Kühle in allen Bereichen.

Manche religiösen Lehrer bestimmter Gruppen haben das Wort "Sivamokkhamahānibbāna" aufgebracht und haben seine Bedeutung sogar als ein Zuhause oder eine Stadt erklärt. Das ist unverständlich. Es ist besser für uns, das Wort als etwas zu behalten, dem man mit aneinandergelegten Händen Ehre erweist, wenn man es vom Dhamma-Sitz aus gesprochen hört.

Es gibt noch einen anderen Ausdruck, "Nibbuti", welcher die Bedeutung von Nibbāna auf der Ebene von Moral beinhaltet. Es bezeichnet Ruhe und Zufriedenheit in einer entspannten Weise oder mit anderen Worten - ein kühles Leben - wie in den folgenden Fällen demonstriert wird. Ein junges Mädchen rühmte Prinz Siddhattha: "Welchen Eltern dieser Mann auch geboren wurde, sie müssen glücklich "nibbutā" (kühl) sein, welches Mädchen er auch geheiratet hat, sie muß "nibbutā" sein." All das hat die Bedeutung von Nibbāna. In der heutigen Zeit lehren die Mönche in Thailand den Verdienst der aus Sila erwächst: "Silena nibbutim yanti - diejenigen, die Sila praktizieren, erlangen "Nibbuti" durch Sila." Dieses entsteht, nachdem sie all ihre weltlichen Besitztümer genossen haben und in die "Sugati" (die glücklichen Zustände) eingetreten sind. Diese Lehre zielt darauf ab, das Konzept von Nibbāna in unser tägliches Leben mit einzubeziehen.

Die geistige Kühle und Ruhe, die jedermann will, birgt die Bedeutung von Nibbāna in sich. Aber sie wird mißverstanden und so laufen die Menschen dem Feuer der sinnlichen Freuden entgegen. Was sie jedoch erhalten, ist nur ein falsches Nibbāna. Solche Ansichten und Praktiken existieren seit der Zeit des Buddha oder sogar schon vorher, wie aus den 62 "Ditthis" (Ansichten) die in der Brahmajālasutta erläutert werden zu ersehen ist.

Wir haben also die historischen Spuren des Wortes Nibbāna gesehen und wie seine Bedeutung zusammengefasst werden kann, um jeden Aspekt von Kühle und Ruhe einzuschließen, entsprechend der hohen oder niedrigen Gefühle jedes einzelnen. Der entscheidende Punkt liegt in dieser Tatsache: "Nibbāna erhält und unterhält das Leben". Es löscht das geistige Feuer und verringert die Brennzeit genügend, so daß Lebewesen überleben können. Der höchste Zustand von Nibbāna kann erreicht werden, wenn alle Feuer der Herzenstrübungen ausgelöscht sind. Der höchstmögliche Grad von Errungenschaft im Buddhismus bezieht sich laut Buddha auf das Erlöschen von Lust, Ärger und Verblendung. Das ist das höchste Erlöschen aller Feuer, und die nachfolgende Kühle ist die höchste, die das Leben erlangen kann.

Nibbāna ist nicht der Geist selbst, sondern der Zustand, den der Geist erreichen kann. Der Buddha bezog sich darauf als einen "Ayatana" (Bereich), der durch Geistesgegenwart und Weisheit erreicht werden kann. Sehbares, Geräusche, Gerüche, Geschmäcker und Tastobjekte gehören dem stofflichen "Ayatana", dem materiellen oder körperhaften Bereich an. Unser Körper kann ihn erreichen. "Akāsānañcāyatana" (der Bereich des unbegrenzten Raumes) und andere Bereiche bis hinauf zu "Nevasaññānāsaññāyatana" (der Bereich von weder Wahrnehmung noch Nicht-Wahrnehmung) sind geistige Bereiche, die der Geist erreichen kann. Nibbāna jedoch ist ein Bereich der Weisheit, den geistesgegenwärtige, weise Menschen wahrnehmen oder erlangen können.

Nibbāna kann deshalb als etwas betrachtet werden, das die Natur für Menschen auf einer höheren spirituellen Ebene bereithält. Wir sollten dieser Tatsache Beachtung schenken, damit beide - Nibbana und auch wir alle - nicht umsonst existieren.

Jeder von uns hat Geistesgegenwart und Weisheit, um Nibbāna zu erspüren. Bitte verschwendet sie nicht.

