

## **Wissen wir, was uns näher ist: der morgige Tag oder das nächste Leben?**

von Helmut Bien

Wir wissen nicht, wann der Wechsel ins neue Leben stattfindet, weshalb wir uns überlegen müssen, wie wir unser hiesiges Leben einteilen, wie wir unsere hiesigen Ziele stecken – ob weltlich ausgerichtet oder religiös . Wir leben in einer überwiegend materialistischen Welt, und so sind unsere Absichten und Ziele auch überwiegend an materielle Dinge gebunden .

Das heißt aber auch, dass das Anhaften an die Dinge bei den meisten von uns besonders stark ist . Wenn aber durch irgendwelche Umstände einmal die Frage auftaucht: Ist das alles? Oder gibt es auch noch etwas anderes? Dann stellt sich die weitere Frage: Wie geht es weiter – nach diesem Leben? Ist da nichts? Oder ist da doch etwas – und wenn ja, was? Hier geht es dann um eine neue Dimension . Es geht um etwas, was nicht mehr vor unseren Augen liegt, was wir mit unseren groben Sinnen nicht mehr erfassen können .

Gehe ich davon aus, dass es ein Weiterleben nach dem so genannten Tode gibt, übernehme ich mit diesem Wissen eine große Verantwortung für mich, um mich auf diese Zeit einzustellen. In verschiedenen Religionen ist das vorsorgliche Handeln auf ein Leben danach ein Grundthema, alle Religionen zeigen Mittel auf, die dazu angetan sind, etwas Gewünschtes, Absichten und Ziele, für die Zeit nach diesem Leben zu erreichen . Und wenn ich einen Schritt weiter gehe, dann wird eines guten Tages auch das jenseitige Leben zu Ende sein und ein weiteres folgen usw., usw.

Dieser unendliche Kreislauf von Sterben und Wiedergeburt ist der Samsaro. Will ich das? Also muss ich mir wiederum Ziele stecken und Absichten hegen, die auf einer anderen Ebene liegen, und die bereits mittel- und langfristig angelegt sind. Im allgemeinen ist es wie Tagore sagt: „Das Leben im Ganzen nimmt den Tod nicht ernst.“ Früher lebte man ständig mit dem Tode. Geburt und Tod waren eines, gehörten zum Leben, waren für die Menschen so selbstverständlich wie Krankheit und Altern. Man lebte in Großfamilien, man lebte zu Hause und erlebte somit auch alle Stadien des Lebens miteinander .

Heute trennt man den Tod meistens vom Leben ab durch Abschirmen in Krankenhäusern, Alten- und Seniorenheimen. Die Motivation, unser Ziel als Buddhisten zu stecken und die Absicht zu hegen, aus diesem Kreislauf heraus zu kommen, setzt die Kenntnis von Karma und Wiedergeburt voraus. Erst durch die Kenntnis vom Saat-Ernte-Verhältnis und durch Kenntnis vom Weiterleben nach dem Tode, erhält das menschliche Leben wirklich Sinn und eine sinnvolle Zielsetzung. Hierin liegt die Verantwortung sich selbst gegenüber und die Motivation, seinen Zustand zu verbessern – durch Läuterung und Erhellung des Herzens. „Schlecht lebt, wer nicht zu sterben weiß“ (Seneca).

Da wir also nicht wissen, wann das Karma unserer Lebenskraft hier ein Ende setzt, müssen wir ständig bemüht sein, die Vergänglichkeit vor Augen zu haben – und nicht erst kurz vor dem Tode. Wir sollten jeden Tag, jede Stunde, jede Minute so leben, als wäre es der letzte Tag, die letzte Stunde, die letzte Minute. Wir sollten immer ein bisschen mehr tun, als wir gerade können. Wer das tut, merkt schon in diesem Leben, wie er innerlich heller und freier wird, wie Rücksicht und Fürsorge für andere bei ihm zunimmt, er seine vordergründigen Interessen zurückstellt und die Tugendregeln einhält. Das ist die rechte Lebensweise dessen, der weiß, dass er es alleine in

der Hand hat, sein hiesiges und sein späteres Leben zu verbessern, um aus dem Tumult der Sinne auszusteigen.

Wir wissen, dass der Wechsel in ein neues Leben in Kürze stattfindet. Wie nutzen wir also die letzten Stunden? Es gibt weltliche Vorbereitungen und es gibt geistige Vorbereitungen. Zu den weltlichen Vorbereitungen gehören z.B.

- a) seinen Haushalt zu ordnen, um den Hinterbliebenen unnötige Arbeit zu ersparen (Fürsorge);
- b) sein Testament zu machen, um Streit bei den Hinterbliebenen zu vermeiden;
- c) für eine entsprechende Trauerfeier die Vorsorge zu treffen;
- d) die nächsten Angehörigen und Freunde zu einem sinnvollen Gespräch einzuladen.

Und damit bin ich beim Übergang zu den geistigen Vorbereitungen. Je mehr mein hiesiges Leben auf Geistigkeit ausgerichtet war, umso leichter fällt mir der Wechsel in die andere Welt. Und da vor allem die Gedanken der letzten Stunden für das Weitergehen so wichtig sind, hilft die Anwesenheit lieber Menschen, diese Stunden hilfreich und positiv zu gestalten. Aber es kann auch sein, dass ich alleine bin. Dann muss ich auch zurecht kommen und versuchen, selbst in eine positive Haltung zu kommen. Vielleicht habe ich aber auch so viel Kraft gewonnen, dass ich alleine und in aller Stille hinüber gehen möchte. Bin ich erregt, werde ich zunächst versuchen, Beruhigung zu erlangen. Ich werde meine Ängste abbauen. Ängste blockieren Herz und Geist, und da gibt es viele Möglichkeiten. Also sage ich mir doch: die Dinge beunruhigen mich ja gar nicht, sondern es beunruhigt nur die Vorstellung von den Dingen. Ich muss klar darüber sein, dass mir das Leben ja nicht genommen wird. Es wandelt sich nur in eine andere Form auf einer anderen Ebene. Mortimer sagt in Maria Stuart: „Das Leben ist nur ein Moment, der Tod ist es ebenso.“

In diesem Leben habe ich viele Reisen gemacht. Bevor ich auf Reisen ging, war ich immer neugierig (gierig auf Neues) und freute mich auf die Reisen. Freue ich mich doch auch auf die Reise ins nächste Leben und bin gespannt, was da wohl auf mich zukommt. Ich komme nicht aus dem Nichts, und ich gehe nicht ins Nichts. Schau ich zurück, stelle ich fest, dass ich nichts getan habe, um in die Hölle zu kommen. Ich habe das Bestmögliche getan, um die Lehre des Buddha zu verstehen und danach zu leben. Was soll dann noch schief gehen?