

Zufriedenheit ist der größte Reichtum



Geshe Ngawang Dhargyey

Es gibt keinen Unterschied zwischen der Rede des indischen Meisters Nāgārjuna und der Rede des Buddha. Nāgārjuna sagt: Von allen Arten des Reichtums ist der Reichtum der Zufriedenheit der beste. Selbst ohne den Besitz materieller Güter ist man reich, wenn man zufrieden ist. Durch Zufriedenheit verfügt man über den perfekten, höchsten Reichtum. Diese Aussage ist außerordentlich wichtig. Was bedeutet Zufriedenheit? Zufriedenheit stellt sich ein, wenn einem das genügt, was man hat. Es bedeutet, dass man angesichts dessen, was man besitzt, denkt: „Dies ist genug, es ist ausreichend für mich.“ Man hat nicht das Gefühl, dass man viele Dinge anhäufen muss oder den Wunsch, unbedingt Dinge von besonders guter Qualität zu besitzen. Auf der Grundlage einer solchen Zufriedenheit hat man das Gefühl, nach etwas greifen zu müssen, nicht.

Wir sollten darüber nachdenken, welch außerordentliches Glück wir haben. Auch wenn wir nicht über so viele Juwelen verfügen, die unsere Körper schmücken, besitzen wir eine kostbare menschliche Geburt mit den acht Freihei-

ten und den zehn Ausstattungen. Da wir über diese Freiheiten und Ausstattungen verfügen, können wir Dharma praktizieren. In diesem Punkt haben wir mehr Glück als die Nāgās, die, obwohl sie Juwelen besitzen, nicht über eine kostbare Menschengeburt verfügen und deshalb den Dhar-

ma nicht richtig ausüben können. Es wird von den Nāgās auch gesagt: Je mehr Juwelen sie auf dem Kopf tragen, desto größer ist ihr körperliches Leid, das durch das Tragen des Schmucks entsteht. Außerdem erleiden sie die Furcht und den Schmerz, ihre Juwelen zu verlieren oder gestohlen zu bekommen. Dies zeigt, dass diese Art von Juwelen nicht nützlich ist. Menschen da-

gegen sind in einer außerordentlich glücklichen Lage – einer besseren Lage als die meisten Lebewesen. Auf Grund der Freundlichkeit unserer Lehrer und der Drei Juwelen – Buddha, Dharma und Saṅgha – haben wir eine kostbare menschliche Wiedergeburt erlangt und können somit gut praktizieren.

Nāgārjuna sagt in seiner berühmten Schrift *Brief an einen Freund*: Zufriedenheit ist der größte aller Reichtümer.

Der 1995 verstorbene **GESHE NGAWANG DHARGYEVY** gab diese seine letzte Unterweisung im buddhistischen Zentrum in Dunedin, Neuseeland, am Donnerstag morgen, den 2. Februar 1995.



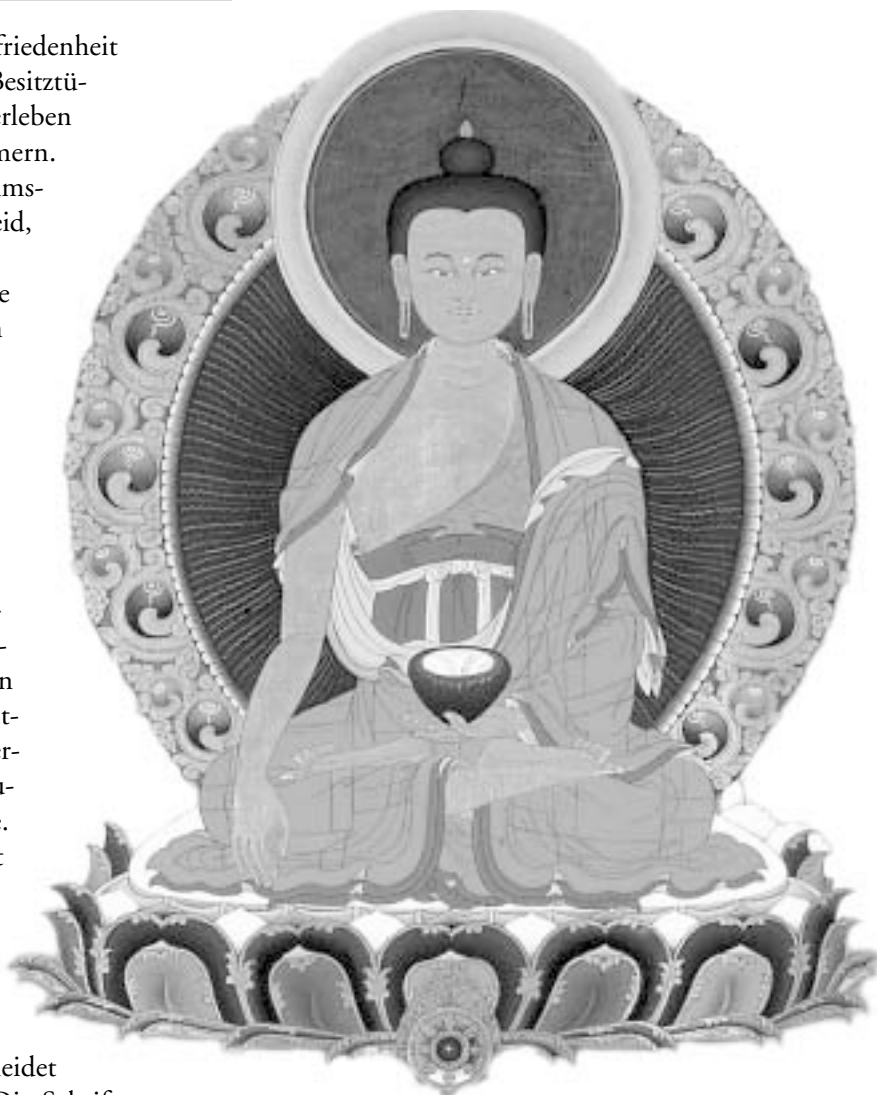
Bleibt immer zufrieden. Derjenige, der die Zufriedenheit kennt, ist wahrhaft reich, auch ohne materielle Besitztümer. Diejenigen, die wenige Wünsche haben, erleben nicht das Leid derjenigen mit vielen Besitztümern. Wie zahlreich auch immer die Köpfe der vornehmsten Nāgās sein mögen, genauso vielfältig ist das Leid, das diesen Besitztümern entspringt.

