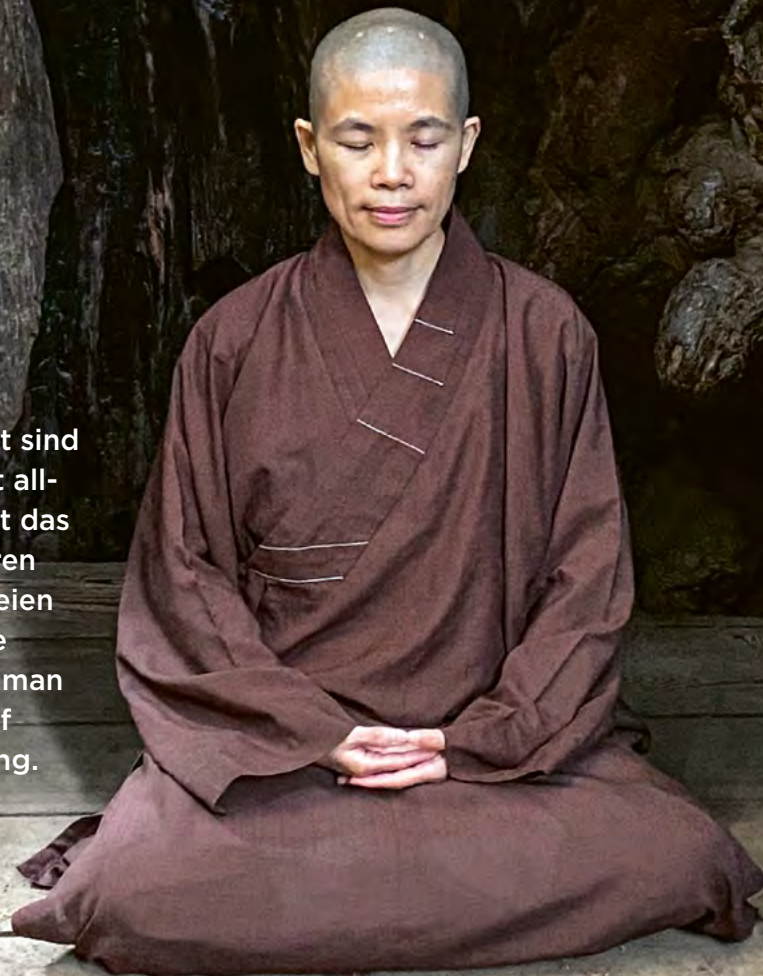


Buddhas Weisungen für eine gewandte Sprache

VON SHIFU SHUMAN

Worte, Sprache, Schrift sind in unserer Gesellschaft allgegenwärtig. Leider ist das oft verbunden mit leeren Debatten, Schmeicheleien und Täuschungen. Die Chan-Nonne Shifu Shuman über das Sprechen auf dem Weg zur Befreiung.



*Mögen alle Wesen, die Nahrung spenden
und empfangen, mit Gesundheit, Kraft,
einem langen Leben, Frieden und
Redegewandtheit gesegnet sein.*

Dieses Gebet wird im chinesischen Buddhismus gewöhnlich vor einer Mahlzeit rezitiert. Seine fünf Segnungen finden sich auch im Mahaparinirvana-Sutra wieder. Die ersten vier – Gesundheit, Kraft, ein langes Leben und Frieden – sind im täglichen Leben von großer Bedeutung. Aber wie steht es um die Bedeutung der buddhistischen Redegewandtheit?

Sprechen im Bodhisattva-Geist

Die buddhistische Lehre unterscheidet vier Arten der Redegewandtheit:

1. Buddhas Lehren gegenüber offen und hindernisfrei sein
2. Die tiefe Bedeutung und Wahrheit des Dharma erkennen
3. Sich sprachlich gezielt und wortgewandt ausdrücken können
4. Die Lehren Buddhas frei und ungehindert zum Wohle aller Wesen zum Ausdruck bringen

Streng genommen zielt buddhistische Redegewandtheit hauptsächlich darauf ab, den Weg des Dharma zu meistern und Erleuchtung und Befreiung zu erlangen. Trotzdem ist sie in einem weiteren Sinne auch im täglichen Leben ein notwendiger und hilfreicher Wegbegleiter für die unterschiedlichsten Situationen. Besonders wichtig ist dabei die vierte Fähigkeit, denn durch sie zeigt sich der Bodhisattva-Geist, anderen Wesen zu helfen.

