

John A. McConnell

Achtsame Mediation

Mindful Mediation

Buddhistische Wege
der
Konfliktbearbeitung

Aus dem Englischen von Ingrid von Heiseler

Internationaler Versöhnungsbund (Hrsg.)

John A. McConnell: Achtsame Meditation

John A. McConnell
Achtsame Meditation

Aus dem Englischen von
Ingrid von Heiseler

Copyright: John A.McConnell.

Jointly published by Buddhist Research Institute, Mahachula Buddhist University

Spirit in Education Movement (SEM)

Wongsanit Ashram

Foundation For Children

Coordinated by Foundation For Children publishing house

Bangkok 10700 Thailand

Deutschsprachige Ausgabe:

2002 Versöhnungsbund e.V.

Schwarzer Weg 8, 32423 Minden

Umschlaggestaltung: Hans-Werner Holtmann

Impressum

Ingrid von Heiseler

Am Mühlengraben 22

38440 Wolfsburg

Telefon: 05361 22874

ingridvonheiseler@t-online.de

www.ingridvonheiseler.de

INHALT

Teil 1 Auf dem Weg zu einer buddhistischen Psychologie des
Friedenstiftens

- 1 Die vier edlen Wahrheiten und der Konflikt
- 2 Paticca-Samuppada-Zyklus und Konfliktentstehung
- 3 Akusala-mula und Konflikt
- 4 Eine praktische Psychologie des Friedenstiftens

Teil 2 Die mächtigen Mangobäume

- 5 Streitende Nachbarn
- 6 Zwei Mönche
- 7 Den Knoten lösen
- 8 Bedürfniserfüllung
- 9 Eine Vereinbarung

Teil 3 Mediation als eine Antwort auf Gier, Hass und Verblendung

- 10 Bessere Selbst-Wahrnehmung ist notwendig
- 11 Mediation und Verblendung
- 12 Mediation und Gier
- 13 Hass und die Dynamik der Feindseligkeit

Teil 4 Für die Mediation notwendige Fähigkeiten und die KUSALA-
MULA

- 14 Die Kunst des Zuhörens
- 15 Vertrauen bzw. Vertraulichkeit
- 17 Einfühlsam über gefühlsbeladene Themen sprechen

Teil 5 Buddha als Mediator

- 18 Die streitsüchtigen Mönche von Kosambi
- 19 Mediation zwischen den Staaten der Koliya und der Sakiya

Teil 6 Praktische Richtlinien zum Leiten von Mediationsprozessen

20 In die Mediation eintreten

21 Eine neue Gesprächsqualität

22 Die Streitenden kommen zu einem gemeinsamen Gespräch
zusammen

Schlussfolgerungen

Einführung des Autors, seine Danksagung und verschiedene Vorworte

John A. McConnell, Einführung

Ingrid von Heiseler, Vorwort der Übersetzerin

Kurt Südmersen, Vorwort des Herausgebers der deutschen
Buchausgabe

Pracha Hutuanuwatr, Edinburgh, Herbst 1994 : Buddhistisches
Vorwort

Aus dem Quäker-Vorwort von Adam Curle, 1994

John A. McConnell, Danksagung

Glossar der Paliwörter

Deutschsprachige Literatur zum Buddhismus, Auswahl

TEIL 1 AUF DEM WEG ZU EINER BUDDHISTISCHEN PSYCHOLOGIE DES FRIEDENSTIFTENS

Die ersten drei Kapitel dieses Teils umreißen eine buddhistische Psychologie des Konflikts. Im vierten Kapitel stellen wir die praktischen Auswirkungen dieser Psychologie auf das Friedenstiften dar.

1 DIE VIER EDLEN WAHRHEITEN UND DER KONFLIKT

Wenn jemand Frieden stiften möchte, kann ihn das Durcheinander und die Dynamik der Situation, in der er helfen will, sehr entmutigen und erschrecken. Eine allem Anschein nach einfache Meinungsverschiedenheit zwischen ordentlichen Leuten kann Unerwartetes zu Tage fördern: die heftigsten Gefühle, völlig verschiedene Auffassungen von „Wahrheit“, Absichten, die wir den Streitenden nie zugetraut hätten, und erschreckend grausame Handlungen. Konflikte folgen einer anscheinend fehlerhaften Logik, die wenig Raum für die wohlmeinenden Bemühungen der Friedenstifterin lassen. Es geht ihr alles zu schnell: eine Reaktion folgt sofort auf die andere, und Lösungen, die im einen Augenblick möglich erschienen, werden im nächsten schon wieder verworfen.

Friedenstifter müssen wie gute Ärzte eine Diagnose stellen und das Übel an der Wurzel packen, statt an den Symptomen herumzudoktern. Wir müssen die Hintergründe und die innere Logik des Konflikts so genau verstehen, dass wir erkennen, an welchen Punkten das Friedenstiften ansetzen kann.

Buddha formulierte seine Lehre, einfach und umfassend, gleich in seiner ersten Predigt im Tierpark von Benares: Er rief den mittleren Weg des spirituellen Lebens (*majjhima patipada*) aus und verkündigte die vier edlen Wahrheiten (*ariya-sacca*). Noch nach zweitausend Jahren können diese Worte Menschen zu spirituellen Entdeckungen führen. Buddha hielt seine Predigt den fünf Asketen, mit denen er vor seiner Erleuchtung in Askese zusammengelebt hatte. Sie ist im *Samyutta Nikaya* folgendermaßen überliefert:

„Diesen zwei Extremen, o Mönche, darf von einem, der (als Mönch) hinausgezogen ist, nicht gefrönt werden. Welche zwei sind das?

Da ist einmal die Hingabe an die Lust der Sinnesfreuden, niedrig, gemein, weltlich, unedel, nicht zum Ziel führend. Da ist zum anderen die Hingabe an die Selbstpeinigung, leidvoll, unedel, nicht zum Ziel führend. Ohne diesen beiden Extremen, o Mönche, zu folgen, ist ein mittlerer Pfad vom Vollendeten entdeckt worden, der Sehen bewirkt, Wissen bewirkt, zur Beruhigung, zur Einsicht, zur Erleuchtung, zum Erlöschen hinführt. (...)

Dies nun, o Mönche, ist die edle Wahrheit vom Leiden. Geburt ist Leiden, Alter ist Leiden, Krankheit ist Leiden, Sterben ist Leiden, Kummer, Wehklage, Schmerz, Unmut und Unrast sind Leiden; die Vereinigung mit Unliebem ist Leiden; die Trennung von Liebem ist Leiden; was man wünscht, nicht zu erlangen, ist Leiden; kurz gesagt, die fünf Arten des Festhaltens am Sein sind Leiden.

Dies nun, o Mönche, ist die edle Wahrheit von der Leidensentstehung. Es ist dieser 'Durst', der zur Wiedergeburt führt, verbunden mit Vergnügen und Lust ..., nämlich der Liebestrieb, der Selbsterhaltungstrieb, die Sucht nach Reichtum.

Dies nun, o Mönche, ist die edle Wahrheit von der Aufhebung des Leidens. Es ist eben dieses Durstes Aufhebung durch (seine) restlose Vernichtung; (es ist) das Aufgeben (des Durstes), der Verzicht (auf ihn), die Loslösung (von ihm, seine) Beseitigung.

Dies nun, o Mönche, ist die edle Wahrheit von dem zur Aufhebung des Leidens führenden Pfad. Es ist dieser edle achtgliedrige Weg, nämlich: rechte Einsicht (Erkenntnis), rechter Entschluss (Gesinnung), rechte Rede, rechte Tat (Handeln), rechter Wandel (Lebenserwerb, Lebensführung), rechtes Streben (Anstrengung), rechte Wachheit (Achtsamkeit), rechte Versenkung (Vereinheitlichung, Konzentration).“¹

Wenn von einem „mittleren Weg“ die Rede ist, denkt man vielleicht an einen Kompromiss, etwa eine vernünftige Mischung von Genuss und Askese. Aber das ist nicht gemeint, denn Buddhas Lehre ist radikal. Der Lehrsatz vom mittleren Pfad erlaubt uns nicht, weiter an Überzeugungen, Glaubenssätzen und Handlungsweisen festzuhalten, auf die wir uns bisher verlassen haben. Inwiefern? Wir werden direkt mit dem Unglück und dem Mangel an

Befriedigung konfrontiert, vor deren Erkenntnis uns unsere Überzeugungen, Glaubenssätze und Handlungsweisen bisher bewahrt haben.

Die vier edlen Wahrheiten empfehlen weder Glauben noch Unglauben an bestimmte Lehrsätze, sondern sie laden uns dazu ein, unsere Aufgaben experimentierfreudig anzugehen. Buddha lehrte im Wesentlichen Folgendes: Wenn wir unsere Aufmerksamkeit auf unser Unglücksgefühl lenken und beobachten, wie es in uns aufsteigt, gewinnen wir damit die Kraft, den psycho-spirituellen Prozess positiv zu beeinflussen, der unser Unglück immer wieder neu verursacht. Die vier Wahrheiten und der achtteilige Pfad zeigen uns eine Möglichkeit, unsere Selbst-Wahrnehmung zu vertiefen und alle Lebensbereiche in Übereinstimmung mit unserem spirituellen Fortschreiten zu bringen.

Wie können wir das auf Konflikte beziehen? Das Dhamma fordert uns dazu heraus, die gewohnte Art und Weise, in der wir mit Konflikten umgehen, aufzugeben, uns stärker auf Erfahrungen einzulassen und Verschiedenes auszuprobieren, um Frieden zu ermöglichen. In den folgenden Abschnitten werden wir darlegen, wie die vier Wahrheiten auf Konflikte bezogen werden können.

Die Wahrheit vom Leiden. Konflikte gehören zum menschlichen Leben

Konflikte gibt es in allen menschlichen Gesellschaften. Wie bei allem menschlichen Leiden können wir zwei Ebenen unterscheiden. Zuerst einmal gibt es das Leiden, das sich aus der bloßen Tatsache ergibt, dass Menschen unterschiedliche Sichtweisen und Meinungen haben. Dazu kommt als zweites das, was viel größeres Leiden schafft: wie nämlich Menschen mit diesen Unterschieden umgehen. Nicht der Konflikt an sich, sondern wie wir darauf reagieren, bestimmt, ob er konstruktiv oder destruktiv verläuft und was am Ende dabei herauskommt. ***Die erste Wahrheit fordert uns dazu heraus, uns zu fragen: Wie erleben wir den Konflikt? Welche Eigenschaften und Ausmaße besitzt er? Es geht einzig und allein darum, das, was ist, wahrzunehmen, d.h. wir dürfen der Realität nicht ausweichen.***

Die Wahrheit vom Entstehen des Leidens. Welche Wurzeln hat der Konflikt?

Konflikte werden durch verschiedene Ursachen aufrechterhalten. Neben den äußeren Ereignissen gibt es Denk-, Fühl- und Wunschemuster, ohne die die äußeren Ereignisse bedeutungslos wären. Konflikte finden nicht nur **zwischen** Individuen, Volksgruppen und Nationen statt, sondern auch **im Inneren** der Streitenden. Z.B. kann eine Mutter innerlich um die Entscheidung kämpfen, ob sie etwas, das andere verletzt, das aber im Interesse ihres Kindes ist, tun soll oder nicht. Auf der politischen Ebene könnte sich Folgendes ereignen: In der Regierung wird um eine bestimmte Politik gerungen, oder ein Minister möchte einerseits schon Gespräche führen, fürchtet aber andererseits Angriffe aus den eigenen Reihen. Deshalb ist es ebenso notwendig, die innere Dynamik der Konfliktparteien zu ergründen wie ihre Interaktionen miteinander.

Wenn Buddha über Konflikte sprach, geschah das oft mit Hilfe der drei unheilsamen Wurzeln von Handlungen (*akusala-mula*): Gier (*lobha*), Hass (*dosa*) und Verblendung (*moha*). Gier, Hass und Verblendung wirken sowohl im Inneren der Streitenden als auch zwischen ihnen, indem sie sich in der Wahrnehmung und im Verhalten niederschlagen. Wir können die *akusala-mula* dazu benutzen, die Ursprünge und die Entwicklung eines Konflikts zu erforschen und die psychischen Vorgänge zu beobachten, die den Konflikt in der Gegenwart aufrechterhalten.

Ein noch feineres Werkzeug zur Analyse eines Konflikts ist Buddhas Lehre vom bedingten Entstehen - der *paticca-samuppada*. Er ist ein Hilfsmittel zu achtsamer Wahrnehmung. Mit Hilfe des *paticca-samuppada* können wir geistige Veränderungen erkennen. Sie reichen vom ersten Reiz eines körperlichen Ereignisses oder eines geistigen Bildes über verschiedene Stadien der Gefühle und Wünsche bis zu einer Veränderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung (Mehr darüber im folgenden Kapitel.).

Aus der zweiten edlen Wahrheit ergibt sich die Forderung, die psychischen Wurzeln des Konflikts wahrzunehmen. Das ist schwieriger, als es scheint, weil wir Gier, Hass und Verblendung nicht als bloße geistige Phänomene erfahren, sondern immer schon als mit der äußeren Wirklichkeit verquickt, sehr oft mit andern Menschen. In unserer unachtsamen

Alltagsexistenz empfinden wir ein bestimmtes Objekt als begehrenswert, schön, abstoßend usw. Wir unterscheiden nicht zwischen dem Objekt, dem Gefühl des Begehrens, dem Prozess, in dem das Begehren genährt wurde (z.B. Reklame oder Fantasie) und unserm Bild von der Person, die begehrt: von uns selbst. Wenn wir in einen Konflikt verwickelt sind, erscheint uns nach demselben Muster die gehasste Person egoistisch und gemein. Wir unterscheiden nicht zwischen Beobachtungen, Interpretationen, Gefühlen, Wünschen und Selbst-Bild, die alle bei unserer Wahrnehmung der anderen Person zusammenwirken.

Die Wahrheit von der Vernichtung des Leidens. Aus dem Konflikt kann Frieden hervorgehen

Die dritte Wahrheit ist die: Wenn das Anhaften aufhört, kommt auch das Leiden zu einem Ende. Konflikte verschieben sich leicht, denn sie haben viele verschiedene Ursachen und Bestandteile. Sobald sich einer davon verändert, wirkt sich das auf den gesamten Konflikt aus und kann seine Richtung vollständig ändern.

Obwohl die Ursache eines Konflikts in einem Ereignis der Vergangenheit liegt, wird er über längere Zeit nur dadurch aufrechterhalten, dass sich Denk-, Wahrnehmungs- und Gefühlsmuster in der Gegenwart wiederholen und entwickeln. Daraus ergibt sich: Hier und jetzt im Geist der Streitenden muss eine Umwandlung beginnen.

Frieden und Konflikt sind sehr eng miteinander verbundene Prozesse und nicht voneinander getrennte verschiedene Zustände. Den drei *akusala-mula* (Gier, Hass und Verblendung) entsprechen die drei *kusala-mula* (heilsamen Wurzeln des Handelns): Unvoreingenommenheit bzw. Verzicht (*alobha*), Hasslosigkeit (*adosa*) und geistige Klarheit (*amoha*). Ebenso kann der Leidenszyklus (*paticca-samuppada*) zum Zyklus des Aufhörens des Leidens werden. Buddha lehrte, dass der psychische Prozess, der Leiden hervorbringt, restlos in den heilsamen Prozess verwandelt werden kann, der Gesundheit und Erleuchtung bringt.

Aus der dritten edlen Wahrheit ergibt sich die Forderung, Konflikte, so verwirrend und schmerzhaft sie sein mögen, als Gelegenheit zum Friedensschließen bzw. Friedenstagen anzusehen. Wir müssen uns mit den Wurzeln des Konflikts befassen, um damit den Friedensprozess einzuleiten.

Die Wahrheit vom Wege, der zur Vernichtung des Leidens führt. Frieden ist eine Lebensweise

Die vierte Wahrheit besagt, dass wir auf die Befreiung vom Leiden nicht warten müssen. Wir können hier und jetzt eine Lebensweise annehmen, die zunächst zur Verminderung und schließlich zum Erlöschen des Leidens führt. Der achtgliedrige Pfad (*atthangika-magga*) besteht aus den folgenden Gliedern:²

- Rechte Erkenntnis: das Betrachten der vier edlen Wahrheiten
- Rechte Gesinnung: Gedanken ohne Begehren, Böswilligkeit und

Grausamkeit

Zusammen werden die ersten beiden Glieder Weisheit (panna) genannt.

- Rechte Rede: nicht lügen, nicht barsch sprechen, nicht klatschen
- Rechtes Handeln: nicht töten, nicht stehlen, sich nicht sexuell verfehlen
- Rechter Lebenserwerb, rechte Lebensführung: nicht an Arbeiten oder

Aktivitäten teilnehmen, die anderen Lebewesen Leid zufügen (angeln, Militärdienst leisten, Betrug begehen, mit Waffen handeln usw.)

Die Glieder drei bis fünf gehören zur Ethik (sila).

- Rechte Anstrengung: sich darum bemühen, unheilsame Neigungen zu überwinden und heilsame zu befördern
- Rechte Achtsamkeit: Wahrnehmung unserer geistigen und körperlichen Erfahrungen (Wenn wir gehen, dann achten wir auf die Erfahrung des Gehens. Wenn wir unglücklich sind, achten wir auf die damit verbundenen Gefühle und Vorstellungen.)

- Rechte Konzentration: Konzentration, die wir bei der Meditation üben, verbunden mit heilsamen (*kusala*) Bewusstseinszuständen (z.B. Verzicht auf Wünsche, Freundlichkeit und klares Denken)

Die drei letzten Glieder finden sich alle in der Meditation (samadhi).³

Einige Folgerungen für Friedensstifter

Aus den vier edlen Wahrheiten ergeben sich einige wichtige Folgerungen für Friedensstifter.

- Dem Dhamma zufolge ist Frieden im Wesentlichen etwas, das wir **tun** und nicht etwas, worauf wir warten. Sobald der Friedensprozess einmal begonnen hat, ist er genauso real wie der Konflikt. Jakob Böhme hat es etwa so ausgedrückt: Es gebe keinen Weg zum Frieden, sondern Frieden sei der Weg.⁴ Friedenstiften besteht nicht aus der Anwendung einer Reihe von Techniken, sondern hängt direkt von unserer alltäglich geübten Selbst-Wahrnehmung ab.

- Friedenstiften entwickelt sich, ebenso wie auch das Einüben in das Dhamma, Schritt für Schritt. Wie kompliziert der Konflikt auch sein mag, es gibt in der gegenwärtigen Situation immer einen möglichen Schritt in Richtung auf seine Lösung. Danach können wir den nächsten Schritt tun. Auch in den schwierigsten Situationen können wir Schritt für Schritt auf den Frieden zugehen. Wie wir in der Gegenwart denken und handeln, wirkt sich auf die Zukunft aus. Wir legen also den Grund für künftiges Handeln dadurch, dass wir in der Gegenwart etwas wagen.

- Die tiefsten und widerstandsfähigsten Wurzeln eines Konflikts liegen in den Grundhaltungen, Selbst-Bildern und Wertsystemen der Streitenden. Es genügt nicht, wenn Friedensstifter sich auf dem Feld äußerer Entscheidungsmöglichkeiten tummeln. Sie müssen sich auch mit den psychospirituellen Wurzeln des Konflikts befassen.

Die spirituellen Eigenschaften der Mediatorin: Ihre Unvoreingenommenheit, ihre Weisheit, ihr Mitgefühl und ihre Aufmerksamkeit sind reale und sehr praktische Hilfsmittel, wenn es um tiefwurzelnde Konflikte geht. Mitten zwischen Ärger, Bitterkeit und verworrene Anschuldigungen tritt die Mediatorin als Freundin. Sie bringt Freundlichkeit und unerschütterliche Entschlossenheit zum Friedenstiften mit.

Zusammenfassung

Buddha lehrte, dass Leiden durch das Ausreißen der Wurzeln, die es aufrechterhalten, beseitigt werden kann. Um wahren Frieden zu erreichen, müssen Friedensstifter die Wurzeln des Konflikts bloßlegen. Sie müssen Gier, Hass und Verblendung, die sich im gegenwärtigen Konflikt niederschlagen, erkennen und sich damit beschäftigen. Die spirituellen Eigenschaften der Friedensstifterin sind bedeutsame praktische Hilfsmittel für Friedenstiftung.

Der Paticca-samuppada-Zyklus



John A. McConnell

Achtsame Meditation

Mindful Meditation

2 *PATICCA-SAMUPPADA-ZYKLUS UND KONFLIKTENTSTEHUNG*

Die zweite edle Wahrheit besagt, dass Leiden durch Begehren entstehe. In diesem Kapitel wollen wir Buddhas genauere Erklärung der Leidensentstehung entsprechend dem *paticca-samuppada* (dem Satz vom Kausalnexus bzw. vom bedingten Entstehen) darstellen. Danach wollen wir zeigen, wie dieser Lehrsatz die Wirkungsweise der drei Leidenswurzeln Gier, Hass und Verblendung beim Verursachen und Verewigen von Konflikten genauer erklärt.

Westlichen Lesern mag der *paticca-samuppada* zunächst kryptisch und geheimnisvoll erscheinen und den Buddhisten trocken und akademisch. Wenn wir den Lehrsatz jedoch auf unsere Erfahrungen beziehen, finden wir Lebendigkeit und Reichtum darin. Im Gegensatz zum uns geläufigen Denken, das die Existenz durch einzelne Faktoren erklärt, bringt der *paticca-samuppada* komplexe Zusammenhänge ans Licht.

Wir werden z.B. von einem Hemd im Schaufenster eines Schneiders angelockt. Bei oberflächlicher Betrachtung würden wir zwischen unserem Wunsch und dem Gegenstand (dem Hemd) unterscheiden und abwägen, ob es ein guter Kauf wäre oder nicht. Wenn sich unsere Selbst-Wahrnehmung auf den *paticca-samuppada* stützt, erkennen wir den Prozess, in dem der Wunsch entsteht. Wir nehmen wahr, wie das Hemd in den Mittelpunkt unserer Wünsche rückt. Wir bemerken auch die Verbindung zwischen dem Hemd und der Idee, wer wir sein (oder nicht sein) wollen.

Der *paticca-samuppada* spürt den Prozess auf, in dem die spirituelle Unwissenheit das Verständnis und die Gefühle bedingt. Er hilft uns einzusehen, wie uns das wiederum nach Illusionen haschen lässt und wie das Selbst mit jedem Akt des Begehrens neu gestaltet und wiedergeboren wird. Wenn man erkennt, dass die Stadien des Zyklus verschiedenen Techniken zugänglich sind, wird der *paticca-samuppada* zu einem Werkzeug spirituellen Wandels.

Der *Paticca-samuppada*-Zyklus im Ganzen

Im *Samyutta Nikaya* wird die Entdeckung des *Paticca-samuppada*-Zyklus in drei Teilen dargestellt. Im ersten erzählt uns Buddha von seiner Lebensansicht vor der Erleuchtung:

„Bevor ich erleuchtet wurde, Brüder, stiegen folgende Gedanken in mir auf: Wehe, diese Welt ist dem Leiden verfallen. Da wird einer geboren, wird alt, stirbt und fällt und wird wiedergeboren. Und doch weiß niemand, wie er dem Leiden entkommen kann, nicht einmal Alter und Tod. O, wann wird uns offenbart, wie wir dem Leiden entkommen können?“⁵

Der Text entspricht der ersten edlen Wahrheit vom Leiden. Zuerst spricht Buddha vom Gewicht des Leidens. Einerseits bezieht er sich auf den Kreislauf der Wiedergeburten, wo jedes Leben Leiden mit sich bringt. Andererseits spricht er vom gegenwärtigen Leben: über die stille Verzweiflung im täglichen Leben, die sich in der Frage am Schluss des Textes ausspricht: „Wann wird uns offenbart, wie wir dem Leiden entkommen können?“

Auch Konflikte erreichen oft ein Stadium, wo ein Entkommen unmöglich zu sein scheint. **Eine** Grausamkeit oder Beleidigung folgt auf die andere. Da ist so viel Bitterkeit im Spiel, dass es scheint, der Teufelskreis könnte schließlich zur irreparablen Schädigung der Beziehung führen. Es gibt ein Thai-Sprichwort über die Endgültigkeit zerbrochener Freundschaft: „Wenn die Glasschüssel zerbrochen ist, kann man sie nicht mehr flicken.“

Im zweiten Teil sagt uns Buddha, wie sich sein Geist und sein Denken für das Erkennen der Gründe des Leidens öffneten:

„Dann stiegen in mir die folgenden Gedanken auf: Aus welchem Gegenwärtigen entsteht Alter und Tod? Wodurch sind Alter und Tod bedingt? Dann kamen mir Begreifen und Einsicht: Schon in der Geburt sind Alter und Tod enthalten. Alter und Tod sind durch die Geburt bedingt. Was bedingt Geburt? Wenn Werden ist, dann entsteht Geburt, wenn Ergreifen und Haften sind, dann entsteht Werden, wenn Begierde ist, dann entsteht Ergreifen und Haften, wenn Empfindung ist, dann entsteht Begierde, wenn Berührung ist, dann entsteht Empfindung, wenn der Sinnenbereich und das Denken sind, dann entsteht Berührung, wenn Person ist, dann entstehen der

Sinnenbereich und das Denken, wenn Erkennen ist, dann entsteht Person, wenn *sankhara* (zusammensetzen, erfinden) ist, dann entsteht Erkennen, wenn Unwissenheit ist, dann entsteht *sankhara*, *sankhara* ist durch Unwissenheit bedingt.

