

Zu Streben ist Eure Verantwortung, die Tathagatas weisen nur den Weg.

Ich stelle diesen Punkt besonders heraus, weil viele Klöster strengen Gehorsam fordern. Während Gehorsam dabei hilft Selbstsucht und Stolz zu vermeiden und während Gehorsam es bei weltlichen Dingen ermöglicht sie effektiv und einfach abzuhandeln, gibt es in spirituellen Angelegenheiten keine andere Autorität als das Dhamma selbst. Man muß der Wahrheit selbst lauschen, ihr zuhören und ihr willig gehorchen.

In Suan Mokkh sind wir der Ansicht, daß man damit sofort beginnen sollte. Wenn man die Wahrheit heute noch von jemand anderem interpretiert haben muß, wann will man dann lernen direkt zu lauschen und zu leben?

Anstatt, daß eine Person versucht eine andere zu verwandeln, sollte man dem Dhamma-Natur-Gesetz die Arbeit des Umformens und Verwandeln überlassen. Hier lassen wir sogar den Selbststüchtigen und Unreifen den Raum um in die Nicht-Selbstsucht hineinzuwachsen. Diejenigen die mehr wissen und erfahrener sind, sollten im Stande sein die anderen mit Freundlichkeit, Mitgefühl und Gleichmut zu beobachten und zu ermutigen. Wird zu viel Wert auf die Konformität mit einer äußeren Form gelegt, wird das Herz niemals mit dem Dhamma übereinstimmen.

Auch stimmt das mit dem Beispiel das uns der Buddha gab überein. Statt sich Lehrer, Prophet oder Gott zu nennen, sprach er von sich einfach als Kalayana-mitta, ein guter, edler Freund.

Das soll nicht heißen, daß man nichts tun kann um anderen zu helfen. Der Mittlere Weg vermeidet die Extreme von Gleichgültigkeit, Kältherzigkeit und Mangel an Einfühlungsvermögen, genauso wie Herrschsucht und Dominanz. Beides sind Extremformen der Unverantwortlichkeit, beziehungsweise der vorrangigen Verantwortlichkeit den selbststüchtigen Impulsen gegenüber. Wahre Verantwortlichkeit liegt zwischen den Extremen in Dhamma begründet.

Der spirituelle Führer ist also zu allererst jemand der auf dem Weg des Dhamma weit genug vorangeschritten ist um anderen den Weg zu weisen. Das Wissen und die Erfahrung, die durch direktes spirituelles Leben erlangt wurde kann auf verschiedene Weise ausgedrückt und erklärt werden um anderen dabei zu helfen für sich zu entdecken wie auch sie dieses Leben leben können. Die Gegenwart eines wirklich nicht-selbststüchtigen, ja sogar selbstlosen Wesens zeigt den Anfängern, daß es machbar ist und stellt ein greifbares Beispiel der Lehre für jene dar, die sie noch nicht tief in sich selbst gefunden haben.

[Ajhan Budhadasa, " Suanmokkh", suanmokkh.org]

DER SUAN MOKKHABALARAMA NICHT-STIL von Ajahn BUDDHADASA

Suan

(Garten)

Enge Verbundenheit mit der Natur um die Natur direkt zu studieren, ihre Gesetze verstehen zu lernen, und ihren Geschmack (von Leerheit und Freiheit) wahrzunehmen, bis wir sie lieben, was uns helfen wird den Dhamma leicht zu verstehen.

Aramana

(Wohnstatt)

Ein Entwicklungsraum in dem man von einem Katzenteller ist, in einem Bach badet, in einem Unterstand auf einem hölzernen Kissen schläft und den Moskitos beim Singen zuhört. Dadurch werden die materiellen Probleme des Lebens minimiert und die Geistesentwicklung unterstützt, getreu dem Motto: Einfach leben und den Geist hoch fliegen lassen.

Bala

(Kraft)

Die fünf Kräfte (*bala*): Vertrauen, Tatkraft, Geistesgegenwart, Weisheit und Sammlung; für den Kampf gegen Zweifel, Trägheit, Vergesslichkeit, Unruhe und Dummheit.