Sprache und ihre Verwendung ist in unserer Gesellschaft allgegenwärtig. Mit ihr drücken wir unsere Gedanken und Gefühle anderen Familienmitgliedern gegenüber aus, unterhalten uns mit Freunden und handeln Dinge mit Kolleginnen aus. Wir besprechen verschiedenste Angelegenheiten mit Bekannten, schreiben Nachrichten per App, stellen unseren Standpunkt in Diskussionen dar, äußern unsere Meinungen in sozialen Netzwerken und halten in der Öffentlichkeit Reden.

Es ist jedoch wichtig, Sprache angemessen zu verwenden, denn sie hat sowohl positive wie auch negative Eigenschaften, je nachdem, welche Person auf welche Weise und mit welchen Beweggründen zur Sprache greift oder Sprache hört. Wörter sind nichts weiter als Symbole, und es ist unser Geist, der da-

rüber entscheidet, welche Bedeutungen wir aus gesprochenen oder geschriebenen Worten heraushören oder -lesen. Wie eine Malerin oder wie ein Architekt erschafft unser Geist Bilder und Konstrukte der Welt. Darum beeinflussen unsere Gedanken unsere Lebensqualität – von ihnen hängt ab, ob wir glücklich oder unglücklich sind.

Den Geist wirksam bändigen

Häufig springen unsere Gedanken hektisch und unkontrolliert hin und her. Deshalb brauchen wir Hilfsmittel, um unseren Geist besser zu bändigen. Eines der 84.000 Dharmatore, an die Buddha, bevor er ins Nirvana übergang, die Mönche und Nonnen erinnerte, ist das Einhalten der ethischen Richtlinien (*silas*); denn sich nach den Gelübden und Regeln zu richten führt letztendlich zur Befreiung von allen Formen des Leidens.

Zwar leben wir – nach dem Konzept der drei Zeitalter, das im chinesischen Buddhismus eine wichtige Rolle spielt, – aktuell im Endzeitalter des Dharma. Doch auch in dieser Zeit weilt Buddha durch seine zahlreichen Lehren immer noch unter uns und begleitet uns auf unserem Weg. Die Silas sind dabei Wegweiser zu einem tugendhaften Leben. Indem wir uns nach den buddhistischen Grundsätzen richten, kultivieren wir unseren Geist im Einklang mit dem Dharma. Besonders für die *sangha*, die Gemeinschaft der Ordinierten, sind die Silas ein guter Lehrer und Wegbegleiter.

*Wie eine Malerin oder
wie ein Architekt
erschafft unser Geist
Bilder und Konstrukte
der Welt.*

Klarheit, Aufrichtigkeit und Ehrlichkeit

In dem „Sutra der letzten Lehrrede des Buddha“ beschäftigen sich besonders zwei Weisungen mit der Verwendung von Sprache. Obwohl viele Sutren damals an Ordinierte gerichtet waren, können auch Nichtordinierte viel aus ihnen lernen.

Weisung 1: Schmeicheleien und Täuschung vermeiden

Buddha weist seine Schülerinnen und Schüler an, stets Aufrichtigkeit und Ehrlichkeit zu praktizieren. Im Sutra heißt es:

Ein Geist der Schmeicheleien und der Täuschung widerspricht dem buddhistischen Weg. Deshalb solltet ihr eine ehrliche und aufrichtige Geisteshaltung kultivieren. Denn Schmeicheleien und Täuschungen sind nichts weiter als Irreführungen. Diese Eigenschaften finden sich in keinem Geist wieder, welcher den buddhistischen Weg beschreitet. Aus diesem Grund solltet ihr alle auf unheilsame Regungen in eurem Geist achten und sie bereinigen. Eine ehrliche und aufrichtige Geisteshaltung soll dabei die Grundlage für euren Geist bilden.