So ist *sankhara* wahrlich durch Unwissenheit bedingt und das Übrige. Genau so entsteht das gesamte Leiden. Entstehen! Entstehen! Diese Gedanken stiegen in mir auf, die vor der Vision, vor der Erkenntnis, vor der Einsicht, vor dem Licht noch niemals gelehrt worden waren.“⁶

Wir verzweifeln, weil wir die Probleme, die uns bedrücken, für dauerhaft halten. Sie kommen uns vor wie hohe Mauern, die uns für immer einschließen werden, oder wie die zerbrochene Glasschüssel, die nicht geflickt werden kann. Buddhas Ansicht dagegen ist, dass alles vergänglich sei. Das ist die zweite edle Wahrheit. Wir brauchen nicht zu verzweifeln. Wenn Entstehen das Wesen dessen ist, was uns bedrückt, dann sind unsere Schwierigkeiten - nicht nur oberflächlich, sondern in ihrem Kern - auch der Vergänglichkeit unterworfen. Ob es sich nun um rufschädigende Artikel handelt, um aggressive Schlagzeilen oder bittere Gefühle in unserem Herzen: alles ist seinem Wesen nach unbeständig und Veränderungen unterworfen.

Der dritte Teil handelt vom Aufhören des Leidens, der dritten edlen Wahrheit. Zwar zitieren wir den Text hier schon einmal, werden ihn aber erst im 4. Kapitel genauer behandeln.

„Dann kamen mir die folgenden Gedanken: Was muss abwesend sein, damit Alter und Tod nicht entstehen? Vom Aufhören wessen hören Alter und Tod auf? Dann kam mir das Begreifen der Einsicht: Wenn es keine Geburt mehr gibt, dann hören Alter und Tod auf ...

Und so kam mir das Begreifen von Geburt, Werden, Ergreifen oder Haften, Begierde, Empfindung, Berührung, Sinnenbereich und Denken, Person, Erkennen, karmischen Gestaltungen (*sankhara*) und Unwissenheit.

So ist es: Die Aktivitäten hören auf, weil das Unwissen und alles Übrige aufgehört haben. Genauso hört das gesamte Leiden auf.

Aufhören! Aufhören! Diese Gedanken stiegen in mir auf, die vor der Vision, vor der Erkenntnis, vor der Einsicht, vor dem Licht noch niemals gelehrt worden waren.“⁷

Im Licht des *paticca-samuppada* erkennen wir, wie unser Geist Bedeutungen aufbaut. Wenn wir diesen Prozess und wie er zum Leiden führt, erst einmal wahrgenommen haben, gewinnen wir mit der Erkenntnis die Möglichkeit, den Prozess positiv zu beeinflussen. ***Wenn wir erkennen, dass auch Konflikte ihrem Wesen nach prozesshaft sind, er¹ hält „Frieden“ eine neue Bedeutung: Er ist die Umkehrung des Konfliktprozesses. Buddha lehrte: „Das gesamte Leiden“ werde aufhören. Das bedeutet: Die radikale Umkehrung des Kausalnexus, wie er im Paticca-samuppada-Zyklus beschrieben ist, führt zu tiefgreifenden positiven Veränderungen in unserem Leben und in der Welt.***

Der Zeitrahmen des *Paticca-samuppada*-Zyklus

Die Gelehrten sind sich darüber einig, dass die *Paticca-samuppada*-Lehre von großer Bedeutung ist. Uneinig sind sie sich über den Zeitrahmen des Zyklus: einige folgen Buddhaghosa,⁸ der meint, der Zyklus umfasse drei aufeinander folgende Leben. Andere denken, dass alle zwölf Stadien gleichzeitig stattfänden.⁹

Buddhadasa Bhikkhu kritisiert die Drei-Leben-Erklärung. Er schreibt, sie widerspreche dem zentralen buddhistischen Lehrsatz von *anatta* (Nicht-Selbst).

Er besteht darauf, dass der Zyklus sich auf miteinander zusammenhängende Erfahrungen beziehe.¹⁰ Nach dieser Ansicht dauern die Zyklen nur kurz: hunderte oder tausende ereignen sich täglich.

Die meisten Konflikte, mit denen wir in der Mediation zu tun bekommen, entstehen in Tagen, Wochen oder Jahren, nicht in mehreren Lebenszeiten. Deshalb interessieren wir uns hier hauptsächlich für die psychologischen Einsichten, zu denen uns der *paticca-samuppada* verhelfen kann. Aus den Texten ist ersichtlich, dass der Zyklus auf alle Erfahrungen und besonders auf Konflikte anwendbar ist. Auch Buddha selbst stellt die Gründe gewaltsamer Handlungen und Worte in den Begriffen des Zyklus dar.¹¹

Der Autor will die Frage nicht entscheiden. Weder kultureller Hintergrund noch persönliche Erfahrung befähigen ihn dazu, die Lehre von

der Wiedergeburt zu bestätigen oder zu verwerfen. Im Übrigen müssen die beiden Zeitrahmen einander nicht ausschließen. Leiden kann innerhalb weniger Sekunden entstehen und doch durch Ereignisse bedingt sein, die sich vor vielen Lebenszeiten ereignet haben. Z.B. kann die Ursache einer rassistischen Beleidigung sowohl in der Gegenwart als auch in der Vergangenheit liegen. Die Ursache dafür, dass A und B an einer Kreuzung mit ihren Autos zusammenstoßen, liegt in der Gegenwart. Dass aber As Bevölkerungsgruppe der Meinung ist, die Angehörigen von Bs Bevölkerungsgruppe seien Störenfriede, hat ihren Ursprung im hundert oder mehr Jahre zurückliegenden Krieg zwischen den beiden Gruppen.

Dem Geist des Dhamma entspricht es weit eher, den *Paticca-samuppada*-Zyklus praktisch anzuwenden und seine Brauchbarkeit in verschiedenen Zeitrahmen zu erproben, als im Voraus ein Urteil abzugeben.

Wir wollen die zwölf Stadien des *Paticca-samuppada*-Zyklus¹² hier psychologisch interpretieren:

1. Avijja (Unwissenheit)

Buddha erklärt Unwissenheit oft mit Hilfe der vier edlen Wahrheiten:

„Und was ist Unwissenheit? Es ist Unkenntnis vom Übel, seiner Entstehung, seinem Aufhören und vom Weg, der zum Aufhören des Übels führt. Das wird Unwissenheit genannt.“¹³

Unwissenheit wirkt in unserem Leben. Sie beeinflusst alles, was wir erfahren, denken und tun. Sie erscheint in zwei Formen: im Mangel an Selbst-Wahrnehmung und in dem daraus entstehenden Irrtum, die Welt wäre so, wie wir sie erfahren. Unwissenheit ist mangelnde Selbst-Wahrnehmung:

„Die ungebildete Masse, Bruder, kennt die Entstehung des Körpers nicht, sie kennt das Aufhören des Körpers nicht, sie kennt den Weg, der zum Aufhören des Körpers führt, nicht. Sie kennt Empfindung, Wahrnehmung, Geistesregungen nicht, sie kennt weder Bewusstsein noch das Aufhören des Bewusstseins, noch den Weg, der zum

Aufhören des Bewusstseins führt. Dieses, Mönch, nennt man Unwissenheit, und in dieser Hinsicht ist jemand unwissend.“¹⁴

Mangel an Selbst-Wahrnehmung beeinträchtigt die Glaubwürdigkeit unserer Wirklichkeitserkenntnis und damit die Angemessenheit unserer Handlungen. Es ist, als wenn ein Naturwissenschaftler altersschwache Instrumente und unerprobte Methoden für sein Experiment gebrauchte. Oder als wenn ein junger Mann, der im Rausch von Geschwindigkeit und Ruhm, aber ohne die geringsten Kenntnisse von der Steuerung einen Rennwagen führe. Mangel an Selbst-Wahrnehmung bringt uns unweigerlich in ausweglose Situationen.

Dem Mangel an Selbst-Wahrnehmung entspricht auf der anderen Seite der naive Glaube, dass das, was wir erfahren, an und für sich bestände. Die Realität scheint unabhängig von unserer Wahrnehmung „da draußen“ zu bestehen. Ebenso „real“ erscheint uns unser Selbst.

„Die ungebildete Masse, Brüder, die die vier Wahrheiten nicht kennt, betrachtet den Körper als das Selbst, das Selbst als Besitz des Körpers, den Körper als das Selbst, das Selbst als den Körper ... ebenso ist es mit Empfindung, Wahrnehmung und den anderen Bestandteilen. Die Ansicht ist, es kam ihm in den Sinn zu denken: 'Ich bin' ... Durch die Empfindung, die aus der Berührung mit der Unwissenheit geboren wurde, kommt die ungebildete Masse zu der Ansicht: 'Ich bin, ... ich bin dies und das ... Die Dinge werden sein.'“¹⁵

Wir nehmen an, wir wüssten, wer wir sind. Aber wenn wir uns fragen: „Wer bin ich?“, verwirren wir uns. Zuerst erfasst unser Geist die eine Erfahrung - z.B. das körperliche Sein - und dann eine andere - z.B. eine Vorstellung davon, wer wir sein möchten - und keine der Antworten befriedigt uns.

Wenn wir glaubten, dass die Dinge - unser Selbst eingeschlossen - so wären, wie wir sie wahrnehmen, glichen wir dem Wissenschaftler, der glaubt, er hätte durch seine Experimente etwas über die „objektive Realität“ erfahren, während tatsächlich seine Instrumente mangelhaft und seine Methoden miserabel sind. Wir glichen dem unerfahrenen Fahrer des Rennwagens, der wie ein Wahnsinniger fährt und der dann die schlechte

Aschenbahn für seine Beulen verantwortlich macht. Wissenschaftler und Autofahrer sehen die Welt so, wie sie sie sehen, weil sie „unwissend“ sind über ihre eigene Ausstattung und deren Auswirkungen.

Spiritueller Unwissenheit kann man schwer entkommen. Wir sehen durch verzerrende Brillengläser, ohne dass uns bewusst ist, dass wir überhaupt eine Brille aufhaben. In Buddhadasa Bhikkhus Worten heißt das: „Unwissenheit hüllt den Geist ein und schneidet alle Wege ab, ihr zu entkommen.“¹⁶

Avijja bewirkt eine spirituelle Grobheit, mit der wir alles verderben, was wir berühren. Wir nehmen unsere Bewusstseinsprozesse nicht wahr. Stattdessen errichten wir ein Selbst, das sich für den Mittelpunkt der Welt hält. Unwissenheit verzerrt unser Selbst-Welt-Bild, so als blickten wir durch zersprungene Brillengläser. Das unnötige Leiden, das aus dieser Verzerrung erwächst, hält ebenso lange an wie die Unwissenheit.

Damit wir im Gedächtnis behalten, dass das Selbst, Buddhas Lehre entsprechend, immer das Ergebnis eines Denkaktes ist, werden wir es von jetzt an als „Selbst-Bild“, „Selbst-Erfindung“ oder als „aus verschiedenen Teilen zusammengesetztes Selbst“ bezeichnen.

2. Sankhara (etwas zusammensetzen, Erfindungsgabe; karmische Gestaltungen)

Ein schwedischer Psychologe, der sich mit der Pali-Sprache beschäftigt, erklärt das Wort etymologisch:

„*Sankhara* ist eine Verbindung aus *sam* : zusammen und *karoti* : machen. Man kann je nach Zusammenhang die eine oder andere Bedeutung stärker hervorheben: ‘aus verschiedenen Teilen zusammengesetzt’ oder ‘Erfindung’.“¹⁷

Was bewirkt *sankhara* ? Zu Buddhas Zeit unterschied man in seinem Kulturkreis nicht zwischen Objekt und Subjekt oder zwischen Materie und Geist.¹⁸ Die physische Realität wurde als ihrem Wesen nach mit dem Bewusstsein verbunden betrachtet. *Sankhara* schafft in Folge dessen nicht die physische Welt, sondern eine „erlebte“ oder „mit Bedeutung erfüllte

Welt“. Wir können *sankhara* als eine Bedeutung schaffende Aktivität auffassen. *Sankhara* erschafft aus bedeutungsneutralen Erfahrungen eine mit Bedeutung erfüllte Wirklichkeit.

Um Missverständnisse zu vermeiden, unterscheiden wir vier Gebrauchsweisen des Begriffes *sankhara* .

a. Alles Erfundene

Das Wesen alles Zusammengesetzten ist Vergänglichkeit:

„Die Teile und Kräfte alles Existierenden sind vergänglich. Wachstum und Verfall sind ihre wahre Natur.“¹⁹

Außer *nibbana* ist alles *sankhara* , weil es geschaffen oder erfunden ist. Nur *nibbana* wird *visankhara* genannt, d.h. ungeschaffen, nicht zusammengesetzt, nicht erfunden.

b. Das Erfinden

Sankhara kann auch das Erfinden der fünf *khanda* (Aneignungsgruppen: Körper, Empfindungen, Wahrnehmung, Geistesregungen und Bewusstsein) bezeichnen. Buddha fasst alle körperlichen und geistigen Erfahrungen im Begriff *khanda* zusammen. Indem wir unser „Selbst“ erfinden, identifizieren wir uns mit den fünf *khanda*. Die *sankhara-khanda* werden vom Autor mit den Ausdrücken „zusammengesetzte Aktivitäten“ oder „selbstzentrierte geistige Aktivitäten“ wiedergegeben.

„Und warum, Brüder, sagen wir ‘zusammengesetzte Aktivitäten’ (*sankhara-khanda*) ? Weil sie eine Zusammensetzung zusammensetzen. Darum gebrauchen wir diese Bezeichnung. Und welche Zusammensetzung setzen sie zusammen? Sie setzen den Körper zu einer Körper-Zusammensetzung zusammen ... Empfindung zu einer (selbstzentrierten) Empfindungs-Zusammensetzung, Wahrnehmung zu einer (selbstzentrierten) Wahrnehmungs-Zusammensetzung ... Aktivitäten zu einer (selbstzentrierten) Aktivitäten-Zusammensetzung, Bewusstsein zu einer Bewusstseins-Zusammensetzung. Sie setzen eine Zusammensetzung zusammen,

Brüder. Deshalb wird das Wort '(selbstzentrierte) Aktivitäten-Zusammensetzung' gebraucht.²⁰

In dieser Erklärung erscheint *sankhara* als ein Prozess, an dem Körper, Empfindungen, unterscheidendes Bewusstsein, Denken, wahrnehmende Berührung usw. beteiligt sind. Wenn man *sankhara* so betrachtet, enthält es viele Stadien des *Paticca-samuppada*-Zyklus. Außer *jara-marana* (Altern und Sterben) sind alle Stadien daran beteiligt, die *khanda* so zusammenzufügen, dass sie Selbst und Welt erfinden. *Upadana* (Ergreifen oder Haften) im Besonderen ist ein sankharischer Prozess: Wenn wir vom Begehren eines Gegenstandes besessen sind, werden im *upadana*--Stadium Wunsch und Gegenstand ununterscheidbar miteinander verquickt, sodass das, was wir wahrnehmen, im *upadana*-Stadium zum begehrenswerten Gegenstand, zum Objekt der Begierde, wird.

c. Bewusste Absicht oder Wille

Auch in diesem Sinn wird *sankhara* gebraucht, da der Wille bestimmt, wie wir die Wirklichkeit sehen. Die Konzentration auf das, was wir haben, sein oder zerstören möchten (*upadana*), formt den Wahrnehmungsprozess und führt zu Werden (*bhava*) und Geburt (*jati*).

d. Die Schaffens-, Zusammensetzungs- und Erfindungskraft

Im *paticca-samuppada* wird *sankhara* als inhaltloser Prozess des Erfindens gebraucht. Da *sankhara* im Zyklus vor Bewusstsein (*vinnana*), *phassa* und *vedana* rangiert, und da diese sich von *sankhara* unterscheiden, müssen wir uns *sankhara* im *Paticca-samuppada*-Zyklus als „Erfindungskraft“ und nicht als Erfindungsprozess vorstellen.²¹ In dieser Bedeutung rangiert *sankhara* vor *phassa* .

Im *Samyutta Nikaya* finden wir eine Definition von *sankhara* als Teil des *Paticca-samuppada*-Zyklus, die die Vieldeutigkeit des Begriffs feststellt, es aber späteren Zyklus-Stadien überlässt, eine weitere Erfindungsaktivität zu erklären:

„Welche Aktivitäten gibt es? Die folgenden drei: Tat, Rede und Denken. Diese sind Aktivitäten.“²²

Im Gegensatz dazu bezeichnet „Erfindung“ alle Aktivitäten des *sankhara* bis hin zur Erschaffung der Bilder vom Selbst und von der Welt.

Die dem *Paticca-samuppada*-Zyklus zugrunde liegende Erkenntnis ist, dass die Dinge nicht das sind, was sie zu sein scheinen. Sie sind durchaus keine Dinge an sich außerhalb von uns, sondern sie sind das Ergebnis von Prozessen, in denen von den Sinnen und vom Geist gesammelte Daten zu Gegenständen zusammengesetzt werden, die uns dann real erscheinen. Wie wir sahen, hat Unwissenheit drei Aspekte: sie ist selbstzentriert; sie bezieht die Gegenstände auf sich, sieht sie aber fälschlich als real und von sich selbst unabhängig; sie macht die Selbst-Wahrnehmung unmöglich, mit deren Hilfe sie aufgehoben werden könnte. Auch in der Wirkungsweise des *sankhara* tauchen diese drei Aspekte auf: wir postulieren die Existenz unseres „Selbst“, ohne sein wahres Wesen zu erkennen.

Durch *sankhara* werden an sich neutrale Erfahrungen im Sinne des Selbst-Bildes gedeutet. Unter dem Einfluss der Unwissenheit ist das Selbst-Bild ebenso wie alle anderen von *sankhara* erfundenen Objekte nur Illusion. Deshalb werden Objekte der Begierde fälschlich als real und als unabhängig von unserem Bewusstsein erlebt. Wenn wir an der Realität von Selbst und Dingen festhalten, wird Meditation unmöglich.²³

Solange wir die Wirkung von *sankhara* nicht beachten, bleiben wir in seinem Leid schaffenden Kreislauf befangen. Buddhadasa Bhikkhu drückt das so aus:

„Beim Erfinden gibt es keine Ruhe, es setzt sich unaufhörlich fort und führt zur ‘Wiedergeburt’. An dem Erfinden ist die geistige Verderbtheit (*kilesa*) schuld (Sie ist identisch mit den unheilsamen Wurzeln des Handelns: Gier, Hass und Verblendung). Die Verderbtheit ist die Erfinderin. Sie ist schuld an den Erfindungen des Geistes, sie veranlasst ihn zum Ergreifen und Haften an einem Gegenstand nach dem andern, ohne Ende und ohne Einhalten.“²⁴

Avijja und *sankhara* liegen der Dynamik des Prozesses zugrunde, in dem der Geist sich eine für ihn bedeutungsvolle Welt erschafft.²⁵ Wir können beide nicht an sich ausmachen, sondern wir können nur ihr Wirken in den

Auffassungen, im Reden und im Handeln erkennen, d.h. erst dann, wenn *phassa* (Berührung) stattgefunden hat. Die nächsten drei Stadien des *Paticca-samuppada*-Zyklus sind *vinnana* (Erkennen), *nama-rupa* (Person) und *salayatana* (Sinnenbereich).

3. *Vinnana* (Erkennen; unterscheidendes Bewusstsein)

Vinnana wird auch mit „unterscheidendes Wissen“ oder „unterscheidendes Bewusstsein“ übersetzt. Im *vinnana* werden einzelne Objekte aus dem Erfahrungsstrom isoliert, wie wenn wir eine Kamera auf einen Gegenstand ausrichten. Solange wir der Unwissenheit unterworfen sind, konzentrieren wir unsere Aufmerksamkeit ausschließlich auf Dinge, die für das Selbst-Bild, das wir uns in früheren Durchgängen des *Paticca-samuppada*-Zyklus geschaffen haben, bedeutsam sind. *Vinnana* besteht aus *sanna* (Wahrnehmung), *vedana* (Empfindung) und *dhamma* (geistigen Prozessen). *Vinnana* bleibt so lange virtuell, bis Berührung stattfindet, d.h. bis das Objekt wahrgenommen wird.

4. *Nama-rupa* (Geist-Körper)

Wörtlich bedeutet *nama-rupa* „Name-Form“. Der Begriff bezeichnet die Entwicklung geistiger und körperlicher Anlagen und Fähigkeiten. *Nama-rupa* ist, von früheren Durchgängen des *Paticca-samuppada*-Zyklus beeinflusst, bereit, sich auf die Welt einzulassen und wird erst im Augenblick der Berührung aktiviert. Es enthält u.a. die Unterkategorien Wille und Aufmerksamkeit.

5. *Salayatana* (Sinnenbereich)

Die sechs Grundlagen von geistiger Aktivität sind die fünf Sinne und der Geist, da auch er Bewusstseinsinhalte liefert. Wenn unser Geist bestimmte Dinge wahrgenommen hat, erkunden unsere Sinne die damit verbundenen Eindrücke.

Vinnana, *nama-rupa* und *salayatana* stehen für neue Erfahrungen zur Verfügung, aber auch sie können, wie *avijja* (Unwissenheit), erst in der späteren *phassa* -Phase (Berührung) beobachtet werden. Aus praktischen Gründen kann man sie auch als gleichzeitig auffassen. In aufeinander

folgenden Zyklen sammeln sich in den drei Phasen Veränderungen aus früheren Erfahrungen. Nehmen wir das Beispiel von drei Freunden, die eine benachbarte Provinz besuchen. Der eine ist Automechaniker, der andere Bauer und der dritte Psychologe. Die drei Freunde gehen spazieren und sehen sich um. Sie sehen, hören und riechen ungefähr dasselbe, aber sie bemerken Verschiedenes. Das *vinnana* des Bauern sieht Felder, Bewässerungskanäle und Nutztiere, der Mechaniker sieht Lastwagen und andere Autos, und der Psychologe bemerkt, wie seine beiden Freunde miteinander umgehen.

Der Bauer beurteilt die Fruchtbarkeit der Felder, wobei ihn seine lange Berufserfahrung leitet (*nama-rupa*). Die Sinne des Bauern sind auf Fruchtbarkeitsmerkmale gerichtet: Seine Augen suchen die hellgrünen Streifen der jungen Reispflanzen, die durch die Wasseroberfläche brechen, und richten sich auf Dichte der Pflanzen und Gleichmäßigkeit der Farbe (*salayatana*). Alle diese Merkmale zeigen die zu erwartende Ergiebigkeit der Ernte und die Fruchtbarkeit des Feldes an. Beides erkennt der Bauer sofort (*vinnana*).

Entsprechend horcht der Mechaniker auf die Motorgeräusche eines vorbeifahrenden Lastwagens (*salayatana*), und er bemerkt das Klicken verbrauchter Ventile (*vinnana*). Der Psychologe wendet Begriffe aus seiner Forschungsarbeit auf die Situation an (*nama-rupa*), wenn er auf die Modulation der Stimmen während des Gesprächs achtet (*salayatana*). Er bemerkt, wie seinen Freunden das Gespräch unangenehm wird, als sie auf einen alten Streitpunkt zu sprechen kommen (*vinnana*).

Obwohl die drei Männer direkt nebeneinander stehen, unterscheiden sich ihre Erfahrungen wesentlich voneinander: Die Verschiedenheit ihrer *Nama-rupa*, *salayatana* und *vinnana* bedingen die Verschiedenheit ihrer Berührung mit den Gegenständen.

6. Phassa (Berührung)

Phassa ist die Berührung zwischen dem Geist und einem entstehenden Objekt. Die Berührung kann sinnlich oder geistig sein (z.B. Berührung mit einem Bild, an das man sich erinnert) oder eine Mischung aus beidem. *Avijja*

(Unwissenheit) bewirkt, dass das Objekt naiverweise als vom Betrachter unabhängiger Gegenstand wahrgenommen wird. Das Ergebnis davon wird im *Samyutta Nikaya* beschrieben:

„Aufgrund zweier Dinge, Brüder, entsteht Erkennen ... /Aufgrund der Augen und der Gegenstände entsteht Erkennen. Das Auge ist unbeständig, wechselhaft, sein Wesen ist ‘anders werden’ .../ Das Zusammenstoßen, Zusammenfallen, das Zusammentreffen der drei Dinge heißt Augen-Kontakt. Augen-Kontakt ist unbeständig, wechselhaft, sein Wesen ist ‘anders werden’ .../ Wenn man berührt wird, Brüder, empfindet man. Wenn man berührt wird, wird man gewahr. Wenn man berührt wird, bemerkt man. Auch diese Zustände sind vergänglich, unbeständig, wechselhaft, ihr Wesen ist ‘anders werden’ .../ Aufgrund des Geistes und der Geisteszustände entsteht Geist-Erkennen. Der Geist ist unbeständig, wechselhaft, sein Wesen ist ‘anders werden’ .../ Ebenso ist es mit den Geisteszuständen. Beides ist beweglich und vergänglich, unbeständig und wechselhaft.“²⁶

7. Vedana (Empfindung)

Vedana ist die Empfindung, die gleich nach der Berührung entsteht. Wegen unserer fehlenden Selbst-Wahrnehmung verbinden sich die Empfindungen schnell mit unserem Selbst-Bild und werden zu umfassenderen, selbstzentrierten Emotionen:

„Wenn man Freude empfindet, aber das Wesen der Empfindung nicht kennt,/ Sondern der Gier unterworfen ist, wird man keine Rettung finden./Wenn man Schmerz empfindet, aber das Wesen der Empfindung nicht kennt,/ Sondern der Gier unterworfen ist, wird man keine Rettung finden./ Und auch neutrale Gefühle, / Die der Herr der Weisheit als friedlich bezeichnete / Wenn man ihnen fest verbunden anhaftet,/ Werden sie einen nicht vom Rad des Übels befreien.“²⁷

Empfindungen von Anziehung und Abstoßung sollen uns eigentlich in die Lage versetzen, das Schädliche vom Wohltuenden zu unterscheiden. Ohne Selbst-Erkenntnis aber verbindet unser Geist die Empfindungen mit den Gegenständen. Dadurch werden Vorlieben und Abneigungen oberflächlich, sodass wir von Dingen angezogen werden, die uns auf die Dauer schaden (z.B. Alkohol), und anderes uns abstößt, das gut für uns wäre (z.B. etwas Neues lernen). Buddhadasa Bhikkhu sagt:

„Unwissenheit lässt Menschen Leiden als Vergnügen erscheinen, sodass sie in einem Meer des Leidens im Kreis schwimmen.“²⁸

8. *Tanha* (Begierde)

Empfindungen hinterlassen Spuren, und Ergreifen und Haften beginnen. *Tanha* wird auch Durst, Hunger oder blindes Begehren genannt. Es ist die ruhelose Sehnsucht, die die Suche nach etwas, das sie stillen könnte, in Gang setzt. Der folgende Text soll das verdeutlichen:

Ich gehe hungrig in ein Restaurant. Ich habe mir einen Tisch am Fenster ausgesucht, damit ich die Speisekarte besser lesen kann. Während ich sie durchsehe, empfinde ich gleichzeitig freudige Erwartung und heftigen Hunger. Beim Lesen der Namen der Gerichte steigen Bilder in mir auf, die mit ihrem Geschmack und der Gesellschaft zu tun haben, in der ich diese Gerichte früher gegessen habe. Während ich in der Speisekarte blättere, nehme ich sowohl meinen Hunger wahr als auch die Bilder, die mein Geist ans Licht bringt.