Nicht-Stil

Unsere Zielsetzung war es seit jeher die Ausübung des Dhamma für jene wiederzuerwecken und zu unterstützen die bereits das *pariatti-dhamma* (das Dhamma das gelernt/studiert werden muss) in ausreichendem Maße erlernt haben (Dhamma und Palistudien) und nun zu praktizieren wünschen.

Folglich haben wir einen Ort geschaffen, der diesen Bemühungen weitestgehend zuträglich ist. Dieser Ort heißt **Suan Mokkhabalarama** (Der Garten mit der Kraft der Befreiung) und wird aktiv seit 1932 genutzt.

Unseren Prinzipien entsprechend müssen alle die in diesem "Garten" leben, ihr inneres und ihr aus den Studien erwachsenes Wissen als Standard für die Übung nutzen. Es gibt hier keine Person die als "Lehrer" oder "Führer" gelten würde. Jeder ist einfach nur ein guter Freund, ein *kalayanamitta*, stets bereit anderen zu helfen wenn Schwierigkeiten auftreten.

Es gibt drei Gründe warum wir an diesem Prinzip, dass kein Individuum "der Lehrer" ist festhalten:

Wir waren bis jetzt noch nicht in der Lage eine Person zu finde, die es verdient hätte in dieser Zeit des Verfalls und der Verwirrung in der Dhammapraxis, "Lehrer genannt zu werden.

Sogar, wenn wir so eine Person finden könnten, würden wir trotzdem noch die Gefahr des Festhaltens und Anhaftens an dieser Person von Seiten der Übenden, für zu groß erachten. Sie

würden so an "meinem Lehrer" haften, dass ihr Geist nicht mehr im Stande wäre *dukkha* auf der höchsten Ebene zum Erlöschen zu bringen.

Vor allem aber, halten wir an diesem Prinzip fest, weil der Buddha ganz klar sagte: "Der **Dhamma-Vinaya**, den der Tathagata aufgezeigt und dargelegt hat, wird für euch der Guru oder Lehrer sein, wenn der Tathagata dahingeshieden ist.

Wir leben in Zeiten, da in religiösen Kreisen Verwirrung herrscht, weil die Dhammapraxis so verfallen ist. Das geht schon lange so, dass es inzwischen soweit ist, dass die verschiedenen Zentren untereinander über die richtige Art der Übung streiten und miteinander wetteifern und daher gewöhnlich auf närrische Weise üben.

Wir haben uns deshalb dafür entschieden uns an den Dhamma-Vinaya zu halten wie er von Buddha vorgelebt und im Tipitika aufgezeichnet wurde. Dabei verwenden wir den **Mahapadesastandard** um die echte Lehre des **Suttanta** identifizieren zu können. Das erscheint uns in der heutigen Zeit sinnvoller, als uns an einen Lehrer oder eine Methode anzuhängen und diesen oder diese als Standard zu nutzen.

(**Mahapadesa** (große Autorität), sind die im Dighanikaya und Anguttaranikaya von Buddha festgelegten Vorgaben um bestimmen zu können, was seine Lehre ist und was nicht. Er sah voraus, dass Leute behaupten würden etwas sei oder entspreche seiner Lehre, weil sie es a) von Buddha selbst, b) von einer Mönchsgruppe deren ein älterer (erwachter) Mönch vorstand, c) von einem einzelnen oder einer Gruppe von im Dhamma-Vinaya gelehrten und erfahrenen Mönchen gehört hätten.

Ganz gleich auf welche Autorität sich der Mönch auch beziehen mag, es seien seine Worte weder abzulehnen noch anzunehmen, sondern sie seien sorgfältig in Wortlaut und Bedeutung aufzunehmen und dann mit den Suttas und dem Vinaya zu vergleichen.

"Wenn bei diesem Vergleich mit den Suttas und dem Vinaya keine Übereinstimmung in Wortlaut und Bedeutung zu finden ist mögt ihr folgerichtig zu dem Schluss kommen: Sicherlich ist das nicht das Wort des Erhabenen und wurde von diesem Mönch falsch aufgefasst. Dann mögt Ihr es ablehnen.

Sollte aber bei diesem Vergleich mit den Suttas und dem Vinaya Übereinstimmung in Wortlaut und Bedeutung zu finden sein, so mögt ihr folgerichtig zu dem Schluss kommen: Sicherlich ist das das Wort des Erhabenen und wurde von diesem Mönch richtig aufgefasst. Dann mögt Ihr es annehmen."

