

## „Botox of Boeddha?“ – Jotika Hermsen; März 2007

### Mit anderen Augen schauen.

Vor mir liegt eine Ansichtskarte mit der Abbildung einer buddhistischen Nonne. Ihr Name ist Bhikkhuni Dhamma. Sie stützt sich auf einen Stock und man liest: „*The drawbacks of the body*“, der Alterungsprozess des Körpers. Stärker ausgedrückt: der körperliche Verfall. „Verfall – ja, und?“ wird der Leser fragen und wird antworten: „*Damit* will ich mich zu diesem Zeitpunkt gar nicht beschäftigen, ich sehe in die Zukunft, ich tue mein Bestes, um jung, fit und frisch zu bleiben. Ich habe gerade mein Abonnement für das Fitnessstudio verlängert. Was erzählst du mir da von *drawbacks of the body!*“

Unlängst ist meine jüngste Schwester gestorben. Ihr Körper war gebrochen, völlig zerstört vom Krebs.

Am Tag nach ihrem Begräbnis fahre ich zurück nach Naarden, wo der jährliche Wintermeditationskursus stattfindet.

Dort fällt mir Nora auf. Sie ist 78 Jahre alt. Ich sehe, wie sie ihre Gehmeditation praktiziert. Ab und zu muss sie sich gegen die Wand lehnen, sie sucht Stütze.

Wir fragen sie, ob wir ihr vielleicht etwas anreichen können, dass ihr als Hilfe dienen könnte. Einen Gehstock zum Beispiel mit einem Gummi am Ende, der das Ausgleiten verhindert.

*Drawbacks of the body*. Wo begegnet man ihnen nicht?

Wenn wir uns trauen, etwas tiefer und genauer in das menschliche Dasein zu schauen, dann sehen wir plötzlich überall Hilfsmittel verschiedenster Form. Der Gehstock, einen Rollator, die Zahnprothese, ein Hörgerät, Brillen und Kontaktlinsen, ein künstliches Knie oder ein Hüftgelenk.

In vielen Traueranzeigen der Zeitungen fällt einem auf, dass die Verbliebenen oft tief betrübt Abschied nehmen. Es wird gesagt, dass er oder sie den *Kampf* verloren hat. Aber können wir den Kampf denn jemals gewinnen? Sicherlich, propagiert eine amerikanische Firma, natürlich können Sie ihren Körper erhalten. Der Text lautet: „Es geht um Ihren Körper, jahrelang haben Sie sich bemüht, eine perfekte Kondition zu bekommen, diesen Körper, den wollen Sie doch nicht aufgeben? Darum haben Sie nun die Chance, ihn von uns konservieren und einbalsamieren zu lassen. Nur so können Sie ihn echt erhalten!“

In dem buddhistischen Schrifttum verhält es sich anders.

Bikkhuni Dhamma erzählt, dass sie die tägliche Runde gegangen ist, um ihre Nahrung zu erbetteln. Sie ist völlig erschöpft durch Anstrengung und Hitze. Noch stützend auf ihren Gehstock und an allen Gliedern zitternd fällt sie zu Boden. In diesem Moment wird ihr Geist befreit. In diesem Augenblick begreift sie, dass die Schwächung des Körpers unumgänglich ist. Und wer dies wirklich sieht, versteht auch Trauer und Ohnmacht.

Sie begreift die drei wesentlichen Eigenschaften des menschlichen Lebens:

*Anicca* – alles verändert sich ständig,

*Dukkha* – alles bleibt letztlich unerfüllt,

*Anatta* – nichts ist kontrollierbar.

Dies zu erkennen und zu wissen wird Erleuchtung genannt, dies ist das Erlangen des höchsten Glücks.

Wenn jemand Erleuchtung erlangen kann, während er zu Boden fällt, dann gibt es natürlich noch unzählige andere Momente, in denen Erleuchtung stattfinden kann.

Wir brauchen nur rundum zu schauen und dann erkennen wir augenblicklich, dass unsere Auffassungen hinsichtlich der *Unvergänglichkeit* nicht mit der Wirklichkeit übereinstimmen - heute ist nicht gleich an gestern und morgen wird nicht dasselbe sein wie heute.

Vergänglichkeit ist überall.

Und doch sehen wir es nicht. Wir trauen uns nicht genau hinzusehen und schieben es auf, bis auf morgen oder noch später. Bis es nicht mehr aufzuschieben ist und der Tod uns überrascht. Über Nacht ist er plötzlich da, wie ein Dieb, der immer siegt.

Bikkhuni Dhamma hatte die Möglichkeit mit anderen Augen zu schauen und sie war überglücklich.

Übersetzung: Gabrielle Bruhn – redaktionelle Änderungen Juliane Beck