Das ist Begierde. Unbehagen und Unbefriedigtsein, die ruhelose Suche nach etwas, das unser Bedürfnis befriedigen könnte, kennzeichnen Begierde. In den Pali-Schriften bedeutet Begierde

„selten das Ingangsetzen einer Handlung, sondern das Gefühl von Interesse und Abhängigkeit.“²⁹

In einem *Samyutta Nikaya* -Text wird *tanha* mit einem Haus verglichen, auf das Sonnenstrahlen fallen. Wenn das Licht zum Ostfenster hereinfällt, beleuchtet es die Westwand. Wenn dort keine Wand steht, fällt es auf den Fußboden. Wenn aber weder Wand noch Boden noch irgendetwas anderes da ist, worauf das Licht fallen könnte, geht es spurlos vorüber.

„Ebenso, Brüder, wo es weder sinnliche Begierde noch Entzücken noch Begehren nach Nahrung dafür gibt, wo das Bewusstsein nicht vorhanden oder vergeblich ist, dort wird es in Zukunft kein neues Werden, keine Wiedergeburt und kein Altern und Sterben mehr geben mit all ihrem Kummer, ihrer Betrübnis und Verzweiflung.“³⁰

Begierde ist die Ruhelosigkeit, aus der sich das Ergreifen und Haften entwickeln, aber sie ist noch nicht auf ein bestimmtes Objekt fixiert. Noch gehen uns verschiedene Bilder von Objekten, die uns befriedigen könnten, durch den Kopf. Aus dieser Ungerichtetheit entspringt Leiden. Unsere *tanha*-Erfahrung führt zwar zu Unbehagen, aber wir können gleichzeitig achtsam sein. Dies ist wichtig für die Einleitung von Veränderungen.

In den Texten werden drei Arten von Begierden genannt, deren Kenntnis zum Verstehen von Konflikten beitragen kann. Es gibt

„drei Richtungen der Begierde, nämlich sinnliche Begierde, Daseins-Begierde und Begierde nach (Selbst-)Vernichtung.“³¹

Jede der drei Begierden bringt eine der drei Wurzeln des Unheilsamen (*akusala-mula*)³² hervor: sinnliche Begierde bringt Gier (*lobha*), Daseins-Begierde bringt Verblendung (*moha*) und Vernichtungs-Begierde bringt Hass (*dosa*) hervor.

9. Upadana (Ergreifen und Haften)

Wenn sich das Selbst mit einem Objekt verbindet, geht die ruhelose Begierde in Begehren über, das sich auf ein Objekt richtet. Das Objekt der Begierde spiegelt die Art von *tanha*, die sich entwickelt. Wenn wir z.B. im Zustand von *kama-tanha* (sinnlicher Begierde) sind, wählen wir uns ein Objekt, das uns

das Vergnügen verspricht, nach dem wir verlangen. In *upadana* konzentriert sich der Geist auf ein einziges Objekt und verliebt sich sterblich darein. Im *Majjhima Nikaya* lesen wir:

„Weil er ergetzt ist, sich anschließt, verlocken lässt, das Labsal beharrlich erspäht, schichten sich ihm die fünf Stücke des Anhangens weiterhin auf.“³³

In Buddhas Mediation zwischen den Mönchen von Kosambi findet sich hierfür ein interessantes Beispiel. Buddha bemerkt, dass sich die Mönche im *upadana* befinden und schließt daraus, dass sie in diesem Stadium nur schwer zu überzeugen sind.

„Da dachte der Herr: ‘Diese närrischen Männer sind ja wie verrückt; es ist nicht leicht, sie zu überzeugen.’ Er erhob sich von seinem Sitz und brach auf.“³⁴

Ein Politiker, der die Macht anstrebt, verbindet Machtgier mit seinem Selbst-Bild. Er träumt von der Begeisterung der Menge, die ihn feiern wird, dem Lob der Presse, der hohen Stellung und dem vielen Geld. Auch in Konflikten sind die betreffenden Objekte sankharisch zusammengesetzt und mit den Selbst-Bildern verbunden. Deshalb kämpfen Menschen darum.

In diesem Stadium ist Achtsamkeit schwer zu erreichen, weil der Geist sowohl mit dem Objekt von *upadana* beschäftigt ist als auch damit, Wahrnehmungen und Empfindungen zu unterdrücken, die mit dem Begehren unvereinbar sind.

10. Bhava (Sein, Haben, Werden, Bekommen)

Bhava bezeichnet den Prozess, in dem sich das Begehren auf die Veränderung des Selbst-Bildes richtet. Meine Identität verändert sich je nachdem, wie ich mich sehe. Möglichkeiten, mit denen ich bisher in meiner Fantasie nur gespielt habe, werden in meiner Vorstellung „Wirklichkeit“. Unter dem Einfluss der Unwissenheit ist diese „Wirklichkeit“ allerdings eine

Illusion. Im *Anguttara Nikaya* wird die Metapher vom keimenden Samen gebraucht:

„‘Wenn es keine Welten sinnlicher Begierde gäbe und kein Handeln, durch die sie reifen könnte, würde es dann sinnliches Werden geben, Ananda?’ ‘Sicherlich nicht, Herr.’ ‘Also ist Handeln das Feld, Erkennen der Samen, Begehren die Feuchtigkeit. Für Wesen, die durch Unwissenheit behindert und durch Begehren gefesselt sind, wird das Erkennen in niedrigeren Welten (Zwischenwelten, besseren Welten) angesiedelt. In Zukunft gibt es eine Wiedergeburt.’“³⁵

Im *upadana* ist der Geist auf ein Objekt fixiert. Im *bhava* ist er auf das Erreichen eines begehrten Status ausgerichtet, mit dem sich der Geist identifiziert. Wenn das Werden einen Menschen freudig erregt, nimmt er das Leiden nicht wahr.³⁶

11. *Jati* (Geburt)

Im *Samyutta Nikaya* wird *jati* folgendermaßen beschrieben:

„Und was, Brüder, ist Geburt? Das Was dieses oder jenes Wesens in dieser oder jener Gruppe ist Geburt, beständige Geburt, Herkunft, Reproduktion, das Erscheinen zusammengesetzter Faktoren, Erwerben der Sinnessphäre. Das nennt man Geburt.“³⁷

Der Text könnte sich ausschließlich auf Wiedergeburt beziehen. Aber der Ausdruck „beständige Geburt“ legt den Gedanken an plötzlichere und häufigere Veränderung nahe.

Im *Majjhima Nikaya* gibt es einen Text, in dem *jati* auf Dinge bezogen wird, die nicht körperlich geboren werden können. Bezeichnenderweise sind sie alle Objekte der Anhaftung. Nur die Verbindung zwischen Selbst-Bild und Objekt, durch *sankhara* hergestellt und in *upadana* verfälscht, bewirkt, dass „Gold und Silber“ (so der Text) der Geburt unterworfen sind. Buddha spricht von der „Geburt“ der Objekte der Anhaftung, weil er sich auf ihre Verbindung

mit der Ich-Geburt bezieht. In diesem Abschnitt scheint Buddha *jati* als psychische Veränderung zu verstehen:

„Was ist aber, ihr Mönche, das unedle Ziel? Da sucht einer, selber der Geburt unterworfen, was auch der Geburt unterworfen ist; selber dem Altern unterworfen, sucht er, was auch dem Altern unterworfen ist; selber der Krankheit unterworfen, sucht er, was auch der Krankheit unterworfen ist ... Sterben ...Schmerz ...Schmutz ... Was aber, ihr Mönche, nennet ihr der Geburt unterworfen? Weib und Kind ... Knecht und Magd ...Elefant und Rind, Hengst und Stute ... Gold und Silber ist der Geburt unterworfen. ... und da sucht man verlockt, geblendet, hingerissen, selber der Geburt unterworfen, was auch der Geburt unterworfen ist.“³⁸

Jati geschieht, wenn sich der Geist, von der Unwissenheit beeinflusst, das begehrte Objekt in Beziehung zum Selbst und das Selbst in Beziehung zum begehrten Objekt vorstellt. Dieses vorgestellte Selbst wird zur neuen Illusion, die erfüllt oder verteidigt werden muss. Es wird zum neuen Beziehungspunkt, von dem aus *sankhara* die Welt wieder neu zusammensetzt. Buddhadasa Bhikkhu interpretiert *jati* psychologisch:

„ ... das Wort *jati*, geboren werden, muss sich auf Geburt im Augenblick einer Drehung des Zyklus des bedingten Entstehens (*Paticca-samuppada*-Zyklus) im täglichen Leben normaler Menschen beziehen, und zwar dann, wenn es keine Achtsamkeit gibt, wohl aber Sinnen-Berührung ... Man kann es leicht erkennen: Wenn Gier, Ärger (Hass) oder Verblendung aufkommen, ist das Selbst schon in einem 'Leben' wiedergeboren.“³⁹

Er fasst die Rollen, die *jati* im *Paticca-samuppada*-Zyklus spielt, zusammen und bezieht sie auf Erfahrung:

„Wenn die Kraft der Berührung Empfindungen bewirkt, dann entsteht sofort Verderbtheit (*kilesa*). Begierde und Anhaften bewirken Werden

und Geburt: die Geburt der Idee vom „Selbst“, von „ich“ und „mein“, die nach Leiden in der Form von Schwierigkeiten schmeckt, die von den fünf Gruppen der Aneignung (*pancupadana-khanda*) herrühren.“⁴⁰

Jati des Ego beeinträchtigt unsere Menschlichkeit. Selbstzentriertheit verkehrt die grundlegenden spirituellen Eigenschaften: Weisheit, Wahrnehmung, Mitgefühl, Großzügigkeit, Geduld usw. und verdunkelt die Möglichkeiten selbstlosen Verstehens und Handelns im Hier und Jetzt. Während wir versuchen, unser Selbst-Bild zu verwirklichen, verlieren wir die Verbindung zur Lebensfülle. Von Frieden und Freude des *nibbana* sind wir dann weltenweit entfernt.

12. Jara-marana (Altern und Sterben)

Nach der Drei-Leben-Interpretation des *Paticca-samuppada*-Zyklus bedeutet *jara-marana* den Tod des Organismus. Im *Majjhima Nikaya* heißt es:

„Das Hinfallen, Hinschwinden, Abbrechen, Verschwinden, der Tod und das Sterben, das Werk der Zeit, das Abbrechen der Gruppen der Aneignung, das Hinlegen des Körpers - dies alles, euer Ehrwürden, wird Sterben genannt.

Der Weg, der zum Anhalten von Altern und Sterben führt, ist der achtgliedrige Pfad.“⁴¹

Bis auf das Letzte passt alles ebenso gut zur Hier-und-Jetzt-Interpretation. Auch das „Hinlegen“ könnte „sich nicht mehr mit dem Ich oder Mein identifizieren“ bedeuten.

Wenn man den *Paticca-samuppada*-Zyklus psychologisch interpretiert, bedeutet *jara-marana* das Zerfallen des erfundenen Selbst. Unser Selbst-Bild ergibt sich aus ständig wiederholten geistigen Anhaftungen. Wir haben so viel in unser Selbst-Bild investiert, dass sein Zerfall einen großen Verlust bedeutet. Der Zusammenbruch unseres Traumes von uns selbst ist sehr viel schmerzhafter als ein körperlicher Zusammenbruch. Im *Digha Nikaya* wird der Tod als Grenze zwischen Existenzformen dargestellt:

„Wer die reine Deva-Vision schaut, sieht, wie die Wesen aus einer Existenzform dahinschwinden und in einer andren Gestalt annehmen; er erkennt, was gemein und was edel, was schön und was unglücklich ist ... es schwindet dahin, wie es das verdient hat.“⁴²

Das Selbst-Bild unterliegt dem Verfall. Es wird von Ereignissen, die seinen Annahmen widersprechen, erschüttert oder gar zerschlagen. Plötzlich wird es als hohl und bedeutungslos empfunden. Selbst- und Welt-Bilder steigen viele Male in einem unachtsam geführten Leben auf und zerfallen wieder. Wenn sich das katastrophenartig vollzieht, nennen wir es „Nervenzusammenbruch“, aber meist empfinden wir das Zerfallen des Selbst-Bildes als Gefühl von Vergeblichkeit und Bedeutungslosigkeit.

Jara-marana wird als Gefühl von Vergeblichkeit und als Leid empfunden. Während der *upadana*- und *bhava*-Phasen werden Zweifel und Leiden durch die Besessenheit von äußeren Gegenständen unterdrückt. Im *jara-marana* tauchen sie als Gefühl der Vergeblichkeit und hoffnungslose Verzweiflung wieder auf. Buddha sprach gewöhnlich dann von *jara-marana*, wenn er das ganze Ausmaß des Leidens (*dukkha*) ausdrücken wollte.

Wenn Unwissenheit und der Glaube an das Selbst zusammenwirken, beginnt der Zyklus sich neu zu drehen, und unser Geist ersinnt neue Bedeutungen des alten Themas, das das Selbst ist.

Zusammenfassung

Im *Paticca-samuppada*-Zyklus begegnen wir Buddhas Lehre vom Entstehen des Leidens und des Konflikts. Er ist eine große Hilfe zu achtsamer Selbst-Wahrnehmung, denn er befähigt uns dazu, uns auf die kleinsten Veränderungen in unserer Erfahrung zu konzentrieren. Wir werden später noch sehen, wie diese Fähigkeit uns beim Umwandeln von Konflikten helfen kann.

Der *Paticca-samuppada* ist ein sehr feines Instrument, um die augenblicklichen Erfahrungen während eines Konflikts zu analysieren. Zum Erfassen seiner groben Dynamik dagegen ist er ungeeignet. Im nächsten Kapitel werden wir zeigen, wie die *akusala-mula* (drei Wurzeln des Unheilsamen: Gier, Hass und Verblendung) zum besseren Verständnis der

Psychologie des Konflikts gebraucht werden können. Teile des *Paticca-samuppada*-Zyklus dienen zur Präzisierung der *akusala-mula* .

3 AKUSALA-MULA UND KONFLIKT

Der *Paticca-samuppada*-Zyklus ist wie ein feiner Pinsel, mit dem man die kleinsten Details malen kann. In den *akusala-mula* haben wir ein groberes Werkzeug, das besser zum Abbilden fließender Handlungsabläufe geeignet ist. Der *Paticca-samuppada*-Zyklus ist mit kleinen Rädchen zu vergleichen, deren häufige Umdrehungen das große Rad der *akusala-mula* antreiben. Die *akusala-mula* beliefern den Geist mit Mustern von Begreifen, Fühlen und Handeln, nach denen dann die vielen Umdrehungen der *Paticca-samuppada*-Zyklen ablaufen. Wir werden zuerst die *akusala-mula* insgesamt behandeln. Im Folgenden werden wir Teile des *Paticca-samuppada*-Zyklus benutzen, um die Wirkung der *akusala-mula* in Konfliktsituationen darzustellen. Nachdem wir den Einfluss der drei Wurzeln (Gier, Hass und Verblendung) einzeln betrachtet haben, wollen wir zeigen, wie sie zusammenwirken, um den Konflikt zu verschärfen.

Die *akusala-mula*

Buddha lehrt, dass sowohl geistige als auch körperliche Ereignisse durch etwas bedingt sind, das vorher geschehen ist. Um z.B. eine aggressive Handlung zu verstehen, müssen wir auf vorangegangene geistige und körperliche Ereignisse zurückgehen, die den Geisteszustand geschaffen haben, aus dem heraus die aggressive Handlung begangen wird. Buddha stellt oft *lobha* (Gier), *dosa* (Hass) und *moha* (Verblendung) als die *akusala-mula* (Wurzeln des Unheilsamen) heraus. Aus diesen Wurzeln erwächst schlechtes Handeln.

Die *akusala-mula* insgesamt haben zwei Aspekte:

1. Wenn wir den Wurzeln des Unheilsamen nachgeben, werden sie zu einem Teil unseres Selbst. Buddha zeigt das mit der Bambus-Metapher: Das Mark des Bambus (es entspricht der inneren Erfahrung) wird zum Holz (es entspricht der erlebten Wirklichkeit).

„Bei einer anderen Gelegenheit besuchte König Pasenadi von Kosala den Erhabenen und fragte ihn: ‘Wie viele innere Erfahrungen, Ehrwürdiger, macht ein Menschen, um sein Verhängnis, sein Leiden, sein Unglück zu bewirken?’

‘Er macht drei Erfahrungen, König, ... Gier, Hass, Verblendung. ...

Wie der Bambus zu seiner eigenen Frucht wird,

So leidet ein Mensch, der ein böses Herz hat.

Durch Gier und Hass und Verblendung leidet er Schmerzen,

Denn sie entstehen nur aus ihm selbst.’⁴³

2. Die *akusala-mula* bewirken Ungeschick:

„Gier, *Vaccha*, bewirkt Ungeschick, Abwesenheit von Gier bewirkt Geschick. Widerwille, *Vaccha*, bewirkt Ungeschick, Abwesenheit von Widerwillen bewirkt Geschick. Verworrenheit ... bewirkt Ungeschick, Abwesenheit von Verworrenheit bewirkt Geschick.’⁴⁴

Die *akusala-mula* bewirken ein „Ungeschick“, das mit Unaufmerksamkeit beim Autofahren zu vergleichen ist. Ebenso wie schlechte Gewohnheiten, die wir beim Autofahren annehmen, schließlich zu unserem Fahrstil werden, so formen die *akusala-mula* unsere Lebensweise. Daraus ergibt sich, dass wir mit Aufmerksamkeit und Geschick unsere Lebensweise verbessern können.

Unter den Rubriken der einzelnen *akusala-mula* benutzen wir Teile des *Paticca-samuppada*-Zyklus zur Präzisierung. Wir schaffen damit ein analytisches Instrumentarium, das in der buddhistischen Psychologie wurzelt und leicht auf Konflikt-Situationen anzuwenden ist.⁴⁵

Lobha (Gier)

Vor Kurzem sagte eines unserer Kinder ganz beunruhigt: „Ich möchte so gerne etwas - aber ich weiß nicht, was.“ Das Kind hat damit das Wesen der Gier ausgedrückt. Gierig sind wir, wenn wir mehr haben wollen, als wir brauchen; wir wollen haben, um zu haben. Im Lichte des *Paticca-samuppada*-Zyklus erkennen wir den Grund dafür. Unwissenheit bewirkt, dass wir uns die

Wahrnehmung durch unser Selbst-Bild verstellen. Wenn wir uns selbst nicht wahrnehmen, erfinden wir Objekte. Sie erscheinen uns dann als an und für sich begehrenswert, gut usw., sie werden zu anziehenden (oder auch zu abstoßenden) Objekten. Wir haben unachtsam den Prozess übersehen, in dem wir das Objekt zu dem gemacht haben, als das es uns anschließend erscheint. Wenn wir aufmerksam gewesen wären, hätten wir bemerkt, wie die verschiedenen Zyklen des *Paticca-samuppada* die Bedeutung des Gegenstandes für uns geschaffen haben und wie dieser Gegenstand mit unserem Selbst-Bild verbunden ist. Wem gleicht die Sache? Sie gleicht einem unachtsamen Mann mit einem vom Rost zerfressenen Eimer. Er bemüht sich angestrengt, den Eimer mit Wasser zu füllen, ohne zu bemerken, weshalb das nicht gelingt. Er ist so in seine Arbeit vertieft, dass er das Loch im Eimer nicht sieht.

Gier ist ihrem Wesen nach der Versuch, durch den Erwerb von Dingen das Selbst-Bild zu verwirklichen. Der Irrtum besteht darin, dass wir das Selbst-Bild zwar verändern, nicht aber verwirklichen können. Der blinde Drang, unser Selbst-Bild zu verwirklichen, ist folgendermaßen zu erklären: Viele Objekte unserer Begierde haben symbolischen Wert. Ihr Besitz würde zeigen, dass wir erfolgreich sind und dass unser Selbst-Bild zutrifft. Wir wollen eine Sache besitzen, weil unser Selbst im Zentrum unseres Denkens steht. Wenn „ich“ bekomme, was „ich“ will, fühle „ich mich“ erfolgreich und stark, wenn nicht, fühle „ich mich“ als Versager und Schwächling. Ein Kind will oft nur deshalb ein bestimmtes Spielzeug haben, weil ein anderes es auch gerade haben will. Dasselbe Phänomen tritt in Status- und Gebietskämpfen auf.

Man fürchtet, das gewünschte Objekt nicht zu bekommen. In Konflikten verstärkt sich diese Furcht. „Ich“ fürchte, dass die andere Seite das bekommt, was „ich“ so gerne haben möchte, oder dass sie „mir“ das wegnimmt, was „ich“ als mein Eigentum betrachte. Diese Furcht bewirkt, dass wir uns noch gieriger an das Objekt klammern, sodass unser Begehren heftig und verzweifelt wird. Dadurch erscheinen die Streitenden einander immer egoistischer und gefährlicher.

Die Wirkungen der Gier werden im *Digha Nikaya* dargestellt. Anhaften und Konflikt sind eng miteinander verbunden:

„So entsteht, Ananda, Begehren aus Empfinden (*vedana*), Streben aus Begehren, Gewinn aus Streben, Entscheidung aus Gewinn, Wunsch und Leidenschaft aus Entscheidung, Beharrlichkeit aus Wunsch und Leidenschaft, Besitz aus Beharrlichkeit, Geiz aus Besitz, Verwahrung und Bewachung aus Geiz und viele schlechte und böse Handlungsweisen aus Verwahrung und Bewachung des Besitzes: Schläge und Wunden, Streit, Widerspruch und Vergeltung, Zank, Verleumdung und Lügen.... Wenn keinerlei Verwahrung und Bewachung von niemandem über nichts wäre, würden dann diese vielen schlechten und bösen Handlungsweisen entstehen?' 'Nein, Herr.' 'Deshalb, Ananda, ist der Grund, die Basis, die Entstehung, die Ursache von Schlägen und Wunden, Streit, Widerspruch und Vergeltung, Zank, Verleumdung und Lügen eben diese Bewachung des Eigentums.'“⁴⁶

Buddhadasa Bhikkhu sagt dazu:

„Die Menschen führen nicht darum Krieg, weil sie einer Doktrin oder einem Ideal oder etwas Ähnlichem anhängen. Tatsächlich ist ihr Beweggrund das Gefühl des Vergnügens, das sie vorwegnehmen. Jede Seite sieht sich schon als Gewinnerin, die alle Vorteile für sich selbst zusammenscharrt. ... Die zutiefst liegende Ursache allen Streites ist das im Voraus empfundene Vergnügen am Gewinn.“⁴⁷

Ein Beispiel: Die Wahl (Teil 1)

Das Beispiel umfasst einige Umdrehungen des *Paticca-samuppada*-Zyklus.⁴⁸

Herr I ist siebzig. Er betrachtet die Dorfbewohner mit ähnlichen Gefühlen, mit denen er seine Enkelkinder betrachtet. Er arbeitet viel und hilft, wo er kann. Man kennt ihn als gutherzig. Er hat sogar eine Art Krankenhaus für Tiere gegründet, die er betreut, bis es ihnen besser geht. Die Menschen mögen ihn und vertrauen ihm.

Er weiß, dass er geachtet wird, und hat es gerne, wenn die Dorfbewohner ihn um Rat fragen. Es befriedigt ihn sehr, wenn die Dorfbewohner sagen, wie dankbar sie ihm seien. Herr I ist zwar gutherzig und hilfsbereit, aber er klammert sich an das Gefühl des Stolzes, das in ihm aufsteigt, wenn die Dorfbewohner ihm Achtung und Dankbarkeit erweisen. Er lechzt nach ihrem Lob.

Herr I kommt mit jedem im Dorf gut aus außer mit Herrn K. Die Dorfbewohner finden das seltsam, weil sie beide Männer für gut und freundlich halten. Herr I dagegen denkt, dass Herr K ausschließlich daran interessiert sei, sich die Achtung der Dorfbewohner zu verdienen, und nicht daran, ihnen zu helfen. Eines Tages kommt ein Dorfbewohner in Herrn Is Laden und möchte eine Lampe auf Kredit kaufen. Herr I ersieht aus seinem Geschäftsbuch, dass der Dorfbewohner ihm schon 1200 Bath schuldet. Er sagt dem Dorfbewohner, dass er zuerst die Hälfte seiner Schuld bezahlt haben müsse, ehe er ihm weiteren Kredit einräumen wolle. Der Dorfbewohner ärgert sich und sagt: „Alle sagen, Herr K tut mehr für die Armen als Sie!“ Herr I ist erschüttert, und seine Hände zittern. Eine Woge von Feindseligkeit gegen Herrn K überflutet ihn, aber zum Dorfbewohner sagt er nichts. In dieser Nacht träumt Herr I, dass er über den Markt geht, aber immer, wenn er grüßen will, wenden sich die Menschen von ihm ab. Er wacht voller Sorge auf, der Dorfbewohner könne Recht haben und niemand achte ihn wirklich.