Zusätzlich zum Mahapadesa wandte Ajahn Buddhadasa auch immer noch das Prinzip:

"Heute, so wie damals, als auch in der Zukunft, lehre ich nur eine Sache: Dukkha und das Ende von Dukkha." an.

Die zehn Punkte der Kalama Sutta; in Verbindung mit den Prinzipien der Zeitlosigkeit (*akaliko*), der Erforschungswürdigkeit (*veditabbo*) und der sofortigen Erkennbarkeit (*sanditthiko*), dienen der weiteren, vorurteilsfreien Überprüfung.

Aus diesen Gründen haben wir die Grundlagen unserer Übung direkt aus den ursprünglichen Palitexten und ihren Kommentaren, soweit diese mit den Suttan übereinstimmen, übernommen. Deshalb kann man unsere Übungsweise weder als Burmesischen Stil, Singhalesischen Stil oder Thai Stil bezeichnen, noch als Stil dieses oder jenes Klosters oder Lehrers. Man kann nur sagen, dass wir entsprechend der Auswahl die jeder von uns persönlich aus den Originallehren des Buddha getroffen hat, üben.

Buddhadasa (Diener des Buddha)

Buddhadasas sind jene, die ihr Leben in den Dienst Buddhas stellen. Sie fühlen, dass sie in der Schuld der Gnade und der Güte Buddhas stehen. Deshalb widmen sie aufgrund eines Gefühls von Dankbarkeit, und auch, weil sie den Nutzen für ihre Mitmenschen erkennen, aus ganzem Herzen Körper und Geist dem Dienste Buddhas und versuchen, entsprechend seiner Wünsche zu handeln.

Sie dienen, indem sie auf eine fest verankerte Richtigkeit¹, sowohl im Studium (*pariatti*), als auch in der Ausübung (*patipatti*) des Dhamma hinarbeiten, welche dann zu Errungenschaften im Dhamma (*pativedha*) führt. Sie dienen indem sie ihren Mitmenschen helfen, das Dhamma kennenzulernen, das Dhamma anzuwenden, aus dem Dhamma Nutzen zu ziehen und ein friedvolles Leben zu führen.

Jeder kann ein Buddhadasa sein, wenn er mit einem reinen Herzen der Verbreitung des Dhamma dadurch dient, dass er beispielgebend praktiziert und glücklich lebt so dass es andere sehen und schließlich selbst der Lehre folgen.

Drei Vorsätze sind einem Buddhadasa angemessen, und können als Maßstab für die Ausübung unserer Pflicht zum Wohle der Welt beizutragen verwendet werden:

1. Danach zu streben, jedem zu helfen zum Kern seiner eigenen Religion vorzudringen.

Dieser erste Vorsatz soll dazu dienen eine Form der Übung hervorzubringen, die gut, direkt, gerecht und zur Befreiung tauglich ist, um die Aufgabe des Buddha auf geradlinige und aufrichtige Weise fortzuführen. (Für Ajahn Buddhadasa ist der eigentliche Kern aller Religionen die Leerheit von "Ich" und "Mein" oder Selbstlosigkeit.)

2. Danach zu streben einander zu helfen uns aus der Macht des Materialismus zu befreien.

Der zweite Vorsatz soll zu einer gemeinsamen Anstrengung aller Menschen und aller Religionen führen um die Welt zu einem Ort der Reinheit, Klarheit und Friedlichkeit zu machen, also zum Gegenteil ihres jetzigen Zustands.

3. Danach zu streben gegenseitiges Verständnis unter den Religionen hervorzubringen

Der dritte Vorsatz ist nötig, weil die Welt so viele Religionen wie Menschenarten haben muss, damit alle in Frieden zusammenleben können. Jede Religion lehrt Nicht-Selbstsüchtigkeit und die Unterschiede liegen nur in den Methoden. " (Alle Religionen sind gleich wichtig wie die Stufen einer Treppe. Alle Ismen

¹Auch "Rechtschaffenheit" "Rechtmäßigkeit", dem Dhamma (Gesetz der Natur) entsprechend.

stinken nach "Selbst". Das Konzept eines persönlichen Gottes führt zu Streit. Gott ist unpersönlich und entspricht *idappaccayata*. Als erstes sollten die Vertreter der Religionen lernen miteinander zu lächeln.)

