

Wie man das Schlechte meistert

Jeder von uns sollte unabhängig davon, was andere sagen oder denken mögen, – und Menschen sagen manchmal Dinge, die uns beleidigen oder verletzen – immer versuchen, mit der Stimme der Liebe zu sprechen, oder die Stimme der Liebe durch sich sprechen lassen. Das erfordert ein ungeheures Maß an Toleranz. Es spielt keine Rolle, was andere tun oder denken oder gegen dich aushecken; die Liebe wird siegen.

Der einzige Weg, einem Übel auf diese Weise begegnen zu können ist, uns mit spirituellen Kräften zu wappnen, zu beten und die Göttlichen Mächte um Schutz zu bitten. Wer sich zu Bösem erniedrigt, kann uns nichts anhaben, wenn wir in unserem Herzen keine Gehässigkeit aufkommen lassen.

Wann immer du ungerecht behandelt wirst, denk an Gott. Denk nur an Ihn. Gibst du dich mit anderem ab, so kannst du körperliche Leiden oder Traurigkeit nicht vermeiden. Das Denken muss von allen diesen Zuständen weggelenkt werden.

Lass dich nicht betrüben, wie sehr dich jene, denen du vertraut hast, auch enttäuschen mögen. Keiner bringt es im Leben zu etwas, ohne Umbrüche und Enttäuschungen zu überwinden. Dein Trost ist, dass du immer versucht hast, für die, die zu dir kamen, dein Bestes zu tun. Es ist besser, verletzt zu werden als irgendjemanden zu verletzen. Hass kann nie durch Hass bezwungen werden, Böses nie durch Böses, Verrat nie durch Verrat bewältigt werden. Es gibt nur ein Heilmittel für diese Krankheiten: lautere Liebe und das Festhalten an der Wahrheit. Wer durch Wahrheit geschützt ist, dem fehlt es an nichts.

Vor allem muss ich aus meinem Denken alles weglassen, was nicht echte lautere Liebe ist. Ganz innen weiß ich, dass diese Aufgabe äußerst schwer ist, denn es gibt Menschen, Orte, Anlässe, die feindliche Gedanken auslösen können. Doch ich muss mit aller Macht an diesem Grundsatz festhalten und mich zwingen, daran zu denken, dass:

Liebe größer ist als Hass,
Liebe größer ist als Zweifel,
Liebe größer ist als Ärger,
Liebe größer ist als Ungeduld,
Liebe größer ist als Selbstmitleid,

Liebe größer ist als alle krankhafte Empfindsamkeit...

Deshalb sollte ich fest entschlossen versuchen, alle Gedanken, Vorstellungen und Eindrücke auszuschließen, die etwas anderes als Liebe in meinem Herzen hervorrufen.

Wo immer wir hinkommen, sehen wir, dass die menschliche Natur ihre Fehler hat. Wir müssen nachsichtig sein und ihnen mit noch größerer Liebe begegnen. Dadurch werden wir glücklicher sein, und die anderen werden glücklicher sein.

Es gab in der Welt nie einen Zustand, der nicht hätte geändert werden können. Es gab nie eine schlimme Lage, die nicht hätte bewältigt werden können. Das sage ich und glaube fest daran. Sich nicht gegen Schlimmes sträuben, verleiht positive Kräfte, um es zu bewältigen. „Widerstrebe nicht dem Übel“, sondern überwinde es durch Güte und Liebe... Ich kämpfe mit den Waffen der Liebe. Toleranz ist etwas Schönes, doch hat sie mit Kompromiss nichts zu tun. Unwahrheit und Wahrheit gehen nicht zusammen.

Wenn dir Menschen etwas antun wollen, so sind sie erfolgreich, wenn sie in dir Böses auslösen. Können sie aber nichts Böses in dir auslösen, so kommt das Böse auf sie selbst zurück.

Gesegnet sei die Prüfung, gesegnet sei das Leid, gesegnet sei das Erleiden, gesegnet sei alles, was uns näher zu Gott bringt! Das soll unsere Verwirklichung werden. Anstatt uns schroff, uneins, aufgebracht gegen die Welt einzustellen, beginnen wir zu spüren: „Ja, diese Welt hat mir geholfen, mehr von Gottes Herrlichkeit zu erfassen. Selbst einer, der mich verletzt hat, hat mir Gutes erwiesen.“ Eine Milde stellt sich ein, und dafür ist kein Preis zu hoch bezahlt. Hat Christus die Kreuzigung verdient? Wann immer du daran zweifelst, dass du verdient hast, was du erleidest, so frage dich unbefangen: „Hat Er die Kreuzigung verdient?“

Schwache Menschen geben schnell auf. Bei der kleinsten Zerreißprobe oder Schwierigkeit werden sie mutlos. Doch Menschen mit Entschlossenheit, mit einer Gesinnung der Hingabe geben niemals auf. Sie stürben eher als aufzugeben. Und du erkennst, welche Fähigkeit in dir steckt, wenn du diese Haltung einnimmst. Zuerst sagst du: „Oh,

das kann ich nicht aushalten“, doch dann erkennst du, dass du es aushalten kannst, und noch vieles mehr. Auf diese Weise steigerst du deine Fähigkeiten. Dabei lernst du sehr viel. Wann immer dir jemand ein bisschen Disziplin abverlangt – nicht bewusst, aber vielleicht, wenn er ein hartes Wort gebraucht – so wisse, dass du leicht darüber hinweg kommst, und das bringt dich weiter. Aushalten ist die einzige Möglichkeit, seine innere Stärke zu steigern. Du beziehst Stellung. Du magst Schläge einstecken, vor viele Zerreißproben gestellt sein, doch du wirst sehen, dass du ungebrochen aus ihnen hervorgehst. Sie geben dir Vertrauen in deine unerschütterliche Stärke.

ANANDA
VEDANTA FOR EAST AND WEST, 1984
Aus: VEDANTA HEFT 3/2005
VEDANTA-ZENTRUM WIESBADEN

Wenn auch, ihr Mönche, Räuber und Mörder euch barbarisch Glied für Glied mit einer Doppelgriffsäge in Stücke teilen würden, so würde wer da in Wut geriete nicht meine Weisung erfüllen. Da habt ihr euch nun, meine Mönche, wohl zu üben: ‚Nicht soll unser Gemüt verstört werden, kein böser Laut unserem Munde entfahren, freundlich und mitleidig wollen wir bleiben, liebevollen Gemütes, ohne heimliche Tücke; und jene Person werden wir mit liebevollem Gemüte durchstrahlen: von ihr ausgehend werden wir dann die ganze Welt mit liebevollem Gemüte, mit weitem, tiefem, unbeschränktem, von Grimm und Groll geklärtem, durchstrahlen‘: also habt ihr euch, meine Mönche, wohl zu üben.

Wenn ihr euch diesem Ratschlag vom Gleichnis von der Säge oft zuwendet, seht ihr dann irgendeine Redeweise, unbedeutend oder grob, die ihr nicht ertragen könntet?

– Nein, ehrwürdiger Herr.

Daher, ihr Mönche, solltet ihr euch diesem Ratschlag vom Gleichnis von der Säge oft zuwenden. Das wird lange zu eurem Wohlergehen und Glück gereichen.

BUDDHA
MAJJHIMA NIKĀYA 21