Herr I mag Herrn K nicht, weil er in ihm einen Rivalen sieht. Beide bewerben sich um die Achtung der Leute. Jedes Ereignis, das Herrn I den Gedanken nahelegt, Herr K werde höher als er selbst geachtet, macht ihm Angst. Das hat zur Folge, dass er Abneigung gegen Herrn K empfindet. Er denkt, Herr K sei nur auf seine eigene Erhöhung aus. Seine Träume, Zweifel und Sorgen hängen mit dem Verfall seines Selbst-Bildes (*jara-marana*) zusammen. Dadurch erscheint ihm jetzt die Achtung, die er sich eigentlich sehnlichst wünscht, nebensächlich und trügerisch.

***Moha* (Verblendung)**

Mein ältester Sohn Tom denkt, er sei besser im Rechnen als sein Freund Adrian, aber er gibt zu, dass Adrians Schrift besser sei als seine. Deshalb stört es ihn gar nicht, wenn ihr Lehrer Adrians Schrift lobt und seine tadelt. Wenn aber Adrian einmal schneller im Rechnen ist, bekommt Tom schlechte Laune. Warum? Weil Tom an seinem Selbst-Bild als gutem (oder bestem) Rechner hängt. Das ist *moha* (Verblendung); Toms Bild von sich selbst trübt seine Beziehung zu Adrian.

Gemäß dem *Paticca-samuppada*-Zyklus tritt Verblendung bei *upadana* (Ergreifen oder Haften) auf, wenn seine Zyklen *bhava-tanha* hervorbringen (den Wunsch, etwas zu sein oder zu werden, d.h. sich damit zu identifizieren). Dann wird das Selbst-Bild zum ersehnten Objekt. Wir erfinden eine Bilderbuch-Ansicht vom Leben und verdecken uns damit Vergänglichkeit und Leiden, die unsere Existenz durchdringen. Die Tragödie besteht darin, dass wir mit einem Bild zu leben versuchen, das der Realität widerspricht. Die folgende Parabel soll das zeigen:

Ein begabter Maler malte ein Porträt seiner Geliebten. Er vertiefte sich so sehr in das Bild, das er schuf, dass er meinte, es zeige das Wesen der Frau, genau das, was er am meisten an ihr liebte.

Er bekam einen Auftrag im Ausland und nahm das Porträt mit. Wenn sie miteinander telefonierten, sah er dabei immer das Bild an.

Als er ein paar Monate später nach Hause zurückkam, stritten sie sich über ihre Zukunft. Die Frau wollte heiraten und eine Familie gründen, während er sich nicht binden wollte. Sie war traurig, und er konnte es nicht ertragen, wenn sich ihr Gesicht im Ärger verzog oder vor Traurigkeit in sich zusammenfiel.

Er nahm eine seltsame, aber zum Vorangegangenen passende Gewohnheit an: Immer wenn die Frau ihn besuchte und sie auf das unerfreuliche Thema zu sprechen kamen, blickte er während des ganzen Gesprächs nicht die Frau, sondern das Porträt an. Das gab ihm die Möglichkeit, ihre sorgenvollen und traurigen Worte mit der Melodie des heiteren und sorglosen Bildes, das das Porträt von ihr zeigte, zu unterlegen.

Jedes Bild hängt mehr oder weniger mit der Realität zusammen. Es ist nicht einfach aus der Luft gegriffen. Aber der Maler benutzt sein Bild so, dass es immer weniger der Realität entspricht, bis es schließlich in Konflikt mit ihr gerät. Genauso wirkt Verblendung. Da der Maler nur das Bild ansieht, erkennt er die Realität nicht mehr. Er sieht nur, was er sehen will, und sieht nicht, was er nicht sehen will: die Gefühle der Frau. Genauso bringt uns Verblendung in Konflikt mit der Realität.

Unser Selbst und die Realität befinden sich schon im Kriegszustand miteinander, bevor wir jemand anderem begegnen. Da die Realität sich als die stärkere von beiden erweist, ist das selbstzentrierte Selbst-Bild schon an und für sich unsicher. Wir können die Illusion nur durch immer neue Selbsttäuschungen aufrechterhalten. Diese führen zur Anspannung, und die wiederum macht uns anfällig gegen Konflikte. Die folgende Parabel soll das zeigen.

Die Parabel vom Hausbau

Als ein Mann am Ufer eines Flusses aufwachte, sehnte er sich gleich beim Erwachen nach einem festen Haus. Noch im Halbschlaf sah er sich nach etwas um, woraus er es erbauen könnte. Seine Füße sanken in den Schlamm des Ufers ein, als er nach Felsbrocken suchte. Als er genug gefunden hatte, baute er sich ein schönes Haus. Er tat alles im Halbschlaf. Nach der Arbeit war er müde und legte sich zur Ruhe.

Als er am folgenden Morgen völlig aufwachte, befand er sich in seinem neuen Haus. Aber er konnte sich nicht daran erinnern, wie er es gebaut hatte. Er grub nach Lehm und bestrich damit die Innenwände. Er baute schöne Möbel aus dem Holz der Bäume am Flussufer. Dann setzte er sich gemütlich hin, um sein neues Haus zu genießen. Er sagte zu sich selbst: „Was für ein schönes Haus! Es wird bis ans Ende aller Zeiten halten.“

Als ein paar Wochen später die Regenzeit einsetzte, trat der Fluss über seine Ufer, und der Boden wurde weich. Eine Ecke des Hauses sank ein, und die Wände bekamen Risse. Der Mann bemerkte die Risse in seinen Wänden und rannte ganz aufgeregt hinaus, um sie mit mehr Lehm zu verschmieren. Jedes Mal, wenn er damit fertig war,

sah das Haus wieder gut aus, und er legte sich zurück und sagte zu sich selbst: „Was für ein schönes Haus! Es wird bis ans Ende aller Zeiten halten.“ Als ein paar Tage später neue Risse auftraten, rannte er herum und bestrich die Wände, so gut er konnte. Dann legte er sich zurück und sagte zu sich selbst: „Was für ein schönes Haus! Es wird bis ans Ende aller Zeiten halten.“

Obwohl er sich einredete, alles wäre in schönster Ordnung, wurde er doch immer angespannter. Manchmal sprang er plötzlich auf und besah sich ohne jeden äußeren Anlass misstrauisch seine Wände. Oder er grub schon nach Lehm, für den Fall, dass wieder ein Riss in der Wand auftreten würde. Aber er fragte sich niemals nach dem Grund für die Risse. Es kam ihm nicht in den Sinn, sich zu fragen, ob sein Haus auf geeignetem Boden stehe. Stattdessen wurde er immer nervöser. Eine große Beunruhigung lag direkt unter der Oberfläche seines Bewusstseins.

Dann kam eines Tages ein Reisender zu ihm. Er klopfte höflich an die Tür, aber der Mann schlief und hörte ihn nicht. Er klopfte etwas lauter, aber ohne Erfolg, und also klopfte er sehr laut. Da wachte der Mann mit einem Schreck auf. Sein erster Blick galt wie immer der Stelle, wo die Risse aufgetreten waren. Zu seinem Entsetzen sah er neue Risse. Als er das laute Klopfen hörte, wurde ihm plötzlich klar, was die ganze Zeit vor sich gegangen war. Deshalb also hatte sein Haus Risse! Dadurch wurde sein Leben gestört! Während er schlief, hatte der Reisende sein Haus in Grund und Boden geklopft! Und da war er wieder, und er hatte ihn endlich auf frischer Tat ertappt!

Der Mann in der Geschichte betrügt sich selbst. Obwohl er sich einredet, dass alles in Ordnung wäre, befindet er sich in Wirklichkeit in tiefem Konflikt mit seiner Umgebung. Das schöne Innere seines Hauses bewahrt ihn davor, das zu erkennen. Mit Einsetzen der Regenzeit beginnt der Boden sich zu verschieben. Aber anstatt sich die gesamte Konstruktion des Hauses ganz genau anzusehen, beschäftigt er sich eifrig mit kosmetischen Reparaturen. So wird er zum Opfer seiner Selbsttäuschung. Solange die Verblendung anhält, werden die Zustände immer schlimmer. Da er das zugrundeliegende Problem

nicht sieht, ist er ängstlich darum bemüht, die Risse zu verkleistern. Er wird sich weiterhin einreden, dass alles in Ordnung wäre, bis schließlich eines Tages das Haus im Schlamm versinkt.

Unsere selbstzentrierten Gedanken und Erinnerungen schaffen in uns eine latente Verteidigungsbereitschaft. Schon bevor wir in Kontakt mit anderen treten, sind wir bereit, uns zu verteidigen. Der Reisende tappt in eine Falle. Die Unangemessenheit des Selbst-und-Welt-Bildes des Erbauers hat sie aufgestellt, und sie schnappt zu, als der Reisende laut an die Tür klopft: Obwohl er den Erbauer nicht provoziert hat, reagiert der mit Ärger und Feindseligkeit. Genauso wirkt Verblendung im wirklichen Leben. Sie macht uns unsicher und defensiv, sodass wir misstrauisch gegen andere werden und sie zu hassen beginnen. Die Beziehungen zu anderen werden stark getrübt. Wir zwingen uns gegenseitig unsere Bilder von uns selbst und der Welt auf. Alle gehen davon aus, dass ihr Selbst der Mittelpunkt der Welt wäre und die anderen Menschen nur Randerscheinungen. Deshalb behandeln wir sie als Objekte und nicht wie uns selbst als Subjekte. Wir werden blind für sie; wir nehmen sie nicht so wahr, wie sie wirklich sind. Stattdessen trampeln alle einander auf den Träumen herum. Beziehungen, die auf Verblendung aufbauen, sind ihrem Wesen nach nicht haltbar.

Der geringste Anlass für einen Konflikt - sei es eine Meinungsverschiedenheit, eine Kritik oder eine Äußerung von Verärgerung - bringt unsere durch Verblendung bedingte Unsicherheit ans Licht und veranlasst uns zu Überreaktionen.

Aus der eingebildeten Sicherheit des Bildes, das *sankhara* geschaffen hat - eines Bildes, in dem wir das Subjekt sind -, reißt uns die unangenehme Erfahrungen heraus, dass andere uns als Objekte behandeln. Wir werden aus der Illusion herausgeschleudert, dass wir alles in der Hand hätten, und andere missbrauchen uns sogar noch dazu, gegen unseren Willen ihren Interessen zu dienen! Das macht unser Selbst-und-Welt-Bild defensiv. *Sankhara* drängt sich vor und schafft gleichzeitig ein hassenswertes Bild unseres Feindes und eine Verteidigungsstrategie. Was wollen wir verteidigen? Unser Selbst-Bild! Wenn ich mich auf der Höhe der Realität sehe, so ist es für mein Selbst-Bild am sichersten, wenn ich die anderen herabsetze. *Sankhara* wird von *bhava-tanha* (dem Wunsch zu sein)

beherrscht, sodass wir stark sein und im Mittelpunkt der Realität stehen wollen, und von *vibhava-tanha* (dem Wunsch, nicht zu sein), sodass wir nicht schwach, wertlos oder randständig sein wollen.

Ein Beispiel : Die Wahl (Teil 2)

Wenn wir der Unwissenheit (*avijja*) unterworfen sind, sehen wir die Welt auf selbstzentrierte Weise. Herr I sieht sich selbst als den geachteten Dorfältesten. Genau das würde er antworten, wenn man ihn danach fragte, denn er ist aufrichtig. Er hilft den Menschen und ist nicht korrupt. Mit Hilfe unserer Erfindungskraft (*sankhara*) setzen wir unser Selbst-und-Welt-Bild aus Erfahrungen zusammen. Herr I betrachtet sich als den Vater des Dorfes, der für die Dorfbewohner alles tut, was er kann, wofür sie ihm Achtung und Wohlwollen schenken, soviel er braucht. Deshalb hält sein Erkennen (*vinnana*) Ausschau nach Menschen, denen er helfen, und anderen Gelegenheiten, bei denen er seine Güte zeigen kann. In vielen *Paticca-samuppada*-Zyklen erwirbt er Haltungen und Fähigkeiten (*nama-rupa*), die ihn für diese Rolle geeignet erscheinen lassen.

Der Dorfvorsteher gibt bekannt, er wolle sein Amt aus Gesundheitsgründen aufgeben. Herr I denkt sofort daran, selbst Dorfvorsteher zu werden; seine Söhne könnten ihm jetzt die meiste Arbeit im Geschäft abnehmen. Er wäre als Dorfvorsteher sehr glücklich, und seine Familie würde im Dorf hohes Ansehen gewinnen. Die Begeisterung beflügelt seine Vorstellungen von sich selbst. Er sieht sich schon als Dorfvorsteher, wichtig und beliebt, von jedermann im weiten Umkreis geachtet. Herr I fühlt schon im Voraus die Befriedigung, die ihm Achtung und Bewunderung in der Öffentlichkeit geben werden. Im Augenblick aber empfindet er quälendes Ungenügen, wenn er bedenkt, dass er noch gar nicht Dorfvorsteher ist. Der Tagtraum schwindet und lässt ihn mit Zweifeln daran zurück, ob er sein Ziel erreichen werde.

Da steigt ein anderes Bild in ihm auf: Er hält eine Rede in einer öffentlichen Versammlung und spricht dort mit großer Überzeugungskraft. Auch dieses Bild schwindet wieder, und er denkt

daran, dass er für solch eine Gelegenheit gar nicht die richtige Garderobe besitzt. Natürlich wird er sich für sein Amt neue Kleider kaufen müssen.

Herr I spricht mit anderen alten Herrschaften im Dorf über die Angelegenheit. Er versteckt seine Aufregung, tut so, als ob er den Posten gar nicht wollte und überlässt es den anderen, ihn davon zu überzeugen, er sei genau der Richtige dafür. Nach ein paar Tagen gibt er seinen Entschluss bekannt, für das Amt zu kandidieren. Alle, mit denen er spricht, sagen, er werde ganz sicherlich ein sehr guter Dorfvorsteher sein. Herr I vertraut darauf, dass er die Wahl gewinnen werde. Das Amt scheint wie für ihn gemacht. Nachts liegt er oft wach und überlegt sich seine Einführungsrede. Eines Nachts wacht er schweißgebadet auf. Er hatte einen Albtraum. In seinem Traum schrien und trampelten die Leute, als er seine Rede halten wollte. Sie stellten ihm peinliche Fragen über Vorfälle in seiner Jugend. Danach liegt er tief beunruhigt wach.

Als Herr I die Idee (*phassa*) hat, Dorfvorsteher zu werden, fühlt er (*vedana*) Begeisterung, und das bringt ihn dazu, sich danach zu sehnen (*tanha*), Dorfvorsteher (*bhava-tanha*) zu werden. *Sankhara* formt, durch Wünsche angestachelt, in seiner Fantasie verschiedene Szenen, die ihn in der Rolle des Dorfvorstehers zeigen. Innerhalb des Haupt-*Paticca-samuppada*-Zyklus drehen sich kleine Zyklen. In jeden ist Herr I vollständig verstrickt. Dann zerfallen alle (*jara-marana*): der erste, indem Herr I erkennt, dass er nur vom Erfolg geträumt hat, der zweite, als er sich daran erinnert, dass er nicht die geeignete Garderobe besitzt. Gemeinsam ist beiden Ernüchterungen, dass Herr I seine Vorstellungen als nicht verwirklicht erkennt.

Der Zerfall seiner Vorstellungen ist allerdings nicht der Zerfall des Grund-Bildes von sich selbst: das des geachteten Dorfältesten. Das Grund-Bild besteht weiter und gebiert neu Vorstellungen, die seiner Person größere Bedeutung verleihen sollen. Indem er diese Vorstellungen entwirft, experimentiert er mit dem Grund-Bild von sich als Dorfvorsteher. Wenn Herr I neue Informationen bekommt, passt er das Grund-Bild den Gegebenheiten an und erneuert es damit.

Herr I ist von der Idee besessen, Dorfvorsteher zu werden (*upadana*), aber er weiß, dass er das nicht zeigen darf, weil ihn die anderen alten Herrschaften sonst für egoistisch hielten. Deshalb verbirgt er sein Interesse am Amt, wenn er mit anderen spricht. Die Reaktionen der Älteren und der übrigen Dorfbewohner bestärken ihn in dem Glauben, er werde gewinnen (*bhava*). Im Laufe des Zyklus wird er (*jati*) zum rechtmäßig geachteten Dorfältesten, der im Begriff ist, Dorfvorsteher zu werden. Herrns I Albtraum enthüllt die dunkle Seite seines Selbst-Bildes (*jara-marana*). Ob er Dorfvorsteher wird oder nicht, liegt nicht in seinen Händen, und das untergräbt seine Zuversicht. Darüber hinaus erkennt er, dass die Dorfbewohner doch seine Überheblichkeit bemerkt haben und ihnen sein Selbstporträt überzogen vorkommt. Diese beiden (eher geringen) Sorgen nagten an seiner Vorstellung vom künftigen Dorfvorsteher-Sein.

Am Morgen des Wahltages zieht sich Herr I sorgfältig an. Er ist zuversichtlich, dass er gewinnen wird. Aber nichts geht, wie erwartet. Ein wohlhabender Geschäftsmann stellt sich zur Wahl, da das Amt ihm bei seinen geschäftlichen Unternehmungen nützen kann. Es gelingt ihm, genügend Stimmen zu kaufen, um mit großer Mehrheit zu gewinnen. Als die Ergebnisse verkündet werden, traut Herr I seinen Ohren kaum. Weniger als zwanzig Prozent der Dorfbewohner haben für ihn gestimmt.

Herr I lächelt und beglückwünscht Herrn J, den Geschäftsmann, zu seinem Wahlerfolg. Er scherzt, dass er, wenn er Dorfvorsteher geworden wäre, sechsenddreißig Stunden am Tag hätte arbeiten müsse statt den sechsendzwanzig, die er ohne das Amt zu tun habe. Als Herr I von der Wahlversammlung nach Hause geht, schwankt er, als wäre er betrunken. Er bemerkt, dass ihn die Leute anstarren. Er ist verwirrt und verletzt und hat Angst, dass er gleich in Tränen ausbrechen könnte.

Zu Hause geht er ins Schlafzimmer und setzt sich auf die Bettkante. Es kommt ihm vor, als hätte er alles verloren. Nicht nur, dass sein Traum, jemals Dorfvorsteher zu werden, sich für immer zerschlagen hat, sondern er hat darüber hinaus auch noch einen

fürchterlichen Gesichtsverlust erlitten. „Wie kann ich morgen den Leuten ins Gesicht sehen?“, fragt er sich. Seine Frau versucht ihn zu trösten, aber er will mit niemandem sprechen. In der kommenden Nacht schläft er unruhig, denn die Ereignisse des Tages drehen sich in seinem Kopf.

Weil Herr I sich so lebhaft vorgestellt hat, dass er der geachtete Dorfälteste sei, haben *vinnana*, *nama-rupa* und *salayatana* darin zusammengewirkt, ihm einen möglichen Erfolg vorzugaukeln. Die Nachricht, dass kaum jemand für ihn stimmte, hat ihm die Orientierung geraubt. Er ist völlig durcheinander. Seine Verwirrung entstand dadurch, dass die Ereignisse das, was er angenommen und erwartet hatte, widerlegten. Er sah sich als eine Art Großvater der Dorfbewohner, aber jetzt haben sie ihn zurückgewiesen. Er fühlt sich so verloren und verwirrt wie ein Großvater, den seine Enkel plötzlich aus dem Haus werfen. Die Fantasien, aus denen er sein Selbst-Bild aufbaute und unterhielt, haben sich jetzt mit dem Schmerz der Zurückweisung verbunden. Sein Selbst-Bild als Dorfvorsteher hat sich als ganz und gar unrealistisch erwiesen. Die Möglichkeit, sich mit weiteren Fantasien zu trösten, ist ihm hiermit vollständig genommen.

Der völlige Zusammenbruch seines Traums ist der Schmerz von *jara-marana* (Altern und Sterben). Der Schmerz beim Zerfall im Grund-Zyklus ist sehr viel stärker als der beim Zerfall in den Unterzyklen, in denen Herr I sich selbst in verschiedenen Situationen als Dorfvorsteher sah, denn er wusste ja, dass er sie nur erdacht hatte. Die Unterzyklen ergaben sich aus seinem Selbst-Bild als Dorfvorsteher. Herr I wünschte sich dieses Amt, weil er sich selbst als geachteten alten Mann sah. Da dieses Selbst-Bild im Mittelpunkt seiner Welt stand, bringt ihm seine Wahlniederlage tiefes Leid. Zu dem Selbst-Bild als geachteter alter Mann haben sehr viel mehr *Paticca-samuppada*-Zyklen beigetragen als zu den Selbst-Bildern der Unterzyklen. Herr I weiß nicht mehr, wer er ist und wohin er gehört. In seinem unruhigen Schlaf zeigt sich, dass er sich heimatlos fühlt.

Dosa (Hass)

Hass ist die Bereitschaft zu Feindseligkeit und Ärger. Er zerstört Beziehungen. Wenn unsere Absichten vereitelt werden, steigen Groll und Ärger in uns auf. Wir sehen dann die Verursacher als böse Menschen an. Das ist *dosa*. Der Ausdruck bezeichnet nicht das Gefühl des Ärgers selbst, sondern die komplexere Haltung der Ärgerlichkeit oder einen unbestimmten Hass, der unser Verständnis und unsere Entscheidungen lenkt. Im *Samyutta Nikaya* gibt es eine Stelle, die sich auf alle drei *akusala-mula* bezieht und die zeigt, mit welcher Zähigkeit die drei sich im Geist eines Menschen festsetzen, wenn die Achtsamkeit fehlt. Die *akusala-mula* werden als Feuer charakterisiert, das bei *phassa* (Berührung) übergreift. Die Metapher passt besonders gut auf den Hass. Wenn die Achtsamkeit fehlt, werden wir immer tiefer in Leiden und Kummer hineingezogen.

„Da sprach der Erhabene zu den Mönchen also: ‘Alles, ihr Mönche, steht in Flammen. Und was alles, ihr Mönche, steht in Flammen? Das Auge, ihr Mönche, steht in Flammen. Die sichtbaren Dinge stehen in Flammen. Das Erkennen vermöge des Auges steht in Flammen. Die Berührung des Auges (mit sichtbaren Dingen) steht in Flammen. Das Empfinden, das infolge der Berührung des Auges (mit dem Sichtbaren) entsteht, sei es Freude, sei es Schmerz, sei es nicht Schmerz noch Freude: auch dies steht in Flammen. Wodurch ist es entflammt? Durch der Begierde Feuer, durch des Hasses Feuer, durch der Verblendung Feuer ist es entflammt, durch Geburt, Alter, Tod, Schmerz, Klagen, Leid, Kummernis und Verzweiflung ist es entflammt: also sage ich.’“⁴⁹

Gemäß dem *Paticca-samuppada*-Zyklus entsteht *dosa* auf folgende Art: *Phassa* (Berührung) mit einem Feind lässt *vedana* (Empfindungen) der Überraschung, Unsicherheit und Ärger entstehen. Diese Empfindungen führen dann zu *tanha* (Begierde). Im Fall von Hass ist es die Begierde, sich zu rächen. Die Begierde konkretisiert sich in einer Bestrafung oder Demütigung, die der andere unserer Meinung nach verdient (*upadana*). Entweder soll das Selbst des Feindes herabgesetzt oder verletzt werden (*vibhava-tanha* : der Wunsch nach Herabsetzung des Selbst, hier das des anderen) oder unser

eigenes Selbst (wenn wir uns für unsere Handlungsweise schämen oder uns schwach fühlen).

Zwischen dem Wunsch, uns selbst, und dem Wunsch, andere herabzusetzen, besteht eine Wechselbeziehung. Oft übertragen wir die Abneigung gegen unser Selbst-Bild auf den Feind. Wir sehen uns selbst (*bhava* und *jati*) „im Recht“ während der Feind „im Unrecht“ ist. Indem wir glauben, im Recht zu sein, erheben wir uns moralisch, und indem wir den Feind als wertlos ansehen, setzen wir ihn herab.

Wenn wir *vibhava-tanha* auf das Selbst des Feindes richten, befreit uns das vom Schmerz, den wir leiden müssten, wenn wir *vibhava-tanha* auf unser eigenes Selbst richten würden. Indem wir schlechtes Handeln und unannehmbare Gefühle nicht uns selbst, sondern dem Feind zuschreiben, erhalten wir uns unser positives Selbst-Bild. Unser eigenes Selbst-Bild strahlt in hellem Licht, während das des Feindes immer finsterer wird. Während wir in Wirklichkeit beide feindlich und aggressiv sind, erscheint uns, unserer eingeschränkten Wahrnehmung entsprechend, nur unser Feind feindlich und aggressiv, nicht etwa wir.⁵⁰ Feindliche Haltung drückt sich im Verhalten aus. Das feindliche Verhalten verstärkt dann seinerseits wieder die Feindseligkeit der Haltung.

Wenn wir unachtsam sind, denken wir, unser Feind wäre genau so, wie wir ihn sehen. Wenn wir den *Paticca-samuppada*-Zyklus zur Hilfe nehmen, erkennen wir, dass es nicht so ist. Im Geist des Wahrnehmenden wird das Bild des Feindes zusammengesetzt. *Phassa* (Berührung) liefert uns zwar die Daten, die dann die Empfindungen (*vedana*) hervorrufen (das Rohmaterial der Gefühle), aber das Bild vom anderen ist unsere eigene Erfindung, wir haben es selbst gemacht. Wir dehnen unser Selbst-Bild aus, indem wir ein Feindbild erfinden. Beide Bilder sind also eng miteinander verbunden.

Zwar zerfällt dieses Selbst-Feind-Bild (*jara-marana*) nach einiger Zeit, aber es hinterlässt in unserem Geist ein Muster, das künftige Zyklen beeinflusst. Erkennen (*vinnana*) findet Objekte auf, die in früheren Zyklen mit *dosa* (Hass) verbunden worden sind. Z.B. erwarten wir von einem „Feind“ übles Verhalten und Betrug. Körper und Geist (*nama-rupa*) stehen dann schon zum Angriff oder zur Verteidigung bereit, und die Sinne sind darauf aus, das zu erfassen, was wir erwarten (*salayatana*). Beim nächsten

Kontakt mit der betreffenden Person bestimmt dieses Muster unsere Gefühle und deren Interpretation.