Dhamma

(Die Pflicht glücklich zu sein)

Das Wort "Dhamma" hat viele Bedeutungen, sollten wir uns jedoch für eine entscheiden würden wir "Pflicht" wählen. Dies ist die Bedeutung, die am Ursprungsort dieses Wortes seit altersher benutzt wurde. Als die Menschen damals erkannten was die Pflicht des Menschen sei, benannten sie diese mit dem besonderen Wort "Dhamma". Es ist die Pflicht die zu jeder Zeit und an jedem Ort, wenn sie korrekt im Einklang mit der persönlichen Situation des Übenden und entsprechend der Gesetzmäßigkeiten der Natur erfüllt wird, zu Frieden für alle führt.

Es ist nicht schwer sich Tag und Nacht im Dhamma zu bewegen, da "Pflicht" Dhamma ist. Es ist unsere Pflicht die Probleme die ständig auftreten zu lösen und erwünschte Resultate zu erzielen um Leid zu vermeiden. Wenn wir also Tag und Nacht unsere Pflicht erfüllen, sind wir Tag und Nacht im Dhamma. Sogar Schlafen ist eine Pflicht die erfüllt werden muss um die Pflichten des kommenden Tages erfüllen zu können.

Dhamma kann alle Probleme der Welt zu allen Zeiten lösen, ganz gleich welche Form oder Ausprägung sie annehmen.

Das ist deshalb so, weil das Dhamma das Wissen von der Natur ist, von den Naturgesetzen, von den Pflichten die im Einklang mit den Naturgesetzen zu erfüllen sind und von den Resultaten die aus dieser Pflichterfüllung erwachsen.

Prinzipien der Übung

1. Übt weder zu strikt noch zu lax sondern mit Gleichmaß.
2. Haltet an keinen einseitigen Sichtweisen fest, denn alles ist nur der Strom von *Idappaccayata* (Bedingte Zusammenentstehung).
(Bsp.: -Bezieht keinen Standpunkt bezüglich der Frage nach Wiedergeburt.
Im Lichte des Stroms von Ursache und Wirkung betrachtet verliert dieses Thema zuviel an Relevanz um sich daran aufzuhängen und darüber zu streiten.
-Seht Essen nicht als vegetarisch oder nicht-vegetarisch an, sondern nur als Körpererhaltende Nahrung.
-Betrachtet Abtreibung nur dann als angemessen oder unangemessen, wenn ihr Grund und Motive in einem speziellen Fall kennt.)
3. Wahre Übung benötigt keine Show um die Welt zu blenden.
(Bsp.: Lange Zeit gab es kein *Buddharupa*; SM verzichtet auf viele traditionelle Zeremonien, oder reduziert sie auf ein der Übung zuträgliches Maß; es gibt keine goldene Uposatha- Halle; "Ajahns" die ihr eigenes Teller nicht waschen können sind nicht willkommen.)