Unser Reichtum ist die kostbare menschliche Geburt, die uns alle Voraussetzungen bietet, den Dharma zu praktizieren und Fortschritte auf dem spirituellen Weg zu machen. Wir sollten uns stets ins Bewusstsein rufen, wie günstig unser Geschick ist und so viel wie möglich praktizieren, auch wenn wir nur umhergehen oder liegen. Wir werden niemals auf bessere Bedingungen treffen als jetzt, um den Dharma zu praktizieren. Es sind die bestmöglichen Bedingungen. Selbst die Wesen in den höheren Daseinsbereichen, in Götterwelten und hohen Versenkungsstufen, genießen nicht die Umstände, die wir als Menschen besitzen, weil sie keine Lehrer haben, die ihnen Unterweisungen geben. Wir können zufrieden sein. Zufriedenheit ist wirklich eine wunderbare Sache. Ohne die Zufriedenheit leidet man permanent Mangel, und es spielt keine Rolle, wieviel man besitzt, es ist nie genug. Als zufriedener Mensch mag man vielleicht einige Güter sein eigen nennen und denken: „Es ist wunderbar, ich besitze diese Güter!“ Dies ist Nāgārjunas Belehrung, und wir sollten sie annehmen, denn sie unterscheidet sich nicht von den Anweisungen des Buddha. Die Schrift *Brief an einen Freund* ist im buddhistischen Kontext sehr wichtig und angenehm zu lesen. Wir sollten sie studieren und die Inhalte und Ratschläge nicht vergessen.

Der indische Meister Śāntideva sagt im *Eintritt in das Leben zur Erleuchtung*: „Wenn ich mich, während ich diese Freiheiten gefunden habe, nicht mit dem Heilsamen in Einklang bringe, so könnte es keine größere Torheit geben.“ Es ist beschämend, keine Fortschritte in der Entwicklung der Tugenden zu machen, obwohl man ein kostbares Menschenleben erlangt hat.

Wir sollten uns den tibetischen Yogi Milarepa zum Vorbild nehmen. Er hatte keinen Besitz, er hatte nicht einmal Tsampa (geröstetes Gerstenmehl) zu essen, aber er nutzte seine kostbare menschliche Wiedergeburt mit Weisheit und erlangte in nur einer Lebensspanne die Erleuchtung. Eine solche vortreffliche Existenzform ist selten; wir haben sie nur dieses eine Mal zur Verfügung. Deshalb sollten wir die Essenz dieses Lebens ergreifen und die Ursachen für dauerhaftes Glück schaffen.

Wer die Praxis des Dharma immer wieder auf morgen oder übermorgen verschiebt, wird am Ende mit leeren Händen dastehen und keinerlei Verdienste angesammelt haben. Wir müssen versuchen, so viel wie möglich zu praktizieren. Es mag viele Milliarden Menschen auf der Welt geben, aber die Anzahl derer, die auf die Religion treffen und sie ernst-



Der Buddha lebte als Mönch und führte ein Leben in Genügsamkeit.

haft praktizieren, ist sehr klein. Manche denken, es sei leicht und alltäglich, auf buddhistische Unterweisungen zu stoßen, aber das trifft nicht zu.

Wir können in unseren eigenen Geist schauen, um herauszufinden, ob wir im nächsten Leben erneut eine kostbare menschliche Wiedergeburt erlangen werden. Wenn wir zu dem Schluss kommen, dass uns immer wieder unheilsame Handlungen unterlaufen, dass wir unsere Gelübde nur zum Teil einhalten und unseren Verpflichtungen nur teilweise nachkommen, gibt es für uns nicht viel Hoffnung. Nur ein Verrückter würde behaupten, dass jemand, der seine Gelübde nicht richtig einhält und seine Verpflichtungen vernachlässigt, eine Chance hat, eine menschliche Geburt zu erlangen. Ein Bauer würde nicht auf die Idee kommen anzunehmen, er könnte im Herbst Getreide ernten, wenn er es nicht im Frühjahr gesät hätte. Auf der anderen Seite ist klar, dass unsere Hoffnung auf eine gute zukünftige Existenz berechtigt ist, wenn wir unsere Ethik einhalten und Gelübde und Verpflichtungen sorgsam beschützen wie einen wertvollen Besitz. Sobald man Unterweisungen gehört hat, sollte man sie in die eigene Praxis integrieren.

Aus dem Englischen von Antje Becker