Wie beeinflussen Hass (Misstrauen) und Konflikt sich gegenseitig?

1. Misstrauen hat weitreichende Folgen. Da Streitende im Konflikt oft unter Druck geraten und wenig Zeit zum Nachdenken haben, hängen ihre Reaktionen sehr stark von Denk- und Gefühlsmustern ab, die in vorangegangenen Zyklen aufgebaut worden sind. D.h. eine ärgerliche Haltung führt zu ärgerlichen spontanen Reaktionen.

2. Hass wirkt wechselseitig. Er bleibt nicht nur in unserem eigenen Geist, sondern wirkt nach außen. Wenn sich Hass in unserem Verhalten niederschlägt, bereitet das den anderen schlechte Gefühle, sodass sie sich uns gegenüber auch schlecht verhalten. Damit ist ein Teufelskreis entstanden. Buddha lehrte:

„‘Gescholten hat man mich, verletzt,
Hat mich besiegt, hat mich verlacht’:
Wer solchen Sinn im Herzen hegt,
Von Feindschaft lässt er nimmer ab.“⁵¹

3. In Konflikten wächst die Verunsicherung. Unsicherheit intensiviert Gefühle, sodass in Konflikten heftige Worte fallen und Gewalttaten begangen werden.

4. Wir versuchen die Illusion, dass sich unser Selbst im Mittelpunkt der Welt befände, dadurch zu verteidigen, dass wir Personen an den Rand drängen, von denen wir uns bedroht fühlen. Herabsetzung hat aber ihren Preis, denn diejenigen, die wir herabsetzen, werden dadurch noch mehr verunsichert und ergreifen wahrscheinlich Gegenmaßnahmen.

Wenn das Verhalten beider Seiten vom Hass bestimmt wird, ist es ihnen unmöglich, sich konstruktiv gegeneinander zu verhalten.

Ein Beispiel : Die Wahl (Teil 3)

Beim Frühstück macht sich Herr I Gedanken darüber, wie er auf die Katastrophe reagieren soll. Er denkt:

„Ich habe viel für das Dorf getan, und ich habe es aufrichtigen Herzens getan. Ich habe viel Zeit und Kraft für diese Leute aufgewendet und keine Gegenleistungen verlangt.

Jetzt, wo ich ihnen noch mehr helfen wollte und ihre Unterstützung dazu brauchte, haben sie ihre Stimmen für fünfhundert Bath an Herrn J verkauft. Jeder weiß, dass er korrupt ist. Er wird das Amt dazu missbrauchen, seine eigenen Interessen zu verfolgen. Die Dorfbewohner sind habgierig und dumm. Sie verdienen meine Hilfe gar nicht.

Sie haben ihr Urteil über mich gesprochen. Jetzt spreche ich mein Urteil über sie! Von jetzt an werde ich nichts mehr für sie tun. Genug ist genug!“

Herr I hat seine frühere Haltung zurückgewonnen. Er sieht sich wieder als geachteten älteren Herrn. Zwar wurde seine Erwartung, dass man ihm Anerkennung zollen würde, indem man ihn zum Dorfvorsteher wählte, enttäuscht, aber er sieht sich jetzt moralisch im Recht. Er ist moralisch der Dorfälteste. Dadurch ist sein Selbst-Bild vom Ausgang der Wahl unabhängig geworden. Er kann sich nun auch erklären, warum ihn die Dorfbewohner zurückgewiesen haben: Er sieht sich selbst als guten, freundlichen Großvater und die Dorfbewohner als dumme, schwache und undankbare Kinder.

Diese Sichtweise prägt seine nächsten Erfahrungen. Sein Erkennen (*vinnana*) ist darauf aus, in den Dorfbewohnern egoistische und undankbare Menschen zu sehen. Körperlich und geistig (*nama-rupa*) ist er bereit, „Ärger zu machen“. Seine Sinne (*salayatana*) sind bereit, auch die feinsten Nuancen in Stimme und Mimik der Dorfbewohner zu erkennen, die ihre Haltung zu ihm ausdrücken, besonders ihre Scham.

Später am Tag kommen einige Dorfbewohner mit einem Problem zu ihm. Herr I hört ihnen wie immer aufmerksam zu, aber dann sagt er in höflichem Ton: „Es tut mir sehr leid, dass Sie Schwierigkeiten haben. Ich könnte Ihnen vielleicht helfen, wenn ich Dorfvorsteher wäre, aber das bin ich ja nicht. Ich möchte auf keinen Fall Herrn J in die Quere kommen. Sie sollten ihn um Hilfe bitten, denn jetzt ist er ja zuständig.“

Seine Worte bereiten ihm Befriedigung, denn jetzt weist er die Menschen zurück, die zuvor ihn zurückgewiesen haben. Er sieht sie an und verachtet sie. Sie haben nichts zu erwidern. Sie alle wissen, dass die Wahl unfair war und dass Herr J niemandem helfen wird. Er wird sein Amt dazu missbrauchen, seine eigenen Interessen zu fördern und seinen Freunden Privilegien zu verschaffen.

Die Bitte um Hilfe (*phassa*) führt zu Empfindungen (*vedana*) des Mitgefühls, aber die verbinden sich gleich mit Is Selbst-Bild und verwandeln sich in Groll und Ärger. Groll und Ärger gehen dann in den dringenden Wunsch (*tanha*) über, die Dorfbewohner dafür zu bestrafen, dass sie ihn zurückgewiesen haben. Er möchte ihnen zeigen, wie dumm und hilflos sie in Wirklichkeit sind (*vibhava-tanha* den Dorfbewohnern gegenüber). Damit möchte Herr I demonstrieren, dass er der rechtmäßige Dorfvorsteher ist (*bhava-tanha*). Er sehnt sich nach der Befriedigung seiner Rachegefühle: „Ich hab's euch ja immer gesagt!“ (*kama-tanha*, der Wunsch nach Vergnügen). Das wird die Schmerzen der Zurückweisung und Desorientierung lindern.

Im Gespräch mit den Besuchern stellt er zunächst seinen Wunsch, ihnen zu helfen, ausführlich dar, wie er es früher auch immer gemacht hat, sodass er sie danach mit umso stärkerer Wucht zurückweisen kann. Wenn er ausgeredet hat, hat sich die Beziehung zwischen ihm und den Dorfbewohnern verändert (*jati*). Obwohl der Ton höflich ist, wissen sowohl Herr I als auch die Männer aus dem Dorf, dass er sie zurückgewiesen und gedemütigt hat.

Nachdem sie gegangen sind, freut sich Herr I diebisch über ihre Enttäuschung und lächelt grimmig beim Gedanken an die Bestätigung seiner moralischen Überlegenheit. Er greift zur Zeitung, aber schon bald darauf langweilt sie ihn. Er schlägt den Sportteil auf und liest weiter.

Nachdem Herr I sein Selbst-Bild durch die Demütigung der Dorfbewohner gestärkt hat, fühlt er Befriedigung. Allmählich verwandelt die sich aber in

Gefühle von Leere und Vergeblichkeit (*jara-marana*), die so unerquicklich sind, dass er sich mit der Lektüre des Sportteils davon abzulenken versucht.

In den nächsten Tagen hält Herr I den Schein von Höflichkeit und gutem Willen aufrecht, während er nach Gelegenheiten Ausschau hält, die Dorfbewohner zu demütigen. Er denkt nun, er wäre der einzige gute Mensch im Dorf. Alle anderen sind entweder schwach oder korrupt. Zwar erwidert er höflich ihr Grüßen, aber heimlich verachtet er sie. Früher ist er auf der Straße oft stehen geblieben und hat mit den Menschen gesprochen, aber jetzt grüßt er nur kurz, wendet seine Augen von ihnen ab und geht weiter. Jedes Mal, wenn er sie auf diese Art zurückweist, befriedigt es ihn, sie dafür zu bestrafen, dass zuvor sie ihn zurückgewiesen haben.

Eines Tages kommt eine Frau zu ihm, die ihn um seine Unterstützung bei der Ausbildung ihres Sohnes bittet. Ihr Mann hat sie verlassen, und sie verdient nicht genug, um sich selbst und ihren Sohn zu unterhalten, solange er zur Schule geht. Sein Lehrer hat gesagt, er sei intelligent und sollte unbedingt ein College besuchen. Die Mutter möchte sparen, um ein Jahr später die Gebühren für das College bezahlen zu können. Sie bittet Herrn I, dass er den Jungen abends gegen einen kleinen Lohn in seinem Laden beschäftigt, damit er morgens und nachmittags Zeit zum Lernen hat. Das würde dem Jungen ermöglichen, weiter zur Schule zu gehen und ihr, Geld für das College zurückzulegen.

Eine solche Bitte hätte ihm früher Freude gemacht. Jetzt denkt er ärgerlich: „Auch diese Frau hat Herrn J für fünfhundert Bath ihre Stimme verkauft.“ Er möchte, dass sie wegen ihrer Dummheit leidet.

Er drückt sein Interesse am Weiterkommen des Jungen aus und sieht Hoffnung in den Augen der besorgten Mutter aufleuchten. Dann sagt er ihr sehr höflich, dass er im Augenblick keine freie Stelle in seinem Laden habe, aber Herr J, der neue Dorfvorsteher, besitze ja ein viel größeres Geschäft als er. Sicherlich könne der ihr helfen. Als er das sagt, sieht er, wie die Frau die Tränen zurückdrängt. Seine Rachegelüste werden durch die Verzweiflung der Frau befriedigt.

Wiedergeburt seines Selbst-Bildes als eines von seinem Volk verworfenen Ältesten lenken Herr Is Geist (durch *vinnana*, *nama-rupa* und *salayatana*) darauf, nach Möglichkeiten Ausschau zu halten, sein Selbst-Bild neu zu bestätigen. Aber er wird enttäuscht. Weniger Dorfbewohner kommen ihn jetzt besuchen. Er kann ja nicht Menschen Hilfe anbieten oder sie zurückweisen, wenn sie ihn nicht darum bitten. Die Begegnung mit der besorgten Mutter (*phassa*) hat ihn an seine früheren guten Taten erinnert. Aus Freude und Schmerz gemischte Gefühle (*vedana*) steigen in ihm auf. Sie werden durch die Erinnerung an die Zurückweisung durch die Dorfbewohner schnell zum Ärger. Dieser Zyklus bestimmt die Richtung, in der die Begegnung verläuft. Die verletzte Mutter erscheint ihm als Symbol für das, was die Dorfbewohner an ihm verloren haben. *Tanha*, *upadana*, *bhava* und *jati* erscheinen wie in früheren Begegnungen, und sie werden durch den Schmerz und die Demütigung, die er jemandem zufügen konnte, noch versüßt. Herr I sieht die Blindheit und Dummheit des ganzen Dorfes im Gesicht der Frau.

Die Frau bricht in Tränen aus. Plötzlich schämt sich Herr I. Er fühlt sich nicht mehr als wichtige Persönlichkeit, sondern unbedeutend und klein. Als die Frau nach der Tür tappt, fühlt er plötzlich, dass etwas schief gegangen ist. Eigentlich hat er die Frau nicht verletzen wollen. Er versucht, sie aufzuhalten, aber sie läuft zur Tür hinaus. Herr I ist ratlos, dann greift er nach einer Flasche Mekong-Whisky. Das erste Mal in seinem Leben empfindet er Ekel vor sich selbst.

An dieser Stelle haben Zerfall und Tod (*jara-marana*) von Herrn Is Selbst-Bild als einem von seinem Volk verworfenen Ältesten stattgefunden. Diesmal ist die Auflösung gründlich. Wenn Herr I achtsam wäre, anstatt seine Wahrnehmung mit Whisky herunterzuspülen, würde er mit gestärkter *vijja* (Selbst-Wahrnehmung) in den nächsten Zyklus eintreten. Achtsamkeit könnte ihn dazu befähigen, mit den Ereignissen angemessen umzugehen und Entscheidungen zu treffen, die sein Leben zum Guten verändern würden. Achtsamkeit könnte ihm auch offenbaren, dass sein Hass, den er wegen ihrer Undankbarkeit auf die Dorfbewohner lenkt, zwar indirekt, aber sicher auf ihn

zurückfällt. Achtsamkeit würde, in Verbindung mit der Erkenntnis des *Paticca-samuppada*-Zyklus, Herrn I zeigen, wie sein Selbst-Bild seine Haltung zu den Dorfbewohner bestimmt und wie sein Verhalten ihnen gegenüber ihn indirekt selbst schädigt.

Die der Verblendung innewohnende Unsicherheit schlägt sich gleich zu Beginn eines Kontakts mit anderen als Misstrauen nieder. Wir misstrauen anderen, weil sie, da sie Subjekte wie wir selbst sind, die Möglichkeit haben, unser ohnehin unsicheres Selbst-Bild zu bedrohen und uns Ärger zu bereiten. Konflikte entstehen oft aus Ereignissen, die ein neutraler Beobachter für unbedeutend halten würde, die den Betroffenen aber „verletzen“ oder „kränken“. Buddhadasa Bhikkhu formuliert das so:

„Bitte versteht, dass normalerweise unser Körper und unser Geist nicht zum Leiden geschaffen sind. Unwissenheit oder etwas anderes muss vorhanden sein, um die Bedingungen dafür herzustellen, dass wir empfänglich für die Möglichkeit des Leidens werden.“⁵²

Noch einmal zurück zu unserer Parabel vom Hausbau:

In dem Augenblick, als der Mann ihn sah, wusste er, dass der Besucher der Verursacher aller seiner Probleme war. Ärger wuchs in seinem Herzen, als er sich alle Mühen ins Gedächtnis rief, die er hatte auf sich nehmen müssen. Außerdem fürchtete er sich: Was hat der Gauner als Nächstes vor? Als er sich durchs Fenster das Gesicht des Besuchers ansah, konnte er ein schlaues, maliziöses Hohnlachen darin erkennen. Er ging zur Tür, und mit jedem Schritt wuchs seine Wut.

Wenn der Mann den Besucher sieht, konzentriert sich seine plötzlich wieder erstandene Angst auf ihn. *Sankhara* verbindet Feindseligkeit und Misstrauen des Mannes mit dem Bild des Besuchers, deshalb sieht der Mann Boshaftigkeit im Gesichtsausdruck des anderen. Das geschieht, weil Verblendung ihn beherrscht.

Die Verbindung von Verblendung und Gier bewirkt, dass die Streitenden vom Wunsch nach Gewinn und Angst vor Verlust besessen sind.

Sie glauben blind, dass sie glücklich würden, wenn sie das bekämen, was sie so unbedingt haben wollen. Das engt ihre Wahrnehmung auf einen Punkt ein, sodass sie keine anderen möglichen Lösungen erkennen können. Der Geist verliert seine Kreativität, und die Palette der Möglichkeiten, die er schaffen könnte, verengt sich auf einen Punkt.

Zusammenfassung

Selbstzentriertes Denken fördert die Unwissenheit über die Realität. Selbstzentriertheit verzerrt Verständnis, Empfindungen und Beziehungen. Das sich daraus ergebende Selbst-und-Welt-Bild befindet sich im Konflikt mit der Realität. Das verunsichert uns, und wir wollen unser Selbst unbedingt verwirklichen. Wenn jemand selbstzentriert denkt, ist er davon überzeugt, dass er sein Selbst dadurch vergrößern kann, dass er das Selbst des anderen verkleinert. Er denkt: wenn ich gewinne, verliert der andere und umgekehrt. Dieses Denken erschwert den Streitenden die Zusammenarbeit. Sie beruht ja auf Werten, die das Selbst überschreiten. Im nächsten Kapitel werden wir zeigen, dass Buddhas Lehre eine praktische Methode für Verbesserungen bereithält.

4 EINE PRAKTISCHE PSYCHOLOGIE DES FRIEDENSTIFTENS

Das Ziel von Buddhas Lehre ist die Freiheit vom Leiden im Leben des Einzelnen und in der Gesellschaft. Die Befreiung von den selbstzentrierten Zyklen, die uns spirituell behindern, verbessert unser Verständnis und ist, gemäß der Lehre Buddhas, der einzige Weg zu radikaler Veränderung zum Guten.

Der Freund auf dem Felsen.

Wie man einem anderen eine neue Art der Wahrnehmung ermöglicht

Im *Dantabhumi Sutta* wird berichtet, dass Buddha dem Novizen Aggivessana sagte, die Wahrheit, die jemand erkenne, der im Verzicht lebe, könne nicht von jemandem erkannt werden, der in sinnliches Begehren verstrickt sei.⁵³ Ebenso sieht jemand, der in einem Konflikt mit all seinen Verwirrungen, Rivalitäten und Ängsten gefangen ist, den Fall anders als eine dritte Partei, die unvoreingenommen an die Sache herangeht.

„Gleichwie etwa, Aggivessana, wenn da in der Nähe eines Dorfes oder einer Burg ein hoher Felsen stände. Zu diesem gingen zwei Freunde, aus dem Dorfe oder der Burg Arm in Arm hinschreitend, heran, dem Felsen entgegen. Dort angelangt bliebe der eine der Freunde unten, am Fuße des Felsen, stehn, während der andere auf den Scheitel des Felsens emporstiege. Und es riefte der Freund unten, am Fuße des Felsens, dem Freunde zu, der auf den Scheitel des Felsens gestiegen: ‘Was denn, Bester, siehst du oben vom Felsen aus?’ Der aber sagte: ‘Ich sehe da, Bester, oben vom Felsen aus einen heiteren Garten, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen lichten Wasserspiegel.’ Und jener spräche: ‘Unmöglich ist es, Bester, es kann nicht sein, dass du oben vom Felsen aus einen heiteren Garten, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen lichten Wasserspiegel sähest.’ Da stiege der Freund oben vom Scheitel herab

bis zum Fuße, ergriffe den Freund unterm Arme, führte ihn auf den Felsen empor, und nachdem er ihn eine Weile ausruhen lassen, fragte er ihn: 'Was denn, Bester, siehst du oben vom Felsen aus?' Und jener spräche: 'Ich sehe da, Bester, oben vom Felsen aus einen heiteren Garten, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen lichten Wasserspiegel.' Der aber sagte: 'Eben erst haben wir, Bester, deine Rede also vernommen: „Unmöglich ist es, Bester, es kann nicht sein, dass du von oben vom Felsen aus einen heiteren Garten, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen lichten Wasserspiegel sähest“ ; und jetzt eben wiederum, Bester, haben wir deine Rede vernommen: „Ich sehe da, Bester, oben vom Felsen aus einen heiteren Garten, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen lichten Wasserspiegel.“' Und jener spräche: 'So lange ja mich eben, Bester, dieser hohe Felsen gehindert hat, hab' ich das Sichtbare nicht gesehen.'

Ebenso nun auch, aber noch mächtiger, hat, Aggivessana, gewaltiges Unwissen Jayaseno den Königssohn gehindert, gehemmt, angehalten, eingeschlossen.⁵⁴

Als Mediatoren spielen wir die Rolle des Freundes auf dem Felsen. Wir gebrauchen Achtsamkeit und Unvoreingenommenheit, um den Streitenden zu helfen, die Situation angemessener zu verstehen. Wir sind ihnen dabei behilflich, einige spirituelle und psychologische Schritte zu gehen, die für die Zusammenarbeit (mit der anderen Partei) beim Problemlösen notwendig sind.

„Der Freund unten“ muss die Einsicht selbst gewinnen. Allerdings führt ihn „der Freund auf dem Felsen“ zu dem Aussichtspunkt hinauf, von dem aus er die Dinge sehen kann, wie sie sind. „Der Freund auf dem Felsen“ ist geduldig mit seinem skeptischen Freund. Er steigt hinunter, um ihm beim Aufstieg zu helfen. Die ganze Zeit über begleitet Mitgefühl seine Worte und Handlungen: Nachdem er ihm auf den Felsen hinaufgeholfen hat, gönnt er ihm Zeit, wieder zu Atem zu kommen, bevor er weiter mit ihm spricht. Wenn der „Freund auf dem Felsen“ sich nicht liebevoll um den anderen gekümmert hätte, wäre „der Freund unten“ nicht zu seiner Einsicht gelangt. Zwar steht

der eine, was die Einsicht betrifft, „über“ dem anderen, aber in seiner Haltung steht er mit ihm auf derselben Stufe.

Wir sollten so klar sehen können wie der „Freund auf dem Felsen“. Und wir müssen uns mit Menschen, denen wir zu helfen versuchen, auf eine Stufe stellen und nicht „über“ sie. Freundschaft und Zusammenarbeit (zu deren Entstehen wir beitragen) schaffen dann für die Streitenden den Raum, in dem sie die Dinge sehen, wie sie sind, und wo sie konstruktiv über Lösungen nachdenken können. Wir treten nicht als Experten auf, die den Streitenden von der Höhe ihrer Autorität herab raten, was sie tun sollen, sondern wir helfen den Streitenden nur dabei, in ihrer Zusammenarbeit miteinander eigene Lösungen zu suchen und womöglich zu finden.

Wenn wir als Mediatoren in einen Konflikt eingreifen, treten wir in enge Beziehungen zu den Streitenden. Deshalb ist unser spirituelles und psychisches Engagement von allergrößter Bedeutung für den Mediationsprozess. Wir treten ja in Wechselbeziehung zu den tiefsten Schichten der Streitenden: ihren Wahrnehmungen, Haltungen, der Klarheit ihres Verstehens, ihrer Ruhe oder ihrer Angst. Die Folge davon ist, dass sich unsere Gedanken auch im stillen Kämmerlein weiter um einzelne Aspekte des Konflikts drehen. Alle Mediatoren, die ich kenne, verbringen viele Stunden damit, über ihre Fälle nachzudenken, darüber zu meditieren oder für die Streitenden zu beten. Vielen bereitet die Mediation schlaflose Nächte - und das ist gut so!

Der *Paticca-samuppada* kann Veränderung bewirken

Wenn der *Paticca-samuppada* von Unwissenheit beherrscht wird, wirkt er destruktiv, wenn er aber von Achtsamkeit bestimmt wird, nimmt er einen heilsamen Charakter an; er wird dann zum Zyklus des Aufhörens des Leidens. Wir haben Buddhadasa Bhikkhus Beschreibung des Zyklus als Werkzeug oder Hilfsmittel zur Achtsamkeit zitiert. Bevor wir weitergehen, wollen wir ein paar Worte über die Achtsamkeit selbst sagen. Wie wirkt Achtsamkeit? Phra Depvedi (Phra Dharmapitok) gibt uns eine eingehende Beschreibung ihrer Funktionsweise, indem er sowohl positive als auch negative Aspekte nennt:

„Das am meisten hervorragende Merkmal der Wirkung von *sati* (Achtsamkeit) ist, dass sie den Geist vom Umherschweifen abhält. Sie erlaubt es Geisteszuständen nicht, unbeachtet vorüberzuziehen. Sie bewahrt den Geist davor, aufgeregt und ruhelos zu werden. Sie ist aufmerksam, weil sie gleichsam ihre Augen auf jeden Eindruck richtet, der in das Bewusstsein eintritt. ... Wenn man sich auf einen besonderen Gegenstand konzentrieren will, hält sie die Aufmerksamkeit bei diesem fest und erlaubt dem Gegenstand nicht, davonzutreiben oder zu verschwinden. Mit Hilfe von *sati* hält man den Geist bei dem Gegenstand oder der Erinnerung an ihn fest, ohne sich zu gestatten, ihn aus dem Geist entschlüpfen zu lassen. Man kann die Achtsamkeit mit einem Stützpfeiler vergleichen, weil sie fest im Gegenstand verankert ist, oder mit einem Türhüter, weil sie über die verschiedenen Sinnen-Tore wacht, durch die die Sinneseindrücke eintreten, und weil sie alles, was durch die Tore eingeht, überprüft.“⁵⁵

Wenn wir achtsam sind, vermischen wir nicht mehr Selbst und Welt miteinander, ohne es zu bemerken, sondern wir nehmen aktiv wahr, wie wir beide miteinander vermischen. Während sich die Verblendung am Selbst orientiert, orientiert sich die Achtsamkeit am Nicht-Selbst. Bei beständiger Ausübung von Achtsamkeit verlieren die gewohnten Muster der selbstzentrierten Denkweise ihre Zwanghaftigkeit. Wir lassen uns dann nicht mehr von Unsicherheit beherrschen, sondern bemerken den Prozess, in dem wir das unsichere Selbst-Welt-Bild aufbauen und erhalten. Selbst-Wahrnehmung schafft dann einen Raum, in dem sich Großzügigkeit (*alobha*), Mitgefühl (*adosa*) und Einsicht (*amoha*) entfalten können.

Diese Eigenschaften, die *kusala-mula* (heilsamen Wurzeln des Handelns), begründen eine neue und bessere Zukunft. Anstatt Fantasien von Verzweiflung und Rache zu ersinnen, nutzen wir unsere Kraft dazu, uns Wege nach vorn auszudenken, auf denen wir unserer inneren Wahrnehmung treu bleiben, anderen gegenüber einfühlsam sind und allen Seiten gerecht werden. In diesem Kapitel wollen wir den Zyklus des Aufhörens (des Leidens) darstellen und wie er als Hilfsmittel zu spiritueller Veränderung zum Guten gebraucht werden kann. Im Teil 2 zeigen wir dann an einer Beispielgeschichte

die Konsequenzen, die sich aus den *kusala-mula* (heilsamen Wurzeln des Handelns) für die Mediation ergeben.

Buddha stellt seine Entdeckung des Zyklus des Aufhörens folgendermaßen dar:

„Dann kamen mir die folgenden Gedanken: Was muss abwesend sein, damit Alter und Tod nicht entstehen? Vom Aufhören wessen hören Alter und Tod auf? Dann kam mir das Begreifen der Einsicht: Wenn es keine Geburt mehr gibt, dann hören Alter und Tod auf ...