4. Der natürliche Geist ist grundlegend frei von Trübungen, bis eine Ursache und unterstützende Faktoren für sie auftreten. Dann steigen sie auf, aber sie verschwinden auch wieder, sobald ihre Ursache und die unterstützenden Faktoren ihre Kraft verlieren.
5. erinnert euch immer an:
 - idappaccayata* (alles geschieht im Einklang mit dem Gesetz der Bedingten Entstehung)
 - paticca-samuppada* (sei achtsam im Moment des Kontakts);
 - tathata* ("es ist nur so" und geht seinen natürlichen Gang) und
 - sunyata* (fasse nichts als "Ich" oder "Mein" auf)
 um "Ich" und "Mein" zu beenden und euch über den Zyklus von Geburt und Tod zu erheben.
6. Richtet Euer Hauptaugenmerk nicht auf den Vorbuddhistischen Gut-Böse-Kammabegriff, sondern auf das eigentlich buddhistische, dem edlen achtfachen Pfad entsprechende Kammaprinzip, des kammaendenden Kamas.
7. Nutzt das Prinzip von Dhamma-Sprache - Umgangssprache um zwischen der materiellen und der spirituellen Ebene des Lebens zu unterscheiden. Vermischt sie nicht, sonst endet es in Verwirrung.
(z. B.: Buddha = historische Person/Dhamma-Vinaya; Dhamma = Texte/Natur; Sangha = Mönche, Nonnen/Qualitäten der Ariyas.)
Auch ob wir von einem Selbst sprechen sind abhängig vom Gegenüber und der Sprachebene auf der wir uns befinden. In den Schriften finden sich Lehren für beide Ebenen.
8. Verdient euch das Suan Mokkh Diplom: Stirb, bevor du stirbst.
Je eher ihr sterbt, desto besser ist es.
Veranlasst den Geist sich von den "Ich" und "Mein" Gefühlen abzuwenden, **bevor** ihr sterbt. Das "Selbst" ist eine reine Illusion, eine Empfindung, die im Geist von *tanha* zusammengebraut wird.
9. Verwendet die Qualitäten der Ariyas als euer tägliches Mantra: Rein, Klar, Ruhig das ist die Essenz des dreifachen Juwels.
10. Nutzt die Kräfte von Gier, Hass und Verblendung!
Gierte nach geistiger Entwicklung, hasst die *kilesa* und vernarrt euch in gute Werke.
Immunisiert euch auf diese Weise.
11. Das Dhammaprinzip, dass wir imstande sind, das Dhamma bei fünf Gelegenheiten zu erkennen ist von besonderer Bedeutung:
Wenn wir Dhamma hören, wenn wir Dhamma erklären, wenn wir Dhamma rezitieren, wenn wir über Dhamma reflektieren, wenn wir Dhamma kontemplieren.
12. Die Übung der Anapanasati Sutta ist der Mahasatipatthana Sutta vorzuziehen, da diese vage, durcheinander und ohne klar fortschreitende Reihenfolge ist. Außerdem erkläre der Buddha, dass er selbst durch die Anapanasati Übung mit ihren aufeinander aufbauenden 16 Schritten das Erwachen erlangte.
13. Verschwendet keine Zeit mit Dingen, die nichts mit Dukkha und dem Ende von Dukkha zu tun haben.
14. Folgt den Spuren der Arahants indem ihr unablässig gegen die Herzenstrübungen

angeht, sie mit *sati-sampajanna* am Aufsteigen hindert und euch von den sie verursachenden Neigungen entwöhnt.

15. Fragt euch bei allem was ihr tut: Ist es das wert?

16. Suan Mokkhs Allheilmittel: Dieses Gebräu besteht aus der Rinde des Desinteresse Baums, dem Inneren des Unbeschwert Baums, der Wurzel der Soheit Pflanze, den Blättern des Nichtichnichtmein Krauts, den Blüten der Nichtanziehend Staude, den Früchten des Sirbvordemtod Baums und den Samen der Erlöschen Pflanze. Diese Mischung wird mit der Magie des Spruchs *sabbe dhamma nalam abhinivesaya* (Nichts, was immer es auch sei, sollte als "Ich" oder "Mein" aufgefasst und festgehalten werden) versetzt und auf ein Drittel der Ausgangsmenge zusammengekocht. Diesen Trank sollte man dreimal täglich zu sich nehmen. Diejenigen die schon lange genug in dieser Welt leben können die Zutaten dieses Allheilmittels überall finden.



SUAN MOKKH

"Mokkh", in weltlicher Sprache bedeutet befreit oder makellos, da kann keine Form, kein Geschmack, kein Geruch und kein Geräusch, noch Eindrücke die über die Haut, den Körper, und den Geist empfangen werden, verletzen, verstören oder entflammen.

**Die Natur des Gartens (Suan) erhebt das Herz bis die Egos, groß und klein nicht wiederempfangen werden.
Der Geist ist kühl und klar als wäre er nicht mein;
dies Glück kann nicht verglichen werden.**

**Der Geist ist leer und kann die Steine sprechen hören.
Sie rufen: "Nichts ist es wert, dass Du den Kopf verlierst?
Warum hältst Du nicht wie wir eine Weile still!
Kannst Du es nicht schaffst Du Deine eigene Hölle."**

Anmerkung: Wer sich in Suan Mokkh hinsetzt und immer noch verstört, abgelenkt oder niedergeschlagen ist, sollte schleunigst einen Therapeuten aufsuchen, der ihm

hilft sich zu beruhigen, dann komm zurück und triff Dich mit den Mokka
Leuten.