

S.H. der XIV. Dalai Lama im Film "Das Wissen vom Heilen"

Gesundheit und Krankheit.

Die gegenseitige Abhängigkeit von Körper und Geist und das Aufhören aller Leiden.

Es ist durchaus möglich, durch eine korrekte, gesundheitsbewusste Lebensführung und eine richtige Einstellung ein zufriedenes Leben zu führen, frei von Krankheiten und Beeinträchtigungen des Wohlbefindens. Wenn man jedoch fragt, ob es möglich wäre, alle Krankheiten und Leiden vollständig zu beseitigen, dann ist das schwieriger zu beantworten. Man müsste es vom philosophischen oder buddhistischen Standpunkt aus beantworten. In den Erklärungen, die dort gegeben werden, heisst es, dass viele Krankheiten aufgrund unseres Körpers entstehen, der aus vier oder fünf Elementen zusammengesetzt ist.

Und es wird gesagt, dass das Altern, die Krankheiten und am Ende der Tod entstehen, weil wir einen Körper von solcher Beschaffenheit besitzen. Vom buddhistisch -philosophischen Standpunkt aus betrachtet ist es möglich, dass alle Leiden beseitigt werden können. So wird es erklärt.

Über die Wiedergeburt wird gesagt, dass jeweils ein Leben zu Ende geht, ein neues angenommen wird, dieses wiederum zu Ende geht und so weiter. Diese Abfolge ist unbegrenzt. Die Existenz der Wesen geht ununterbrochen weiter. Es ist jedoch möglich, die leidvolle Existenz zu beenden.

Wenn man sich fragt, was es ist, das aus einem früheren Leben in dieses Leben kommt, und ins nächste weitergeht, dann ist die Antwort, dass es nicht der Körper ist, sondern das Kontinuum des Bewusstseins, das Kontinuum des Selbst, das von Anfang an jedem Wesen innewohnt und selbst im Zustand des Nirwana weiter existiert.

Wenn man nun fragt, ob es möglich wäre, das Wiedergeborenwerden zu vermeiden, dann ist die buddhistische Antwort, dass es möglich ist, und zwar im Erreichen des Nirwana, der Befreiung. Die Grundursache für die endlosen Wiedergeburten ist die Verblendung des Geistes, und wenn man diese beseitigt, wird man nicht mehr unfreiwillig wieder geboren werden. Das heisst aber nicht, dass die Existenz zu Ende geht. Die Existenz geht weiter, aber frei von Leiden.

Dieses Betrachtungsweise macht einen grossen Unterschied im Hinblick auf die gängige Lebenseinstellung. Wenn man davon ausgeht, dass es nur ein einziges Leben gibt, wird die Lebenseinstellung sehr kurzsichtig. Wenn man aber davon ausgeht, dass es Wiedergeburt gibt, entsteht eine weitherzige und entspannte Einstellung. So spielt das Konzept der Wiedergeburt eine wichtige Rolle für unsere Lebenseinstellung.