Und so kam mir das Begreifen von Geburt, Werden, Ergreifen oder Haften, Begierde, Empfindung, Berührung, Sinnenbereich und Denken, Person, Erkennen, karmischen Gestaltungen und Unwissenheit.

So ist es: Die Aktivitäten hören auf, weil das Unwissen und alles Übrige aufgehört haben. Genauso hört das gesamte Leiden auf.

Aufhören! Aufhören! Diese Gedanken stiegen in mir auf, die vor der Vision, vor der Erkenntnis, vor der Einsicht, vor dem Licht noch niemals gelehrt worden waren.“⁵⁶

Wir beginnen unseren Überblick mit *phassa* (Berührung), weil hier, dem allgemeinen Verständnis entsprechend, die Erfahrungen anfangen.⁵⁷ Wir wollen herausstellen, in welchen Stadien des *Paticca-samuppada*-Zyklus des selbstzentrierten Zusammensetzens der Realität die Mediatoren Streitende günstig beeinflussen können.

***Phassa* (Berührung) und *vedana* (Empfindungen)**

Wenn wir den Zyklus betreten, hat Berührung schon stattgefunden, und Empfindungen entstehen. Solange unser Geist von Unwissenheit beherrscht wird, verbinden sich die Empfindungen, sobald sie entstehen, mit dem Selbst-Bild und werden zu Emotionen.⁵⁸ Wenn *phassa* z.B. darin besteht, dass uns eine Arbeitskollegin kritisiert, ärgern wir uns. Wären wir jedoch achtsam, dann würden wir uns nicht ärgern, sondern wundern. Wir würden bemerken, wie sich unser Selbst-Bild einmischt, wie es die Bemerkungen als Bedrohung seiner Existenz deutet, und wie Ärger daraus entsteht. Indem wir aber das

wahrnehmen, was ist, verhindern wir, dass sich Empfindungen unbemerkt in selbstzentrierte Emotionen verwandeln. Wenn wir unsere Empfindungen mit größter Achtsamkeit wahrnehmen, sind wir frei von dem Zwang, ärgerlich zu werden oder jemanden zu hassen.

„Ob es eine angenehme Empfindung ist oder eine schmerzvolle oder eine neutrale,/ Irgendwelche eigenen Empfindungen oder die anderer,/ Er weiß, dass sie übel, trügerisch und flüchtig sind./ Da er ihre wiederholte Wirkung und ihr Verschwinden wahrnimmt,/ Gewinnt er Loslösung von den Empfindungen und ist ohne Leidenschaft.“⁵⁹

Empfindungen sind „übel, trügerisch und flüchtig“, insofern als sie zu *tanha* und also zum Leiden führen, wenn wir uns an sie heften, weil wir sie als Teil unseres Selbst ansehen, oder wenn wir sie als unter unserer Würde ablehnen. Aus der ursprünglichen Empfindung ergibt sich eine Kette von Ereignissen, die vorher nicht abzusehen waren. Das Dhamma lehrt, dass unser selbstzentriertes Anhaften oder unsere Ablehnung die Probleme verursacht und nicht die Empfindung an sich. Achtsame Wahrnehmung der Empfindungen weist Wege zu ihrer Verarbeitung und schafft damit Raum für tief wurzelnde Veränderung zum Guten:

„Bei angenehmen Empfindungen, Mönche, sollte die Hinwendung zur Gier aufgegeben werden; bei unangenehmen Empfindungen sollte die Hinwendung zur Abneigung aufgegeben werden; bei neutralen Empfindungen sollte die Hinwendung zur Unwissenheit aufgegeben werden.“⁶⁰

Wenn man Empfindungen als das sieht, was sie sind: bedingt durch den Körper, unbeständig und mit der Möglichkeit behaftet, Leiden zu schaffen, dann verbindet man die Empfindungen nicht mit dem Selbst-Bild und geht infolgedessen nicht zu *tanha* (Begierde) über.

„Wenn er eine angenehme ... unangenehme ... neutrale Empfindung hat, weiß er, sie ist unbeständig; er weiß, man soll nicht an ihr festhalten; er weiß, man soll ihr nicht nachgeben, denn sonst würde man von ihr gefesselt. Wenn er eine angenehme ... unangenehme ... neutrale Empfindung hat, fühlt er sich nicht von ihr gefesselt.“⁶¹

Wie können wir als Mediatoren achtsam auf die Empfindungen der Streitenden sein? Die Antwort liegt im Folgenden: Alles, was wir als persönlich und individuell ansehen, übersteigt das Selbst. Zwar unterscheiden sich Vorlieben, Abneigungen, die Farbe von Haut, Haar und Augen voneinander, aber wir besitzen eine gemeinsame spirituelle Wirklichkeit. Emotionen haben Wechselwirkungen, und alle Gedanken und Einstellungen finden in irgendeiner Weise einen für andere erkennbaren Ausdruck. Achtsame Freundschaft führt uns in so tiefen Einklang mit den anderen, dass wir oft ihre Gefühle empfinden, wenn sie sprechen. Indem wir die Gefühle der Streitenden behutsam erkunden, ermutigen wir sie dazu, über ihre Gefühle zu sprechen. Oft bemerken Streitende erst beim Aussprechen, wie ihre Gefühle ihr Verhalten geprägt haben. Achtsamkeit der Mediatoren ermutigt die Streitenden zu mehr Selbst-Wahrnehmung.

Tanha (Begierde)

Der in den Texten dargestellte Zyklus des Aufhörens hat mit dem unheilvollen Zyklus die ersten acht Stadien gemeinsam (von *avijja* bis *tanha*), aber die folgenden Stadien (*upadana* bis *jara-marana*) sind auf die Auslöschung ausgerichtet. So heißt es z.B. im *Samyutta Nikaya*:

„Und was, Brüder, ist das Hinscheiden des Übels?/ Aus dem Gesichtssinn und den sichtbaren Objekten entsteht Erkennen des Sichtbaren, in der Berührung prallen alle drei zusammen. Empfindung ist durch Berührung bedingt, Begierde durch Empfindung. Beim völligen Dahinschwinden und Aufhören von Ergreifen und Haften hört das Werden auf, Geburt hört auf, beim Aufhören von Geburt enden Alter und Tod, Kummer, Klagen, Leiden, Verzweiflung hören auf. So

hört die ganze große Menge des Übels auf./ Genauso ist es im Fall der anderen Sinne./ Dieses, Brüder, ist das Hinscheiden des Übels.“⁶²

Die Erfahrung lehrt, dass *tanha* eines der Stadien ist, die Veränderungen am leichtesten zugänglich sind. Warum können sich während *tanha* besonders tiefgreifende positive Veränderungen ereignen?

1. *Tanha* steht der Achtsamkeit offen. *Tanha* und *upadana* gehören eng zusammen. Während *upadana* ist es schwer, achtsam zu sein, weil man wie Pech und Schwefel am erwählten Objekt hängt. Im *tanha*-Stadium ist das ganz anders. Man fühlt großen Durst, aber der Geist hat sich noch nicht darauf festgelegt, womit er gestillt werden soll. Wie der hungrige Mann, der die Speisekarte liest, sich an Speisen erinnert oder sie sich vorstellt, so erinnern wir uns an Vergnügen oder stellen sie uns vor, aber wir haben uns noch nicht für ein besonderes Vergnügen entschieden, ebenso wenig wie der Mann sich für eines der Gerichte auf der Karte entschieden hat. Der Mann ist bereit, verschiedene Möglichkeiten in Betracht zu ziehen. Man könnte ihn sogar noch dazu bringen, in ein anderes Restaurant zu gehen. Wenn wir im *tanha*-Stadium achtsam sind, können wir es fast immer günstig beeinflussen und damit das Wachstum der Gier-Losigkeit ermöglichen. Buddhadasa Bhikkhu schrieb:

„Am wirkungsvollsten geht man mit dem Anhaften um, indem man es erkennt, sobald es auftritt.“⁶³

und:

„Kurz gesagt: wenn wir uns auf etwas einlassen, müssen wir das achtsam tun; unser Handeln darf nicht durch Begierde bestimmt sein. Dementsprechend wird das Ergebnis sein.“⁶⁴

2. Im *tanha* können wir die Wirkung von *sankhara* achtsam wahrnehmen. Im *tanha* ist die Wirkung von *sankhara*, die darin besteht, wünschenswerte Objekte zusammzusetzen, leichter zu erkennen als im

upadana. Wenn wir erst einmal im *upadana*-Stadium sind, verdunkelt uns unsere Fixiertheit auf das Objekt der Begierde den subjektiven geistigen Prozess, in dem wir das Objekt geschaffen haben. Wir hängen einfach nur noch am Objekt, ohne rechts oder links zu gucken.

3. Im *tanha* erleben wir *dukkha* (Leiden) oder Unbefriedigtsein, und das kann sachlicheres Nachdenken begründen. Im *upadana*-Stadium dagegen unterdrücken wir Leidensempfindungen.

Im Fall von Kritik könnte *tanha* das Verlangen danach sein, mit unseren Kritikern ins Reine zu kommen, oder womöglich unseren früheren Status zurückzugewinnen. Ohne Selbst-Wahrnehmung wird unser Geist ein besonderes Objekt suchen, das unser *tanha* erfüllt. Vielleicht setzen wir unseren Kritiker herab. Das ist dann *upadana*. Wenn wir achtsam sind, bemerken wir zwar, wie das Verlangen in uns entsteht, unseren Kritiker herabzusetzen, aber wir überlegen uns, dass das unangemessen wäre, da wir ja den Inhalt der Kritik noch gar nicht verstanden haben. Wir entscheiden uns infolgedessen dafür, mehr darüber herauszufinden und erst dann zu reagieren.

***Upadana* (Ergreifen und Haften) und *bhava* (Werden)**

Upadana und *bhava* sind der Achtsamkeit weit weniger zugänglich als *tanha*. Im *upadana* ist sie immerhin noch möglich. Wie können wir diese Erkenntnis für die Meditation benutzen? Buddha lehrte, dass man *upadana* angehen kann, indem man die Betroffenen mit den wahrscheinlichen Folgen ihres Handelns konfrontiert. Wird das Handeln wirklich den gewünschten Erfolg oder eher den entgegengesetzten Effekt haben? Wenn wir von dem Gedanken besessen sind, unseren Kritiker zu demütigen, kann es uns wieder zur Besinnung zu bringen, wenn wir den Preis bedenken, den das wahrscheinlich haben wird. Z.B. könnte uns plötzlich klar werden, wie unsere Reaktion auf Leute wirken könnte, von denen wir etwas halten. Buddha spricht von der Zeit vor seiner Erleuchtung:

„Aber als ich deutlich und mit dem rechten Verständnis sah, wie klein der Lohn ist, den sinnliche Begierden bereithalten, wie groß dagegen

Leiden und Verzweiflung, dazu die Gefahr, die in den Begierden liegt, und als ich mich dann dem Glück und Vergnügen zuwandte, die weit vom sinnlichen Begehren entfernt sind, da erkannte ich, dass ich an die sinnlichen Begierden nicht mehr gebunden war.“⁶⁵

Auf dieselbe Weise kann die Mediatorin, der oft die möglichen Folgen einer feindlichen Handlung der Streitenden bewusster sind als diesen selbst, sie im *upadana* dazu bewegen, an künftige Folgen zu denken. Möglicherweise könnte man den Streitenden mit der Frage helfen: „Was meinen Sie, wie diese Handlung die Situation in den nächsten Tagen und Wochen beeinflussen wird?“ Mediatoren sind keine Ratgeber, aber sie helfen Streitenden dabei, ihre Angelegenheiten genauer zu durchdenken.

Jati (Geburt)

Der Augenblick, in dem das neue Selbst-Bild geboren wird, ist so intensiv, und man ist so sehr mit dieser Geburt beschäftigt, dass es ganz und gar unrealistisch ist anzunehmen, Mediatoren könnten irgendetwas bewirken, wenn die Streitenden in diesem Stadium sind. Aber es dauert nicht lange, bis das neue Selbst-Bild anfängt Schwierigkeiten zu bereiten und ein Desillusionierungsprozess einsetzt.

Um bei unserem Beispiel zu bleiben: Das Rachegelüst mag sich in einer Herabsetzung der Kollegin, die uns kritisiert hat, konkretisieren. Unser Selbst-Bild ist wiedergeboren, wenn wir durch ihre Demütigung unsere Überlegenheit behauptet oder bestätigt haben.

Jara-marana (Altern und Sterben)

Ein guter Zeitpunkt für das Eingreifen einer Mediatorin ist der, wenn ein Zyklus vollendet ist - wenn *jati* dem *jara-marana* (Altern und Sterben) Platz gemacht hat. Sobald die Besessenheit von *upadana* und *bhava* nachlässt, kommen Zweifel und Verletzungen, die während *upadana* unterdrückt wurden, an die Oberfläche. Die Konsequenzen der mit der Wiedergeburt verbundenen Handlungen werden offensichtlich, und neue Probleme entstehen aus dem Grundkonflikt zwischen Selbst-Bild und Realität. Dies ist der rechte Zeitpunkt für Achtsamkeit. Sie ist schmerzhaft, aber nicht

schwierig: der Geist untersucht spontan die Beziehung zwischen Haltung, Gedanken, Handeln einerseits und ihren Folgen andererseits.

Jara-marana beginnt oft damit, dass wir uns unbehaglich und wertlos fühlen. Uns bedroht das Gefühl der Bedeutungslosigkeit. Im Zustand der Unwissenheit versuchen wir diese Wahrnehmung zu unterdrücken oder lenken uns mit etwas Unterhaltamerem ab. Wir denken, wir könnten „wieder wir selbst sein“, wenn wir nur diese Empfindungen loswürden. Stattdessen wird die Angst vor der Bedeutungslosigkeit in den nächsten Zyklus eingebaut und macht unser Selbst-Bild noch starrer als zuvor. Im Gegensatz dazu bewirkt Achtsamkeit das willige Annehmen der Empfindungen. Wir sind weit davon entfernt, sie unterdrücken zu wollen, nein, wir erlauben uns, sie aufmerksam wahrzunehmen. Als wäre Achtsamkeit eine Schleuse, so öffnet sie sich dem Strom der Erfahrungen. Erinnerungen an Gesichter, Ereignisse und Empfindungen steigen in uns auf. Sie haben nicht nur mit den Handlungen zu tun, die mit der Geburt verbunden sind, sondern ebenso mit anderen Lebensgebieten. Wir bemerken, dass die zuletzt erfahrene selbstzentrierte Reaktion wie viele ähnliche Reaktionen unserer selbstzentrierten Haltung entspringt.

Zurück zu unserem Beispiel. Es könnte sein, dass wir eines Nachts mit einem unangenehmen Gefühl aufwachen, nachdem wir unsere kritische Kollegin schlechtgemacht haben. Wir betrachten die Sache mit Achtsamkeit. Wenn wir an den vergangenen Tag denken, fällt uns der Ausdruck völliger Überraschung in ihrem Gesicht ein. Vielleicht hatte sie ja gar nicht beabsichtigt, uns zu verletzen, und sah deshalb so überrascht und traurig drein. Vielleicht hatte sie auch Recht mit ihrer Kritik. Wir haben die Kritik gar nicht hinterfragt, sondern sofort reagiert. Wir erinnern uns an ihren Gesichtsausdruck und fühlen uns in sie ein. Wir entsinnen uns, dass wir das gleich gesehen haben, aber unsere Aufmerksamkeit war völlig von unserer Rache und der Freude über das Missbehagen der Kollegin in Anspruch genommen.

Die Bekehrung Kaiser Asokas⁶⁶ nach einem seiner glänzendsten Siege gibt uns ein gutes Beispiel dafür, wie überaus günstig sich Achtsamkeit im *jara-marana* auswirken kann. Der Kaiser war auf dem Gipfel seiner Herrschaft angelangt. Er hatte durch Gewaltanwendung seinen Thron

gesichert und durch Eroberungen sein Reich ausgedehnt. Nach einer besonders blutigen Schlacht wurde Asoka von Gewissensbissen wegen der Leiden, die er verursacht hatte, überwältigt. Diese Wahrnehmung, die er während *upadana* nach Reich und Macht unterdrückt hatte, überkam ihn, als er nach dem Sieg aus seinem Machtrausch aufwachte. Während er niedergeschlagen und orientierungslos war, gewann plötzlich die Predigt des buddhistischen Mönches Nigroda eine Bedeutung für ihn, die sie vorher nicht gehabt hatte. Asoka blieb zwar Kaiser, aber er führte keine Kriege mehr. Stattdessen errichtete er die menschlichste Gesellschaft, die es je in der Geschichte gegeben hat. Über das ganze Reich verstreut ließ er in Felsen und Säulen Edikte einmeißeln, die die Behandlung von Menschen und Tieren regelten. Bald schlossen sich die Herrscher der Nachbarstaaten an, denn sie waren von der Wandlung Asokas beeindruckt und mussten sich ja nicht mehr vor seinen Angriffen schützen.

Dementsprechend ist ein Streitender, der sich gerade eine neue Kampfstrategie zurechtlegt und vom Gedanken an Gewinn oder Ruhm beherrscht wird, sicherlich wenig an Mediation interessiert. Wenn er aber in *jara-marana* kommt und der Preis und die Vergeblichkeit seiner Handlungen offensichtlich werden, dann ist es wahrscheinlicher, dass er Interesse an Mediation findet.

In Jesu Gleichnis vom Pharisäer und Zöllner, die im Tempel beten, finden wir die Achtsamkeit von *jara-marana*. Der Pharisäer haftet an dem Selbst-Bild eines sündlosen Menschen und dankt Gott dafür, dass er besser sei als andere. Der Zöllner dagegen erkennt seine Sünden und weint beim Beten vor Reue. Wer ist Gott näher? Wer ist der Erleuchtung näher? Jesus sagt, der Zöllner, weil er ehrlich mit sich selbst ist.

***Avijja* und *sankhara* (Unwissenheit und die Macht der Erfindung)**

Die Art und Weise, wie wir mit *jara-marana* umgehen, bestimmt, ob wir in den nächsten Zyklus mit wacher Wahrnehmung oder mit Unwissenheit eintreten. Wenn uns *avijja* beherrscht, nehmen wir nur das Ergebnis, das Selbst-Welt-Bild, wahr. Mit Achtsamkeit dagegen nehmen wir den Prozess wahr, in dem wir uns dieses Selbst-Welt-Bild schaffen. Nur weil wir in Illusionen befangen sind und uns nicht Rechenschaft darüber ablegen, wie

wir sie uns selbst erschaffen, erfahren wir Konflikt und Leiden. Im *sankhara* setzen wir uns unser Selbst-und-Welt-Bild falsch zusammen; Achtsamkeit dagegen führt zu *yoniso-manasikara* (weiser Aufmerksamkeit). Wenn wir weise und unvoreingenommen sind, dann gründen sich unsere Gedanken und Handlungen auf die Wahrnehmung und nicht auf die Unwissenheit. Infolgedessen leben wir in größerer Harmonie mit der Realität und schaffen uns weniger unnötiges Leiden.

Stellen Sie sich ein kleines Kind vor, das zum ersten Mal ins Kino geht. Seine Aufmerksamkeit ist von den „wirklichen Ereignissen“ auf der Leinwand so in Anspruch genommen, dass es die Einflüsse und Ideen nicht bemerkt, die zu dem Film geführt haben. Es wird genauso in die Geschichte hineingezogen wie Menschen in die Unwissenheit: Wir erfahren eine Realität, von der wir nicht wissen, wie wir sie selbst zusammengesetzt haben. Erst wenn das Kind bemerkt, dass die Bilder nicht die Wirklichkeit selbst sind, denkt es über den Prozess nach, dem sie ihre Existenz verdanken. Ebenso entdecken wir mit Hilfe der Achtsamkeit, dass unsere selbstzentrierte „Realität“ eine Illusion ist. Erst danach sehen wir ein, dass wir sie selbst zusammengesetzt haben.

So wie eine fehlerhafte Linse alles verzerrt, was wir sehen, so verfälscht das Selbst-Bild unsere Wahrnehmung der Realität. Spirituelle Ungeschicklichkeit schafft in uns die Bereitschaft, mit anderen Menschen, mit Gegenständen und sogar mit Ideen in Konflikt zu geraten. Wenn wir achtsam sind, bemerken wir die Handlung dieses unnützen Schauspiels, können die Verfälschungen korrigieren und vielleicht sogar lernen, in Zukunft ohne sie auszukommen.

Wenn wir die Wirkung von *avijja* und *sankhara* achtsam wahrnehmen, erkennen wir, dass - im Falle des Beispiels - unser Geist die „Bedrohung“ durch unsere Kollegin selbst geschaffen hat. Am nächsten Tag bei der Arbeit nehmen wir uns vor dem alten selbstzentrierten geistigen Muster in Acht, denn wir möchten die Dinge so sehen, wie sie wirklich sind.

Da Unwissenheit den gesamten Zyklus stützt, müssen sich Friedensstifter unbedingt damit befassen. Die Aufgabe der Mediatorin ist es, als Katalysator für richtiges Verstehen zu wirken. Zwar scheint das mitten im Konflikt unmöglich, aber es gibt tatsächlich immer die Möglichkeit für einen

Wandel. Schritt für Schritt führt die Mediatorin die Streitenden in Richtung richtigen Verstehens.

***Vinnana* (Erkennen), *nama-rupa* (Person) und *salayatana* (Sinnenbereich und Denken)**

Früher durchlaufene Zyklen bestimmen uns geistig und körperlich. Sie beeinflussen auch das den drei genannten Stadien folgende *phassa* (Berührung). Welchen Einfluss üben nun die drei Stadien des Zyklus auf uns aus?

Im *vinnana* unterscheidet unser Erkennen einzelne Objekte. Wenn ein Dieb und ein Motorradfahrer dieselbe Straße entlanggehen, nehmen sie verschiedene Dinge wahr: der Dieb bemerkt alle Möglichkeiten, wie man in ein Haus kommen könnte, und der Motorradfahrer sieht einzig und allein Motorräder. Im Falle unseres Büro-Konflikts würden wir von unserer Kollegin Widerstand oder Zustimmung erwarten, wenn wir *jara-marana* unachtsam gebrauchten. Wenn wir aber achtsam sind, erkennen wir, wie sehr unser selbstzentriertes Herangehen unser Verständnis ihrer Person begrenzt hat. Von da an sind wir in der Lage, unser Erkennen den Tatsachen besser anzupassen.

In *nama-rupa* treten die körperlichen Fähigkeiten und Gewohnheiten, die aus durchlaufenen Zyklen stammen, in Aktion, sobald *phassa* (Berührung) stattfindet. Die Finger des Diebes jucken ihm in der Tasche, während der Motorradfahrer bereits die Schaltung in der Hand fühlt. Unser Körper und Geist sind schon für die nächste Begegnung mit unserer Kollegin am nächsten Morgen vorbereitet; wir werden uninteressiert ihren Ärger oder herablassend ihre Zustimmung zur Kenntnis nehmen. Wenn wir dagegen achtsam sind, werden wir uns unserer Umgangsgewohnheiten bewusst und lassen uns nicht von ihnen überrumpeln. Wir entschließen uns dazu, die üblichen Statusspiele nicht weiter mitzumachen. Stattdessen probieren wir aus, wie es ist, wenn wir aufrichtig mit einem anderen Menschen umgehen.

Im *salayatana* erfassen unsere Sinne das, was *vinnana* (Erkennen) uns nahelegt. Unser Dieb sieht die dunklen Flecken, die offene Handtaschen, und die Hell-dunkel-Muster, die dicke Brieftaschen in Gesäßtaschen anzeigen. An den Häusern rechts und links der Straße sieht er die ununterbrochenen

dunklen Schlitz, aus denen er erkennt, dass ein Fenster nicht verriegelt ist. Im Büro-Beispiel sind unsere Sinne bereit, Nuancen im Gesichtsausdruck unserer Kollegin wahrzunehmen, die Zustimmung oder Ärger anzeigen. Wären wir achtsam, dann würden wir bemerken, dass das Erkennen die Tendenz hat, sich zu verengen, und wir würden versuchen, uns ohne Scheuklappen umzusehen, sodass wir unserer Kollegin ganz neu begegnen könnten.

Nun sind wir wieder beim Augenblick des Kontakts (*phassa*) angekommen, der uns eine neue Reihe von Erfahrungen eröffnet.

Die Wichtigkeit der Gedanken im stillen Kämmerlein

Gedanken und Vorstellungen, die man hegt, wenn man allein ist, beeinflussen die Entwicklung eines Konflikts. *Paticca-samuppada*-Zyklen, die ablaufen, während die Streitende allein ist, nähren ihre ärgerlichen Gefühle und verbinden sie sowohl mit ihrem Selbst- als auch mit ihrem Feind-Bild. Man kann sich das Erkennen im stillen Kämmerlein wie ein Laboratorium oder eine Werkstatt vorstellen, wo Probleme analysiert, Antworten gefunden und Modelle entworfen und ausprobiert werden. Die ersten Verse des *Dhammapada* geben Buddhas Lehre diesbetreffend folgendermaßen wieder:

„Vom Herzen gehn die Dinge aus,
Sind herzgeboren, herzgefügt:
Wer bösgewillten Herzens spricht,
Wer bösgewillten Herzens wirkt,
Dem folgt notwendig Leiden nach,
Gleichwie das Rad dem Hufe folgt.
Vom Herzen gehn die Dinge aus,
Sind herzgeboren, herzgefügt:
Wer wohlgewillten Herzens spricht,
Wer wohlgewillten Herzens wirkt,
Dem folgt notwendig Freude nach,
Dem untrennbaren Schatten gleich.“⁶⁷

Achtsamkeit verleiht Konflikten eine neue Bedeutung

Wir haben schon früher erwähnt, dass Achtsamkeit ihrem Wesen nach auf das Nicht-Selbst (*anatta*) ausgerichtet ist. Im Stadium der Unwissenheit legen wir die Realität in Begriffen von Ich und Mein aus. Wenn wir dagegen achtsam sind, beobachten wir, wie wir alles in unserem Geist zusammensetzen: das Selbst, die Verbindungen mit anderen Erfahrungen und die Fantasie, die Bedeutung an das Selbst-Bild heftet. Dann bemerken wir, wie das alles schwindet und empfinden die Ruhe, die uns beim Erwachen überkommt. Im Folgenden wollen wir an einem Beispiel zeigen, wie Achtsamkeit die Haltung in einer Konfliktsituation positiv beeinflussen kann.

