

DIE VERGÄNGLICHKEIT ALLER DINGE

Der Buddha fand heraus, dass alles in dieser Welt vergänglich und veränderlich ist, was bedeutet, dass es nichts gibt, was beständig wäre. Man könnte sagen, Wandel (*anicca*) ist eine Tatsache des Lebens. Diese Wahrheit hört sich vielleicht banal an, doch tatsächlich ist diese buddhistische Sichtweise radikal, denn sie gestattet keine Ausnahmen. Alles gehört dazu – angefangen vom Buch in deiner Hand bis hin zum Sonnensystem. Sobald das Buch zu existieren beginnt, steht seine Vergänglichkeit schon fest. Der Grund dafür ist, dass es aus verschiedenen Teilen zusammengesetzt ist und alle zusammengesetzten Dinge müssen einen Anfang, eine Mitte und ein Ende haben. Wenn sie zusammengesetzt sind, müssen sie geschaffen worden sein; sie existieren nur, wenn gewisse Faktoren zusammenkommen. Irgendwann werden sich diese Faktoren von selbst wieder trennen und verteilen und das zusammengesetzte Ding wird wieder aufhören zu existieren.

Obwohl wir wissen, dass sich alles verändert, glauben die meisten von uns, dass einige Dinge im Leben dauerhaft sind und bleiben, zumindest benehmen wir uns entsprechend. Zum Beispiel gibt es einige Werte, die wir eventuell für universell und ewig halten, wie Gerechtigkeit, Frieden, Wahrheit und Schönheit.

Menschen, die einer anderen Religion als dem Buddhismus folgen, glauben vielleicht, dass es einen ewigen Gott gibt, eine ewige Seele oder einen ewigen Himmel. Auch im Alltag gibt es Beispiele dafür: Wenn wir jemanden sehr mögen, gehen wir davon aus, dass dies ewig anhält. Wir beziehen uns auf uns selbst so, als wären wir unvergänglich und machen Pläne, als wären wir ewig gesund und jung. [...]

Der Buddha hinterfragte alles, was Menschen als dauerhaft ansehen und kam zu dem Ergebnis, dass es nichts gibt, das sich nicht ändert. [...]

Die grobe Ebene von Veränderung ist die offensichtliche physische Ebene von Wandel: wie beispielsweise das Wetter, die Jahreszeiten, dass Dinge verfallen oder kaputt gehen, die Art und Weise, wie Menschen aufwachsen, altern und sterben. Diese grobe Ebene ist auch gültig im Hinblick auf historischen Wandel, soziale Veränderungen, geografische Veränderungen usw. Dies gilt tatsächlich - so sagte der Buddha - in allen Bereichen des Lebens und der Welt. Diese Art der Veränderung wird auch allgemein so genannt und sie ist ein Phänomen, das wir normalerweise mit eigenen Augen beobachten können und welches keine wissenschaftlichen oder philosophischen Methoden zu seiner Entdeckung benötigt. [...]

Die subtilere Ebene der Veränderung wird manchmal „Wandel im Augenblick“ genannt, und das bedeutet, dass alles von Moment zu Moment in einem fortwährenden Wandlungsprozess begriffen ist. Auch wenn Objekte wie Tische und Stühle heute vielleicht so aussehen, wie sie gestern ausgesehen haben, verändern sie sich tatsächlich kontinuierlich mit jedem Moment. Würden wir ein spezielles Mikroskop benutzen, würden wir sehen, wie Atome und Moleküle, aus denen die Dinge bestehen, in einem andauernden Fluss sind und ständig ihre Zusammensetzung ändern. Wenn also auf der groben Ebene die Dinge zumindest für eine Zeit lang so erscheinen, als ob sie gleich blieben, bevor sie zerbrechen, verfallen oder zerstört werden, sind sie doch auf der subtilen Ebene in einem stetigen Wandlungsprozess. Wir werden nicht plötzlich an einem bestimmten Tag oder in einem gewissen Jahr alt; es ist ein gradueller Prozess. [...]

Diese Reflektion zeigt uns, dass Vergänglichkeit nicht immer Anlass sein muss, um traurig zu sein. **Positiv betrachtet:** Weil wir uns ändern, können wir lernen und Fortschritte machen. Gerade weil wir der Vergänglichkeit unterworfen sind, ist es uns möglich, eine negative Situation in eine positive zu verwandeln. Wichtigster Nutzen der Reflektion über Wandel ist, dass sie unsere Anhaftung an die Dinge lockert. Wenn wir in der Tiefe verstehen, wie die Dinge kommen und gehen, wie alles, was wir erfahren, ganz natürlich zu einem Ende gelangt, hilft das, nicht zu sehr an den Dingen zu hängen. Wir werden weniger an ihnen festhalten und wenn die Zeit gekommen ist, wird es uns leichter fallen loszulassen. Akzeptieren, dass Wandel ein natürlicher Teil unseres Lebens ist, wird uns glücklicher machen, denn so können wir im Fluss bleiben. Der Buddha hat gelehrt, wie ein großer Teil unseres Leidens vom Greifen nach den Dingen herrührt als auch dem Sehnen und Begehren von etwas, was letztlich gar nicht real ist.

(Aus: *Dominique Side: Buddhismus, Manjughosha Edition, Berlin 2012; S. 24ff*)

Arbeitsauftrag: Fasse die wichtigen Aspekte der Vergänglichkeit zusammen. Vergiss die positiven Seiten nicht!