Der Bereich von Nibbāna ist etwas, das von Natur aus existiert, damit Menschen es erlangen können. Es ist wie eine wertvolle Medizin, die alle Arten von Leiden heilen kann. Tatsächlich existiert ja ein Leiden oder eine Krankheit die von keiner gewöhnlichen Medizin jemals kuriert werden kann. Dies ist die Krankheit, die von den Herzenstrübungen verursacht wurde und welche mit der Erlöschung der Herzenstrübungen kuriert werden muß, was wiederum zum Zustand von Nibbāna führt. Diese Krankheit ist das Schlimmste Gebrechen der Psyche, sie ist insgeheim in uns verborgen und quält uns. Wer immer es zum Erlöschen bringt, wird eine Person sein, die den Gipfel ihres Menschseins erreicht hat.

Zu sagen, daß es in der heutigen Zeit kein Nibbāna gibt, ist vollkommen falsch, denn der Nibbāna-Zustand ist in der Natur stets gegenwärtig. Aber keiner ist an der Suche danach interessiert. Der Buddha hat ihn entdeckt und war so überaus freundlich, ihn aufzuzeigen. Aber wir beenden die Diskussion indem wir behaupten, daß Nibbāna nicht existiert, anstatt zu sagen, daß niemand etwas darüber weiß, noch daran interessiert ist. Wenn wir uns nur als wahrhaft rechtschaffene Nachfolger Buddhas benehmen, wird Nibbāna auftreten, weil es auf die Menschen, die auf der Suche danach sind, gewartet hat.

Wir können Nibbāna nicht erschaffen, weil es sich jenseits aller ursächlichen und unterstützenden Bedingtheiten befindet. Aber es ist uns möglich, förderliche Umstände für das Erreichen von Nibbāna zu erzeugen, indem wir alles, was wir können, tun, um uns von Herzenstrübungen fern zu halten. Wir werden nicht behaupten, was die Leute für gewöhnlich sagen, daß wir etwas Gutes tun, damit die gute Tat zu einer unterstützenden

Bedingung für Nibbāna wird. Die richtige Aussage lautet, daß eine solche Tat ein förderlicher Umstand zum Erreichen des Nibbāna ist, das in jedem Zeitalter verwirklicht werden kann. Ältere Menschen schätzen in diesem Zusammenhang den Ausdruck "eine Treppe zum Nibbāna", die sie dann in ein Gebäude oder eine Stadt (d.h. Nibbāna) führt. Man hat es ihnen so beigebracht. Man kann das mehr oder weniger so stehen lassen, da es sich wieder auf die förderlichen Umstände zum Erreichen von Nibbāna bezieht.

Synonyme oder andere Wörter, die für Nibbāna stehen, sind zahlreich, tatsächlich sind es Dutzende, wie z.B. Todlosigkeit, Beständigkeit, Frieden, der Zustand ohne Angst oder Gefahr, Gesundheit, der Zustand, frei von Krankheit zu sein, Freiheit, Befreiung, die Zuflucht, der Unterschlupf, die Festung, der rettende Balken für Menschen in Seenot, der höchste Gewinn, die höchste Glückseligkeit, das andere Ufer, und andere. Diese Ausdrücke bedeuten alle dasselbe wie "Kühle", denn es gibt kein brennendes Feuer mehr. Sie gehören einer so verfeinerten Ebene an, daß Menschen, die noch zu sehr in Herzenstrübungen verstrickt sind, nichts damit zu tun haben wollen. Wenn erst einmal einige ihrer Herzenstrübungen verschwunden sind, werden sie sicherlich mit Nibbāna mehr als mit allen anderen Dingen zufrieden sein. Dieser Vorgang kann in jedem Menschen geschehen. Laßt uns das Wort "Kühl" unter allen Bezeichnungen für Nibbāna als die wertvollste festhalten.

Der Ausdruck, der die Bedeutung von Nibbāna am Besten vermittelt, ist : "das Ende des Leidens". Er wurde von Buddha benutzt aber er ist immer noch nicht interessant genug für jene, die nicht spüren, daß sie leiden. Sie sehen das nicht so. Sie wollen, was sie wollen. Für sie gibt es kein Leiden zu beenden. Deshalb brauchen sie kein Erlöschen oder ein Ende des Leidens. Sogar eine Menge Westler hier in Suan Mokkh denkt so. Wenn ihnen jedoch erzählt wird, daß es ein neues Leben gibt, ein Leben, in dem der Durst gelöscht wird, oder daß ein Leben jenseits von positiv und negativ existiert, fangen sie an, sich ausgesprochen dafür zu interessieren. Es ist schwierig allein mit Hilfe der Sprache, die Menschen zu überzeugen, sich für Nibbāna zu interessieren. Für jedes Individuum brauchen wir eine besondere Übersetzung des Wortes Nibbāna. Das ist gar nicht so einfach.