Herr K und Herr L sind Philosophie-Dozenten. Sie sind zwei Jahre zuvor in die Fakultät eingetreten und seitdem befreundet. Weil der Staat sparen muss, hat die Regierung die Gelder gekürzt. Die Universitäten müssen deshalb ihr Programm beschneiden. Sie haben versucht, Unterstützung von der Industrie der Region zu bekommen. Aber die philosophische Fakultät ist für die Industrie uninteressant, bekommt also nichts und muss infolgedessen ihren Lehrkörper um drei Dozenten verkleinern. Der Dekan der philosophischen Fakultät hat entschieden, dass eine der Dozentenstellen des Faches Philosophie gestrichen werden soll. Da K und L ihre Schwerpunkte auf denselben wissenschaftlichen Gebieten haben und beide jung sind, muss einer von beiden gehen. Der Philosophieprofessor wird nach Beratungen mit dem Dekan der philosophischen Fakultät entscheiden, wer von beiden das sein wird.

Das bringt K und L in eine Wettbewerbssituation miteinander, die sie beide nicht wollen. Zuerst lachen sie gemeinsam darüber. Später hört K das Gerücht, dass L versuche, sich bei Professor und Dekan einzuschmeicheln und dass er kritische Bemerkungen über K gemacht habe.

Seitdem ist K dem L nicht mehr grün. Er denkt, dass L ein Opportunist sei, der keine Rücksicht auf andere nehme und nur an sich selbst denke. Er sagt sich: „Was für ein Heuchler! Wie kann man Ethik-Dozent sein und sich gleichzeitig so benehmen?“

K meditiert fast jeden Morgen dreißig bis vierzig Minuten lang. Am folgenden Morgen ist er besonders ruhelos während der Meditation, und in seinem Geist erheben sich dieselben Gedanken wie am Tag zuvor. An diesem Morgen ist es schwieriger als sonst, achtsam zu sein. Er sieht im Geist Ls Gesicht vor sich. Zuerst sieht L aus wie immer, aber dann überzieht ein boshaftes Lächeln sein Gesicht, und er wendet sich ab. L erscheint K unaufrichtig und egoistisch. K sieht ihm fest in die Augen: es ist, als ob die Maske des „netten Menschen“ von ihm abfiele, sodass K ihn so sieht, wie er wirklich ist.

K setzt sich wieder aufrecht hin: er war eingedöst. Er macht sich klar, dass seine Gedanken ihn gefangen genommen hatten, und versucht die verloren gegangene Achtsamkeit wiederherzustellen. Jetzt hört er die Vogelrufe draußen, bemerkt einen Windzug auf der Haut, seinen Atem und ein unangenehmes Gefühl in der Magengegend. Die Gedanken kommen wieder, aber diesmal beobachtet K sie nur und lässt sie gehen, wie sie wollen.

Jetzt sieht er etwas anderes vor sich. Ihm fallen Ereignisse und Sitzungen ein, die zu der Entscheidung führten, dass ein Mitglied des Lehrkörpers entlassen werden soll. Dann erinnert er sich daran, wie er das Gerücht hörte, dass L Professor und Dekan dazu habe anstiften wollen, ihn zu behalten und K zu entlassen. K stellt sich das Gespräch zwischen L und dem Professor vor.

Wieder bemerkt K, dass er in seinem Tagtraum befangen war. Er sieht nun zu, wie der Traum sich entwickelt. Diesmal ist er sich des Prozesses bewusst, in dem er sein Bild zusammensetzt. Er stellt sich immer wieder das Gespräch vor. Dabei ist der Gesichtsausdruck beider Männer jedes Mal ein anderer. Plötzlich wird sich K darüber klar, dass er sich lebhaft wünscht, etwas zu entdecken. Aber was?

Gleich bemerkt er wieder ein inneres Unbehagen. Eine Zeit lang erfüllt der Wunsch seinen Geist. Auch körperlich: Die Sorge ist mit einem leichten Brechreiz verbunden, und Ärger lauert in der Herzgegend. Nach einer Weile steigen neue Bilder auf: er denkt daran, wie er in seiner Kindheit für etwas bestraft worden war, das er nicht getan hatte. Er bemerkt, dass er sich wieder in seinen Gedanken

verloren hat und gestattet der Szenenfolge achtsam, sich zu entwickeln.

Er erinnert sich daran, wie er in der Klasse in der Ecke steht und alle Kinder ihn ansehen. Er fühlt sich tief gekränkt, weil er für etwas bestraft wird, das er nicht getan hat. Er schämt sich auch, weil er vor der Klasse bloßgestellt worden ist. Alles ist ihm gegenwärtig: Die barsche Stimme des Lehrers, das schadenfrohe Gelächter der Kinder und die glühenden Blicke Georgs, des wahrhaft Schuldigen. Angst und Ärger verbinden sich mit der Szene. Damals hat er erbärmlich geweint.

Die Szene verändert sich in eine künftige Fakultätssitzung. Der Professor sieht K fest an, L lächelt selbstzufrieden, und die übrigen scheinen sich an Ks Verlegenheit zu weiden. K bemerkt, dass er den Professor mit seinem Lehrer in Verbindung bringt, L mit Georg und die übrigen mit den Kindern der Klasse vor mehr als fünfzehn Jahren. Das Bild löst sich auf. Wieder bemerkt K seinen Atem und das innere Unbehagen. Der Ärger hat sich vermindert.

Eine Zeit lang sitzt K nur da und achtet auf seinen Atem. Das Unbehagen lässt ein neues Bild aufsteigen: seine Abschiedsrede, in der er allen klarmachen wird, dass sie den Falschen entlassen haben. Nach einiger Zeit ist die Bilderkette zu Ende, und das Unbehagen fühlt sich anders an. K bleibt noch sitzen, aber entspannter als vorher. Er bemerkt seinen Atem und eine geistige Ermüdung.

Plötzlich sieht K sein eigenes Gesicht vor sich. Es ist dunkel und verzerrt von Sarkasmus. Ihm ist klar, dass dies das Gesicht des Ärgers über L ist. Das Gesicht verzieht den Mund. Zwar sagt es kein Wort, aber die hasserfüllte Einstellung tritt deutlich hervor. Ks Gedanken und Gefühle über seine Stellung und über L drücken sich genau in diesem Gesicht aus.

K sieht, wie das Bild sich auflöst, und ihm fällt ein Stein vom Herzen. Er erlebt tiefe Ruhe. Er lebt jetzt und hier. Sein Atem geht leichter. Der Vogelgesang hört sich hell und lebensvoll an. Er empfindet die Kühle des Lufthauchs und bemerkt, dass er in Schweiß gebadet ist.

Der Wecker klingelt und K streckt seine schmerzenden Beine aus. Er muss sich noch waschen, frühstücken und zur Arbeit fertig

machen. K dehnt seine Meditation auf diese Tätigkeiten aus, indem er sie achtsam verrichtet.

An diesem Morgen gibt es eine Fakultätssitzung. Als er vorher noch mit Kollegen spricht, vergisst er seine Achtsamkeit. K sieht an Ls Verhalten in der Sitzung, dass das Gerücht wohl der Wahrheit entspricht: L versucht offensichtlich die Gunst des Professors zu gewinnen. K fühlt Verzweiflung in sich aufsteigen, die sich mit dem Ärger des vergangenen Tages verbindet: „Für mich wird nichts übrig bleiben!“

Dann sammelt er sich wieder, genau wie während der Meditation. Er bemerkt, wie er sich an seinen Status klammert. Er schämt sich dafür, dass er entlassen wird, und fürchtet, dass er nie wieder eine Dozentenstelle finden wird. Er ärgert sich, aber er merkt, wie der Ärger von innen kommt. Er erkennt den geistigen Akt, in dem er seinen Hass auf L überträgt, aber er lässt das nicht zu. Es ist sein eigener Hass. Er denkt, dass sein Ärger nicht aus der Ruhe am Ende seiner Meditation hervorgegangen ist, sondern aus seiner Selbstzentriertheit, die sich in dem dunklen Gesicht in seiner Meditation verkörperte.

Er sieht zu L hinüber. K sieht ihn jetzt anders. Er denkt daran, dass sie schließlich beide in derselben misslichen Lage sind. L steht unter dem Druck, sich Vorteile zu verschaffen, K unter dem, sich hasserfüllte Gedanken zu machen. Ihre Augen treffen sich, und K lächelt warmherzig: Das Lächeln ist völlig aufrichtig und ohne jede Spur von Ärger. Im Bruchteil einer Sekunde sieht L den K, wie er ihn immer kannte und mochte, bevor das Rivalisieren um die Stellung begann.

Wir haben das Selbst-Bild mit einer zerbrochenen Linse verglichen. Wenn wir unachtsam sind, interpretieren wir die Realität gleichsam durch diese Linse. K sieht L als untreuen Freund. Achtsamkeit dagegen lässt uns erkennen, wie das Selbst-Bild unser Verstehen formt. Wir bemerken also beides: wie die Linse wirkt und welches Bild wir durch sie sehen.

Wenn wir das richtig verstehen, übernehmen wir die Verantwortung für die Bedeutungszuschreibung und werden nicht einfach zu ihrem Opfer.

Da K achtsam ist, sieht er, dass sein Bild von L durch seine eigenen Annahmen und Gefühle gezeichnet worden ist und dass diese sich mit der Unsicherheit der Situation - sowohl der jetzigen als auch der in der Kindheit - verknüpft haben. K benutzt die durch Achtsamkeit neu gewonnene Information dazu, genauer hinzusehen oder gleichsam die Linse zu reparieren.

Achtsamkeit ist ein sehr gutes Werkzeug: man kann sie überall gebrauchen, am besten aber wohl im Umgang mit anderen Menschen. Achtsamkeit hat K zu einem neuen Bild von L geführt, das wiederum seine Einstellung und sein Verhalten beeinflusst. L bemerkt erstaunt, dass K aufrichtig ist, und seine früheren Freundschaftsgefühle kehren zurück.

In der Mediation beginnt die Ausübung der Achtsamkeit im Inneren der Mediatorin. Je mehr sie sich auch bei den Streitenden entwickelt, desto positiver wirkt sich das auf alle Beteiligten aus. Die Streitenden sind zu Anfang vielleicht durch die Achtsamkeit der Mediatorin irritiert. Eine achtsame Mediatorin kann ihnen langsam bis zur Schmerzgrenze erscheinen: „Warum sieht sie denn nicht, dass ich im Recht bin, und zwingt den Kerl dazu, das zuzugeben?“ Eine weitere Irritation geht davon aus, dass sorgfältiges Bemühen um die Wahrheit oft Propaganda aufdeckt und Illusionen zerstört. Beides ist nicht gerade dazu angetan, den durchschnittlichen Streitenden die Mediatorin lieb und teuer werden zu lassen. Es kann also durchaus sein, dass die Streitenden sich zunächst in der Gegenwart der Mediatorin überhaupt nicht wohl fühlen.

Wenn diese Schwierigkeiten überwunden sind, übt Achtsamkeit eine tiefe Wirkung auf die Beziehung zwischen den Streitenden und der Mediatorin aus.

1. Die Streitenden fühlen sich oft in einem Teufelskreis von Herausforderung und Reaktionen gefangen, auf den sie ihrer Meinung nach keinen Einfluss haben. Eine achtsame Mediatorin beruhigt das Gesprächstempo und schafft damit mehr Zeit fürs Nachdenken.

2. Achtsamkeit vertieft die Wahrnehmung und führt zu tiefen Einsichten in menschliche Belange, die uns verschlossen sind, solange wir am Selbst haften. Solange wir am Selbst haften, sehen wir nur das, was das Selbst betrifft. Wenn wir aber achtsam sind, beobachten wir den Prozess, in dem

der Konflikt geschaffen wurde und aufrechterhalten wird. Streitende finden, dass Mediatoren Einsichten in den Konflikt haben, die ihnen selbst fehlten.

3. Streitende sind oft voneinander isoliert. Sie schenken den Informationen und Ratschlägen Beachtung, die am besten mit ihrer verzerrten und verärgerten Ansicht von der anderen Partei übereinstimmen, und übersehen die positiven Hinweise. Jede Partei denkt, sie wüsste alles über die andere - was sie denkt und was ihre „wahren“ Absichten sind - , aber diese „Kenntnisse“ sind unweigerlich verzerrt. Die Mediatorin sorgt für einen neuen Blick auf die Situation. Kommunikation über eine achtsame Mediatorin ermöglicht den Parteien einen besseren Zugang zueinander und mindert die Verzerrungen. Ein ruhiges Gespräch kann zu einer sorgsam formulierten Botschaft führen, die sich sehr von dem ärgerlichen Austausch unterscheidet, der stattfindet, wenn die Streitenden direkt miteinander sprechen.

4. Streitende setzen aus der Vorstellung, die sie voneinander haben, und dem, was sie gewinnen wollen, in ihrem Geist Bilder zusammen. Es bedarf einiger Umdrehungen des *paticca-samuppada* für jedes dieser Bilder. Achtsamkeit führt zur Wahrnehmung des Prozesses, in dem diese Bilder erdacht werden. Wenn wir verstanden haben, wie *sankhara* verschiedene Elemente zusammenzieht, um das Hass- oder Wunsch-Objekt zu formen, ist es möglich, jedes Element genau unter die Lupe zu nehmen. Wir können dann das Wichtige vom Nebensächlichen, das Richtige vom Falschen und die Bedürfnisse von den Begierden unterscheiden. Danach sind wir in der Lage zu beschließen, wie wir mit allem umgehen wollen.

Verwandlung beginnt hier und jetzt

Achtsamkeit, unterstützt vom *paticca-samuppada*, verschafft uns Zugang zum gegenwärtigen Augenblick. In seiner Friedensmission in Kambodscha hat der ehrwürdige Maha Ghosananda oft gesagt, dass wir „hier ... jetzt ... mit diesem“ anfangen müssten. Der gegenwärtige Augenblick ist die Realität, von der aus jeder Wandel beginnt: es gibt schließlich nichts anderes als hier, jetzt, dieses!

„Wir brauchen uns nicht um die Vergangenheit oder die Zukunft zu sorgen. Das Geheimnis des Glücklichseins ist es, vollständig in dem zu sein, was auf der Hand liegt, völlig im gegenwärtigen Augenblick zu leben. Du kannst nicht in die Vergangenheit zurückgehen und sie umformen. Sie ist vorbei! Du kannst der Zukunft nicht befehlen ...

Dieses ist der einzige Augenblick, über den wir bestimmen können. Wir können diesen Augenblick lieben und ihn gut benutzen ...

Kümmere dich um die Gegenwart, dann wird die Zukunft gut sein. Das Dhamma ist immer in der Gegenwart. Die Gegenwart ist die Mutter der Zukunft.“⁶⁸

Was hat das mit Mediation zu tun? Nach der buddhistischen Lehre sind Konflikte nicht dauerhaft. Sie werden nur durch die wiederholten Umdrehungen des *Paticca-samuppada*-Zyklus in die Länge gezogen. Einige westliche Analytiker suchen in der Vergangenheit nach den Ursachen des Konflikts und in der Zukunft nach Lösungen. Nach der buddhistischen Methode muss man die gegenwärtigen verursachenden Muster als die Grund-Realität ansehen. Wenn wir uns auf die Vergangenheit beziehen, verstehen wir die gegenwärtigen Muster besser, aber wir sollten nicht meinen, dass die Ursachen des Konflikts in der Vergangenheit liegen. Sie liegen in den gegenwärtigen Vorstellungen, Gefühlen und Fantasien.

„Im Buddhismus bedeutet Zeit Tod ...“

„Wenn du in der Gegenwart bleibst, wirst du frei ...“

„Führe in der Gegenwart ein gutes Gespräch über den Frieden, und du kannst in der Zukunft Frieden stiften.“⁶⁹

Das hat große Bedeutung für die Mediation. Sie bewirkt Veränderungen zum Guten, wenn sie in der Gegenwart einen Zugang zum Bedeutung schaffenden Prozess im Geist der Streitenden findet. Die Ereignisse der Vergangenheit sind nur insofern mächtig, als sie mit dem Selbst in der Gegenwart verbunden werden. Größere Unvoreingenommenheit der einen Partei und eine Veränderung in der Einstellung der anderen als Reaktion darauf kann das

Gebäude des härtesten Konflikts zum Einsturz bringen. Die verschlüsselte Darstellung eines realen Ereignisses soll das veranschaulichen:

„Der Leiter einer Abteilung einer NRO (Nicht-Regierungs-Organisation), Herr N, setzt in dem von ihm verantworteten Beitrag zum Jahresbericht die Arbeit einer anderen Abteilung herab, die von Herrn O geleitet wird. Der beleidigende Absatz passiert unbemerkt das Büro der Direktorin und wird veröffentlicht.

Nachdem der Bericht erschienen ist, macht ein Mitarbeiter Herr N auf den Absatz aufmerksam. O hält den Text für eine bewusste Herabsetzung, aber er spricht N nicht direkt darauf an. Stattdessen will er ihn bei den Mitarbeitern und der Führungsspitze in Misskredit bringen. Während er sich weiterhin höflich beträgt, hält er nach Fehlern Ns Ausschau und erwähnt sie den Mitarbeitern gegenüber auf eine Weise, die dazu angetan ist, Ns Ruf zu ruinieren. Die Mitarbeiter teilen N mit, dass O ihn kritisiere. Daraufhin wird die Kommunikation zwischen den beiden problematisch. Eine Reihe von Neben-Konflikten ergibt sich aus der Unfähigkeit der beiden Abteilungsleiter, ihre Aktivitäten zu koordinieren. Auch die Mitarbeiter lassen sich in den Streit ihrer Leiter hineinziehen.

Schließlich bemerkt die Direktorin, dass die Organisation immer weniger effektiv arbeitet. Deshalb lädt sie zwei buddhistische Nonnen zur Mediation ein.

Beide sind sehr ruhig und gesammelt, und sie drücken sich sehr präzise aus. Sie sagen, Konflikte könnten schlimmer oder besser werden. Wenn die Beteiligten weiter Groll, Selbstzentriertheit und Gier hegten, würden die Konflikte schlimmer, aber wenn sie *metta* (Güte), Einfühlungsvermögen und etwas Großzügigkeit an den Tag legten, würden sie besser werden.

Sie bitten die Streitenden, darüber nachzudenken, wie sie einander jetzt sehen und was zu diesen Vorstellungen und Gefühlen geführt hat. Eine sagt: „Wenn wir Dinge ändern wollen, dann müssen wir uns darüber klar werden, welche verursachenden Szenen dem Konflikt Nahrung geben.“ Das Gespräch zeigt: Jeder hatte seine

eigenen Vorstellungen von dem, was sich abspielte. Jetzt erkennen die Beteiligten, wie sie wechselseitig aufeinander reagierten.

Die Nonnen bitten die Autoren des beleidigenden Absatzes, es sind zwei Mitarbeiter Ns, die Kritik zu präzisieren, die sie in dem Artikel ausdrücken wollten. Am Ende des Gesprächs ist allen klar, dass es die Absicht der Autoren war, einen offensichtlichen Fehler in der Arbeit ihrer eigenen Abteilung anzuprangern und nicht, O zu beleidigen.

Während der Sitzung erkennt O seine eigenen Verhaltensweisen und Einstellungen als nicht zu rechtfertigende Reaktionen auf die vermeintliche Beleidigung. Er erkennt, dass sie viel Leiden verursacht haben. Er denkt darüber nach, wie niedrig seine Handlungsweise war. Eine Zeit lang sagt er gar nichts, aber sein Anteil an der ganzen Affäre wird ihm immer klarer. Er hat das Bedürfnis, seine Fehler wieder gutzumachen.

Er erinnert sich daran, was die Nonnen über den Mut sagten, der nötig sei, um den Kreislauf der *akusala-mula* zu verlassen und stattdessen in den Kreislauf von Großzügigkeit, Mitgefühl und Weisheit einzutreten. Mit barscher, aber fester Stimme beschreibt O den Anwesenden, wie sein Groll entstand. Er erzählt von seinem Ärger, wie er nach Ns Fehlern Ausschau hielt und wie er versuchte, ihn in Misskredit zu bringen. Die Zuhörer hören der Eröffnung der Wahrheit aufmerksam zu.

N durchlebt gemischte Gefühle, während O spricht, aber danach ist er erleichtert. Was er vermutete, ist nun am Tageslicht, und er ist sicher, dass die Angelegenheit bereinigt wird. N empfindet jetzt Achtung für O. „Um das zu sagen, was er gesagt hat, braucht es sehr viel Mut!“, denkt er. Der Groll gegen O hat sich aufgelöst.

Von da an verändert sich die Atmosphäre der Sitzung vollständig. Die Neben-Konflikte und die Rivalitäten fallen in sich zusammen. Die Mitarbeiter verbringen den Rest der Sitzung damit, einander die Wunden zu lecken.

Die Veränderung ereignet sich im Hier/Jetzt/Diesem von Os Erfahrung und ist im Grunde spirituell: Er sieht die Dinge nicht mehr selbstzentriert. Weil die

Veränderung auf dieser Ebene stattfindet, sind die früheren Ereignisse, die vermutlich die ganze Affäre bewirkt haben, nicht mehr bedeutsam. O möchte zwar immer noch gerne wissen, wie dieser Absatz unbemerkt in den Jahresbericht geraten konnte, aber dieser Wunsch hat für ihn nicht mehr dieselbe Dringlichkeit wie zuvor.

Aufbauen der *kusala-mula* (heilsame Wurzeln des Handelns)

Den drei *akusala-mula* (unheilsamen, ungeschickten Wurzeln des Handelns Gier, Hass und Verblendung) entsprechen die drei *kusala-mula* (heilsamen Wurzeln) *alobha* (Nicht-Gier), *adosa* (Nicht-Hass) und *amoha* (Nicht-Verblendung). Ein Text im *Anguttara Nikaya* verbindet die *kusala-mula* direkt mit friedlicher Konfliktlösung. Die Friedensstifterin trägt dazu bei, dass die Streitenden ihre Defensivität (des Selbst-Bildes) durch Selbst-Wahrnehmung und Selbstkontrolle ersetzen:

„Es gibt drei Wurzeln von Wert ... Abwesenheit von Gier, Abwesenheit von Hass, Abwesenheit von Verblendung ...

Ferner, Mönche, wird ein solcher Mensch Sprecher von ‘Passendem’, ‘Wahrem’, ‘Wichtigem’, ‘Sprecher dem Dhamma entsprechend’, ‘Sprecher der Regel entsprechend’ genannt. Warum wird er so genannt? Weil er nicht ungerechterweise Leiden verursacht ... auf der Grundlage von ‘Macht ist Recht’. Wenn er mit der Wahrheit konfrontiert wird, versteht er sie und weist sie nicht zurück. Wenn er mit einer Lüge konfrontiert wird, bemüht er sich, sie richtigzustellen, indem er sagt: ‘Das ist ohne Grundlage. Das ist falsch.’ Deshalb wird so ein Mensch Sprecher von ‘Passendem’ ... genannt.“⁷⁰

Ein Text im *Majjhima Nikaya* zeigt weitere Aspekte des Denkens und Handelns, die für die Friedenstiftung förderlich sind: Geschicklichkeit („das Gute“), verbunden mit dem Verzicht auf das Haften am Selbst und dem Überwinden der Unwissenheit:

„Und was, Brüder, ist das Gute? Überwindung des Tötens ist das Gute, Überwindung des Stehlens ... , Überwindung der Wünsche ... ,

Überwindung der Lüge ... , Überwindung der Verleumdung ... ,
Überwindung barscher Rede ... , Überwindung geschwätziger Rede ... ,
Gierlosigkeit ... , Wutlosigkeit ... , rechte Erkenntnis Das nennt man,
Brüder, das Gute. Und was, Brüder ist die Wurzel des Guten?
Suchtlosigkeit ist die Wurzel des Guten, Hasslosigkeit ..., Irrlosigkeit ist
die Wurzel des Guten. ...

Erkennt nun der heilige Jünger also das Böse, also die Wurzel des
Bösen, also das Gute, also die Wurzel des Guten, und er hat die Regung
des Wollens völlig verleugnet, die Regung des Scheuens verscheucht,
die Regung der Ichheit vertilgt, das Nichtwissen verloren, das Wissen
erworben, so macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.⁷¹

Die *akusala-mula* und die *kusala-mula* sind zwei Seiten einer Medaille. Sie
unterscheiden sich dadurch voneinander, dass die *akusala-mula*
selbstzentriert sind, während die *kusala-mula* selbstlos sind. *Lobha* und
alobha (Gier und Verzicht) beziehen sich beide auf den Wunsch nach
Veränderung. Während Großzügigkeit und Verzicht selbstlos sind, orientiert
sich Gier am Selbst-Bild. Entsprechend befassen sich Hass (*dosa*) und Nicht-
Hass (*adosa*) mit der Einstellung zu anderen und zu sich selbst. Der
Unterschied besteht darin, dass *dosa* auf Selbstzentriertheit gründet,
während *adosa* selbstlos ist. *Moha* und *amoha* beziehen sich beide auf das
Verstehen, aber *moha* versteht die Realität auf das Selbst-Bild bezogen,
während *amoha* oder *panna* sie in nicht selbstzentrierter Weise versteht.

Das bedeutet aber nicht, dass die *kusala-mula* erst aufgebaut werden,
wenn die reine Selbstlosigkeit erreicht ist.⁷² Wir lassen das Selbst nach und
nach los. Ebenso werden die *kusala-mula* schrittweise aufgebaut.