Tief drinnen will jeder Nibbāna - ohne sich des Bedürfnisses bewußt zu sein, ohne jeglichen Vorsatz, sondern rein durch die Kraft des Instinkts.

Das Studium von Nibbāna in unserem täglichen Leben ist möglich. Wir erhalten dadurch ein größeres Verständnis für die Bedeutung von Nibbāna und wir werden in wachsendem Maße damit zufrieden sein. Wenn wir ein Feuer ausbrennen oder etwas Heißes abkühlen sehen, erkennen wir die Bedeutung von Nibbāna. Wenn wir ein Bad nehmen oder Eis essen oder ein Windstoß uns abkühlt oder wenn es regnet, können wir das zum Anlaß nehmen die

Bedeutung von Nibbāna zu erkennen. Wenn das Fieber sich legt oder die Schwellung zurückgeht und der Kopfschmerz verschwindet, werden wir durch diese Vorfälle wieder auf die Bedeutung von Nibbāna hingewiesen. Während wir schwitzen, schlafen oder gesättigt sind, erinnern wir uns an die Bedeutung von Nibbāna. Dann wieder sehen wir seine Bedeutung, wenn wir Zeuge werden, wie Tiere gezähmt werden und danach nicht mehr wild oder gefährlich sind. Diese Beispiele sind Lektionen die uns jedesmal helfen, die Natur von Nibbāna zu verstehen. Unser Geist wird regelmäßig dazu geneigt, mit Nibbāna zufrieden zu sein, und das hilft dem Geist, leichter den Weg zu Nibbāna entlangzufließen.

Wann immer Ihr etwas Kühle in eurem Geist erspüren könnt, bleibt Euch dieser Kühle bewußt und atmet aus und ein. Während des Einatmens ist es kühl und so ist es auch beim Ausatmen. Ein - kühl, aus kühl. Macht das ruhig eine Zeit lang, es ist eine gute Lektion für Euch, damit Ihr schneller ein "Nibbānakāmo" (jemand, der Nibbāna zu verwirklichen wünscht) werdet. Euer Instinkt wird sich mehr und öfter dem Erwachen zuwenden. Natürliches Nibbāna oder das Erlöschen der Herzenstrübungen, ohne bewußte Anstrengung, wird öfter und leichter eintreten. Das ist wirklich die beste Art der Natur unter die Arme zu greifen.

Zusammenfassend können wir sagen: Nibbāna ist nicht Tod, sondern Kühle oder Nicht-Tod, ein Zustand der Gesundheit und des Wohlbefindens. Im Palikanon wurde das Wort nie im Bezug auf Tod gebraucht. Nibbāna ist ein natürlicher Zustand, bereit, durch den Geist berührt zu werden, da es eine Art Sphäre oder Bereich ist. Wenn Nibbāna nicht existiert, hat der Buddhismus keine Bedeutung. Die echte Art des Nibbāna, die sich von den Nibbānas in anderen Lehren unterscheidet, wurde von Buddha entdeckt. Das natürliche Nibbāna ist möglich, denn Herzenstrübungen steigen auf und verschwinden, da sie eine Art der bedingt entstandenen Dinge sind. Dieser natürliche Prozeß löst das Auftreten von Nibbāna jedesmal aus, wenn die Herzenstrübungen abwesend sind. Diese Art Nibbāna erhält das Leben aller fühlenden Wesen und hilft ihnen zu überleben und nicht verrückt zu werden. Zumindest erlaubt es ihnen zu schlafen. Nibbāna ist keine besondere Stadt, sondern es ist in unserem Geist, solange die Herzenstrübungen nicht aktiv sind. Auf die moralische Übung der Laienanhänger bezogen, wird Nibbāna zu "Nibbuti". Nibbāna ist nicht der Geist, aber kann dem Geist als ein "Ayatana" erscheinen. Nibbāna kann hier und jetzt gegenwärtig sein, indem wir kühl einatmen und kühl ausatmen. Es ist der Bereich, der die Hitze abkühlt, den Durst löscht und die Leiden unseres täglichen Lebens beendet - automatisch, ohne daß wir uns dessen bewußt sind. Es ist wirklich ein Vorgang, der die ganze Zeit unser Leben erhält. Ich hoffe, daß Ihr alle nun anfangt zu begreifen, daß "Nibbāna für jedermann" keine Schönfärberei ist und auch kein Versuch, Euch "einen Bären aufzubinden", sondern daß es



sich um eine Tatsache handelt, die zum Ende des Leidens führt, in dem Ausmaß, der der Kraft von Geistesgegenwart und Weisheit eines jeden einzelnen entspricht.

Mokkhabalarama

3. April 1988

Übersetzung ins Deutsche durch Viriya (Manfred Wiesberger)