Buddha lehrte, dass die Ursachen von Konflikten spirituell und
psychisch sind. Die Kundgaben von Gier, Hass und Verblendung scheinen uns
manchmal unausrottbar, aber Buddha lehrt, dass sie nur so lange andauern
wie die Unwissenheit (*avijja*). Wenn wir aber Achtsamkeit in die Situation
hineintragen, wird der Griff von Gier, Hass und Verblendung immer lockerer,
und der Prozess der Umwandlung in *kusala-mula* - Verzicht, Mitgefühl und
Weisheit - beginnt.

Wenn Mediatoren wahren Frieden stiften wollen, müssen sie ebenso auf dieser Ebene arbeiten wie auf der Ebene der zu Tage liegenden Themen und Provokationen. Es ist ihre Aufgabe, Mittel und Wege zu finden, mit deren Hilfe der destruktive Kreislauf von Gier, Hass und Verblendung allmählich in den konstruktiven Kreislauf von Verzicht, Mitgefühl und Weisheit umgewandelt wird, während der Konflikt noch andauert.

Zusammenfassung

Achtsamkeit, verbunden mit dem analytischen Rahmen des *Paticca-samuppada*-Zyklus, bewirkt, dass die gegenwärtige Erfahrung der Streitenden einen Zugang zur Konfliktdynamik bietet. Eine Veränderung auf der spirituellen Ebene führt auch zum Wandel in anderen Lebensbereichen. Der Konflikt erfährt tiefgreifende Veränderungen, wenn die Streitenden sich zunehmend von der Selbstzentriertheit befreien, die den Konflikt verursacht und erhalten hat. Veränderung fängt immer beim Hier/Jetzt/Diesem an.

TEIL 2 DIE MÄCHTIGEN MANGOBÄUME

5 *STREITENDE NACHBARN*

In den nächsten Kapiteln werden wir von einem Nachbarschaftskonflikt und zwei den Streit mediiierenden Mönchen erzählen. Wir unterbrechen unsere Erzählung durch Interpretationen, die theoretische Bemerkungen und Hinweise auf andere Stellen des Buches enthalten.

Herr A unterrichtet in der Sekundarstufe einer Provinzstadt und ist Stellvertreter des Schulleiters. Er weiß, dass die Bewohner ihn für einen guten Lehrer halten und seinen Unterricht schätzen. Wenn er mit einem von ihnen spricht, zitiert er oft die Klassiker und erzählt Episoden aus seiner Studentenzeit. Die Bewohner interessieren sich dafür und sagen einander weiter, was er ihnen mitgeteilt hat. Er geht gerne zu Ausstellungen von Schülerarbeiten in der Schule: Wenn er zwischen den Bewohnern herumgeht und hört, wie gut sie von ihm sprechen, erfüllt ihn das mit Genugtuung. Er hält sich für einen wichtigen Mann seiner Gemeinde.

Herrn As Traum ist es, Schulleiter zu werden. Das würde sein Ansehen noch erhöhen, und er wäre in der Lage, die Schule auf den bestmöglichen Stand zu bringen. Sie könnte die beste im Bezirk werden! Manchmal geht er auf dem Schulgelände spazieren und stellt sich vor, er wäre Schulleiter. Er hat sich mit dem Dezernenten angefreundet, der mit ihm an derselben Universität studierte. Er weiß, dass der Dezernent ihn gerne in dem Amt sehen würde. „Sie sind der beste in meinem Bezirk“, sagte er einmal zu A. Der amtierende Schulleiter wird in drei Jahren pensioniert. Herr A zählt manchmal schon die Monate, bis er sich endlich Schulleiter nennen darf und die Schule ihm gehört.

Herr A fühlt sich ganz sicher. Dieses Gefühl wurde bisher nur selten getrübt. Einmal war er mit einigen Freunden aus seiner Studentenzeit am Abend ausgegangen. Sie leiteten den Bau einer

Straße in der Gegend. Die Männer betranken sich fürchterlich und erzählten einander Geschichten von früher, die die Bewohner besser nicht hören sollten. A wachte am anderen Morgen mit schlimmen Kopfschmerzen auf und fürchtete, dass die Menschen in der Stadt ihre Meinung über ihn ändern könnten. Ein andermal wurde er von einem Betrunkenen angesprochen. Der Mann sagte zu A, dass ihn niemand im Ort wirklich möge. Er drohte ihm sogar, sein Haus anzuzünden. Das beunruhigte A tief, denn schließlich sprechen Betrunkene oft das aus, was andere nur denken.

Herr A sieht sich schon als Schulleiter und taucht so vollständig in diese Illusion ein, dass er die drei Merkmale der Existenz: *dukkha* (Leiden), *anatta* (Nicht-Selbst) und *anicca* (Unbeständigkeit) nicht sieht. *Dukkha* (Leiden) wird vor allem durch *kama-tanha* (sinnliche Begierde) verdunkelt. Die Hochachtung der Bewohner hat A darin bestärkt, dass sein Wunsch, Schulleiter zu werden, berechtigt sei. Also möchte er ihn befriedigen. Er hat die Begierde danach in seinem Inneren genährt. Herr A führt Gelegenheiten herbei, die ihm Befriedigung verschaffen, oder er legt sich Tag-Träume zurecht. Wenn er abends müde ist, träumt er von der Zukunft. Die Gegenstände von *upadana* (Ergreifen oder Haften) dienen auf diese Weise dazu, die Wahrnehmung von *dukkha* (Leiden) zu verdunkeln.

Anatta (Nicht-Selbst) wird durch *bhava-tanha* (Wunsch, etwas zu werden), ein guter Lehrer zu sein und in Zukunft Schulleiter zu werden, verdeckt. Seine Vorstellungen vom Selbst-als-Schulleiter, die er durch seine Abendspaziergänge über das Schulgelände nährt, lassen ihn die Winke des Nicht-Selbst übersehen. A unterdrückt sorgsam jeden Eindruck, der Zweifel an sich selbst in ihm auslösen könnte, denn wenn sein Traum sich einmal erfüllen soll, dann muss er bis dahin seine gegenwärtige Stellung halten. Die Zwischenfälle mit dem Besuch der Studienfreunde und dem Betrunkenen zeigen, wie schwach Herrn As vorgestelltes Selbst tatsächlich ist und wie sehr es davon abhängt, dass die Bewohner ihm weiterhin ihrer Achtung und ihrer Bewunderung versichern.

Anicca (Unbeständigkeit) wird dadurch verdunkelt, dass A sich immer wieder vorspiegelt, wie er Schulleiter wird und die „Schule in Besitz

nimmt“. Die Fantasien von sich selbst als für die Schule verantwortlicher Schulleiter und als eine geachtete Persönlichkeit in der Gemeinde beherrschen seine Interpretation der Realität. Die falsche Annahme, dass die Realität „dieses Bild und nichts anderes“ wäre, verdunkelt ihm die Unbeständigkeit. Er vertraut diese ehrgeizigen Pläne seiner Frau an, die gerne davon hört, denn sie leitet aus dem Selbstvertrauen ihres Mannes Stolz und Sicherheit für sich selbst ab. Ihre Bereitschaft, As Traum mitzuträumen, verstärkt wiederum seinen Glauben, die von ihm erträumte Welt wäre beständig. Dann bricht die Realität aus einer unerwarteten Richtung in die Träume ein.

Herr und Frau A wohnen in einem schönen Haus mit einem großen Garten. Der Garten grenzt an das Eigentum von Herrn und Frau B. Drei große in einer Reihe stehende Mangobäume bezeichnen die Grenze. Die Bäume wurden bisher als gemeinsames Eigentum betrachtet. Dieses Jahr gibt es eine gute Ernte. Der wunderbare Geschmack der Mangos aus diesem Ort ist im ganzen Bezirk bekannt, sodass Händler die Früchte zu einem hohen Preis in der Bezirkshauptstadt verkaufen können.

Der Dezernent hat den Besuch eines Regierungsinspektors des Erziehungsministeriums der Hauptstadt in der Schule arrangiert. Am Morgen des Besuches steht Herr A um fünf Uhr auf, um die Rede vorzubereiten, die er vor der Schulversammlung halten will, und um Plakate zu malen, die seine Rede veranschaulichen sollen. Als er den Gartenweg hinuntergeht, wundert er sich darüber, dass Herr B auf ihn zukommt. Herr B, ein Automechaniker und Mann von wenigen Worten, grüßt Herrn A lächelnd und sagt: „Ich habe eine unangenehme Überraschung für Sie. Gestern habe ich die Entfernung zwischen unseren Zäunen und den Mangobäumen ausgemessen, und, stellen Sie sich vor, die Bäume stehen auf meinem Grund und Boden. Ganz bestimmt!“

Das ist eine vollkommene Überraschung für A. Sein erster Gedanke ist, dass das wohl ein Scherz sein müsse. B hat schon immer einen seltsamen Sinn für Humor gezeigt. Also lacht A laut. Als er B

ansieht, bemerkt er mit Bestürzung, dass der andere durchaus nicht lacht. B ist ganz ernst geblieben. Plötzlich fühlt sich A verunsichert: Was soll das alles? B spricht weiter, aber A nimmt das, was er sagt, nicht auf, weil sich die Gedanken in seinem Kopf überstürzen: „Was wäre, wenn B recht hätte und die Bäume auf seiner Gartenseite ständen? Werden die Dokumente bestätigen, dass sie mir gehören? Nein, das werden sie natürlich nicht, denn man hat sie abgefasst, lange bevor die Bäume gepflanzt wurden. Was werden die Bewohner denken, wenn B mir mein Land wegnimmt, ohne dass ich ihn davon abhalten kann? Und die Gauner im Ort? Werden die das ausnutzen?“

Da erinnert er sich an die Begegnung mit dem Betrunkenen ein paar Wochen zuvor, und augenblicklich fällt ihm ein, dass Herr B, der Betrunkene und einige von dessen nichtsnutzigen Freunden sich gegen ihn verschworen haben könnten. Vielleicht werden ihre alten (oder gestohlenen) Autos in Herrn Bs Werkstatt hergerichtet. Furcht und Unsicherheit, die er nach der Drohung des Betrunkenen durchlebte, überfluten ihn noch einmal.

As Bild von sich selbst als Schulleiter verhilft ihm nicht etwa zur Orientierung in der Realität, sondern verdunkelt sie ihm. A kann einen ärgerlichen Wortwechsel nicht in sein heiles Weltbild einfügen. Er sieht Herrn Bs Forderung als bedrohlicher und zudringlicher, als nötig wäre. A will sich verteidigen, denn *sankhara* (geistige Prozesse, in denen wir das zusammensetzen und erfinden, was uns dann als Realität erscheint) hat den Besitz der Bäume mit der Sicherheit seines Selbst-Welt-Bildes verknüpft. *Upadana* (Ergreifen und Haften) entwickelt ein doppeltes Objekt: A hält daran fest, dass die Bäume ihnen beiden gehören, erstens weil er Mangos mag und zweitens weil nach seiner Auffassung das Aufgeben des Landes Demütigung und Unsicherheit bedeuten würde. Er kann den Gedanken daran kaum ertragen. Der Besitz der Bäume wird zum Symbol für die Sicherheit des Selbst-Bildes. Schlimm ist nur, dass das Selbst-Bild schon an sich unsicher ist. Das erschwert die Lösung des Problems.

Obwohl B nur von den Bäumen spricht, stellt sich A sofort die Konsequenzen für sein Selbst vor. Damit ist er so stark beschäftigt, dass er nicht hört, was B außerdem noch sagt.

B hat zu Ende gesprochen, aber A hat kein einziges Wort aufgenommen. Er weiß nicht, was er sagen soll. Wenn er zugäbe, dass seine Gedanken abschweiften, würde er das Gesicht verlieren. Um die Situation für sich zu retten, tut A so, als hätte er zu viel zu tun, um noch weiter mit B zu sprechen. Er sagt: „Wir müssen ein andermal darüber reden, denn ich muss jetzt in die Schule. Da kommt heute wichtiger Besuch.“

B antwortet: „Gut, mir ist jeder Zeitpunkt in den nächsten beiden Tagen recht. Es wird nicht lange dauern, die Entfernungen auszumessen.“

A ist schockiert und fühlt sich verunsichert. B dagegen scheint sich des Falls völlig sicher zu sein. Seine Bemerkung, dass sie sich innerhalb der nächsten beiden Tage treffen müssten, legt A den Gedanken nahe, B sei drauf und dran, von den Bäumen Besitz zu ergreifen. „Vielleicht will er einen Zaun errichten oder die Früchte ernten!“ A sieht B nach, als der ins Haus zurückgeht. Er ist frustriert und ärgerlich. Am liebsten würde er B hinterherlaufen und ihm ins Gesicht schlagen. Er stellt sich einen solchen Angriff vor. Gerade als B seine Tür erreicht hat, sagt A laut genug, dass B es hören kann: „Verrückter Kerl!“

Weil er so damit beschäftigt ist, sich vorzustellen, welche Konsequenzen Bs Anspruch auf die Bäume für ihn haben wird, nimmt A das, was B sagt, nicht auf. Er ist sprachlos und verwirrt. Er fühlt sich gedemütigt, als würde er im eigenen Garten wie ein Eindringling behandelt. Er nimmt B übel, dass der ihn in eine solche Lage bringt.

A gibt vor, dass er gehen müsse. Damit will er einerseits der verwirrenden Situation entkommen und andererseits B herabsetzen, indem er ihm zeigt, er habe keine Zeit für ihn. B spricht Klartext, und obwohl er höflich ist, enthält seine Äußerung „in den nächsten beiden Tagen“ die Andeutung eines Ultimatums. As Bemerkung am Ende stellt einen weiteren

Versuch dar, B herabzusetzen. Sie entstand aus seinem von der Fantasie, B zu schlagen, genährten Ärger.

Als sich A gedemütigt fühlt, entwickelt sich *vibhava-tanha* (Begierde, nicht zu sein), nicht diese dumme Person zu sein. A ärgert sich zuerst über sich selbst, kurz danach aber über B. Er erlebt *vibhava-tanha* gegen B, und er überlegt sich weitere Möglichkeiten, seinen Nachbarn herabzusetzen.

Jati (Geburt des Ego) findet statt, als sich diese geistigen Prozesse im Bild vom Selbst und vom anderen kristallisieren, als A die Bemerkung macht, B sei ein verrückter Kerl. In dieser Beleidigung schlagen sich As Gedanken nieder. Damit verändert sich seine Beziehung zu B. Außerdem verändert die Beleidigung As Selbst-Bild, sein Bild von B und Bs Bild von A.

Wenige Minuten, nachdem A „verrückter Kerl“ gesagt hat, kommen ihm zwiespältige Gefühle: einerseits hat er in gewisser Weise das Treffen gewonnen, aber andererseits bereut er, dass er das gesagt hat: Seine Bemerkung war billig und sein Ton hässlich.

Jara-marana (Altern und Sterben des Selbst-Bildes) ereignen sich, als A unzufrieden mit dem ist, was er getan hat. Gefühle und Zweifel, die *upadana* vorher unterdrückt hat, kommen ihm jetzt zu Bewusstsein.

A macht sich klar, dass er sich unangemessen verhalten hat, und ist den ganzen Tag über unruhig und unglücklich. Seine Rede vor der Versammlung misslingt. Er ist durcheinander und vergisst, was er sagen will. Die Anwesenheit des Regierungsinspektors macht ihn zusätzlich nervös. Die Schüler scheinen nicht so aufmerksam zuzuhören wie sonst. Er fragt sich, wie der Inspektor wohl dem Minister über ihn berichten werde. Den Schaden, den seine Beförderungschancen erleiden, legt er B zur Last.

Den ganzen Tag über kann A sich nicht konzentrieren. Ihm fallen immer wieder die Ereignisse des Morgens ein. Wenn er an Bs Gesichtsausdruck denkt, kommt der ihm unverschämt und übelwollend vor. Er erinnert sich mit Sorge und Wut an seine eigene Unfähigkeit,

eine gute Antwort zu geben. Alle möglichen Vorstellungen überkommen ihn. In einem Tagtraum sieht er am Morgen, als er aufwacht, einen von B errichteten Zaun quer durch den Garten. In einem andern fühlt er die missbilligenden Blicke der Nachbarn auf sich gerichtet. In einem dritten sagt ihm der Minister, dass ein anderer Lehrer der Schule den Schulleiterposten bekommen werde, weil eine Achtung einflößende Persönlichkeit das Amt ausüben solle. A wird von Scham überwältigt.

Hier treten wir in die nächste Umdrehung des *Paticca-samuppada*-Zyklus in As Geist ein. *Sankhara* ist zu den Konsequenzen für das Selbst und zu den gehegten und gepflegten Zielen zurückgekehrt. Wenn A sich an das morgendliche Ereignis erinnert, überfallen ihn Besorgnis und Unsicherheit. Alle guten Vorzeichen haben sich in schlechte Aussichten verwandelt. Z.B. denkt er mit großer Sorge daran, was der Minister sagen werde. Als *vibhava-tanha* sich auf B verschiebt, legt er ihm die Katastrophe in der Schulversammlung zur Last.

Diese Erinnerungen und Fantasien bewirken eine zunehmende Verschlechterung von As Selbst-Bild. Er hat mit seiner Bemerkung zu B sein Gesicht verloren, und er wünscht sich nun verzweifelt, nicht dieses schreckliche Selbst zu sein (*vibhava-tanha*).

A kehrt in Gedanken zu seiner Arbeit zurück, aber die Szene taucht gleich wieder vor ihm auf. Er zweifelt immer stärker daran, ob er den Gesichtsverlust jemals wieder werde gutmachen können. Er überlegt sich verschiedene Möglichkeiten, B zu demütigen, bei denen er selbst seine Würde bewahren könnte, und entschließt sich für die folgende Strategie: Er wird ruhig abwarten, bis B ihn wieder anspricht, und dann fröhlich sagen: „Was war das eigentlich alles für ein Unsinn, den Sie mir neulich mitteilen wollten?“ Er wird überlegen lächeln, während B alles noch einmal erklärt, und dann wird er völlig ruhig sagen: „Wissen Sie, die Bäume gehören zu beiden Gärten. So war es immer, und so wird es immer sein. Wenn Sie das anders sehen, fragen Sie doch mal Ihren Rechtsanwalt.“ Genau mit solchem inneren Abstand hätte er

antworten sollen. Leider hat er das nicht getan, aber nun will er es in Zukunft so halten. Als er sich das zurechtgelegt hat, ist er froh und gestattet sich wieder, daran zu denken, wie er Schulleiter wird.

Die Mangobäume sind zum Symbol geworden. A hängt vor allem an der Beständigkeit seines Selbst-und-Weltbildes, nicht an den Mangos. Er empfindet *vibhava-tanha* (Wunsch, nicht zu sein), denn er möchte nicht der bleiben, als der er sich jetzt fühlt: unbehaglich, unentschlossen und unsicher. Die vollkommene Sicherheit, in der er sich noch vor ein paar Stunden wiegte, kommt ihm jetzt wie ein Traum vor. Seine Reaktion am Morgen verschlechterte seine Auffassung von sich selbst entschieden. Nachdem er eine Strategie entworfen hat, wie er B auf seinen Platz verweisen und seinen eigenen Status wiederherstellen wird, empfindet A stark *bhava-tanha* (Wunsch, etwas zu werden). Er will seinen Traum von sich selbst wiederherstellen: als der Schulleiter in spe, glücklich und sicher, aber härter als vorher, fähig, mit B richtig umzugehen. *Bhava* ereignet sich, indem er sich die Szenen immer wieder im Kopf vorspielt. *Jati* (Neugeburt des Selbst-Bildes) findet statt, als sich As Bild von sich selbst in Beziehung zu B in jeder Szenenfolge verbessert. Aber *jati* vollzieht sich erst dann vollständig, wenn er B begegnet. Das versetzt A den ganzen Tag über in Anspannung. Er entwirft illusionäre Bilder von sich selbst und von B und stellt sich immer wieder eine Konfrontation mit B vor.

Den ganzen Tag über werden As Fantasien durch Berührung (*phassa*) mit Erinnerungen an B angeregt. Bei jedem Durchlauf fügt A seinem Bild von B neue Züge aus Gefühlen und Erwartungen hinzu. Daraus ergibt sich, dass alle Assoziationen, die A in seinen Gedanken hergestellt und genährt hatte, ihm gleich wieder ins Bewusstsein springen, als die äußere Berührung schließlich stattfindet: A sieht B auf dem Nachhauseweg.

Als A den B von weitem sieht, fühlt er Besorgnis und Ärger in sich aufsteigen. Schon formen sich in seinem Geist die Worte, die er sagen will, und sein Mund verzieht sich zu einem überlegenen Lächeln. Als er aber schließlich am Tor ankommt, ist B schon im Haus verschwunden. Sie treffen sich erst am folgenden Morgen. Es ist Markttag. Um acht

Uhr ruft Frau A ihren Mann und sagt ihm, B sei im Garten. B lehnt sich gegen den größten Mangobaum. Er steht auf As Seite. Er hält ein Blatt Papier in der Hand und lächelt A entgegen.

A ist wieder schockiert und unsicher, weil Bs Pose ihm ein weiterer Beweis dafür ist, dass er seinen Anspruch auf die Bäume unbedingt durchzusetzen will. A denkt: „Da steht er nun auf meinem Land, als wäre es seins!“ Sein Schreck wird noch dadurch vergrößert, dass er sich selbst im eigenen Garten wie ein Eindringling fühlt. Das, wovon er immer dachte, es wäre seins, gehört ihm plötzlich gar nicht.

Die sorgfältige Planung von gestern löst sich in Luft auf, und er verlässt sein Haus ohne klare Gedanken darüber, was er sagen oder tun werde. Er fühlt sich fürchterlich. Als er Bs selbstzufriedene Miene sieht, wächst sein Ärger mit jedem Schritt. Er erinnert sich an seine Absicht, sich nicht selbst zu erniedrigen, indem er Beleidigungen ausstößt. Er überlegt sich, wie er am besten seine Wut kontrollieren könnte. Jedenfalls sollen ihm diesmal auf keinen Fall die Worte fehlen! Diesmal will er B auf seinen Platz verweisen.

As Interpretation der Stelle im Garten, wo B steht, ist ebenso durch Verblendung wie durch Gier bestimmt. Gier macht für Vorstellungen von Gewinn und Verlust empfänglich, und Verblendung verunsichert das Selbst-Bild auf eine Weise, dass es den kleinsten Gewinn oder Verlust als Symbol für seinen Erfolg oder Misserfolg auffasst. Daraus ergibt sich, dass As *vinnana*, *nama-rupa* und *salayatana* (Erkennen, Person und Sinnesbereich) darauf aus sind, Anzeichen von Arroganz bei B zu finden. B könnte seine entspannte Pose in aller Unschuld eingenommen haben, aber für A ist sie eine Provokation, denn er denkt, dass B mit der Pose seinen Anspruch auf die Bäume ausdrücken will.

Die Provokation widerstreitet den verschiedenen sankharischen Prozessen, die am Tag zuvor im Innern As abgelaufen sind. Er ist noch zusätzlich verunsichert, weil Bs Pose seine Strategie ruhiger Distanz untergräbt. A fühlt sich nun dazu verpflichtet, B zu zeigen, dass er ihm seinen Übergriff nicht werde durchgehen lassen. A denkt, er müsse sich jetzt aggressiv gegen B verhalten.

Alle Objekte von *upadana*, die A in sich genährt hat, drängen nun ins *bhava* (Werden), und zwar hier und jetzt, aber ohne die kühle Strategie, die ihnen zum Erfolg verhelfen sollte. Der verzweifelte Wunsch, dem gedemütigten Selbst zu entkommen, die Begierde, die Beständigkeit des Selbst-Welt-Bildes wiederherzustellen, und die Rachefantasien: alles drängt zu *bhava* und *jati*, d.h. zur Verwirklichung in eben diesem Augenblick. Etwas von der Taktik von gestern ist allerdings noch vorhanden: A will die Situation dadurch beherrschen, dass er sich distanziert verhält. Er weiß, dass er Zurückhaltung üben muss.

As Ärger wächst, als er sich B nähert. B lehnt unverschämt an dem Baum, während er auf As Grund und Boden steht, als wäre es sein eigener, und lächelt, oder besser: er grinst. Als A sich ihm nähert, will B etwas über das Ausmessen der Entfernungen sagen. Er hält ein Blatt Papier in der Hand. A sieht darin den Versuch Bs, ihn vor vollendete Tatsachen zu stellen. „Auf dem Papier hat der Mistkerl aufgezeichnet, wo er den Zaun bauen will!“, denkt er. Er schnappt ihm das Papier weg, zerreißt es und wirft es auf den Boden. Als er das tut, fährt ihm der Gedanke durch den Kopf, dass er etwas Endgültiges getan hat. Ihre Beziehung ist nun für immer zerstört. Er sagt: „Du Idiot redest nur Unsinn. Verschwinde von meinem Acker, bevor ich dich runterschmeiße.“ Indem er das sagt, ergreift er Bs Arm und schiebt B um den Baum herum auf die andere Seite. Er redet weiter: „Wenn du noch mehr Ärger machst, dann werde ich ... Also, es ist besser, du lässt es! Die Bäume gehören uns beiden, nicht nur dir. Wenn du weiter Ärger machst, haue ich sie um.“

Als *upadana* in *bhava* übergeht, bewirkt *dosa* (Hass), dass sich A darauf konzentriert, B zu besiegen. Indem er B aus seinem Garten wirft, glaubt A, er könnte Bs Kraft so sehr herabsetzen, dass B keine Bedrohung mehr für ihn darstellt. Während er ihn um den Baum herumschiebt, glaubt er wirklich, dass ihm das gelungen wäre. B gibt dem Druck nach, geht rückwärts und widerspricht nicht. Alles scheint gutzugehen. A glüht vor Entschlossenheit.

Jati ereignet sich, als A sich in einer veränderten Beziehung zu sich selbst und zur Welt wiederfindet. Das Selbst definiert sich ja in Bezug auf andere, die einem ähnlich oder entgegengesetzt sind. Als B seinem Druck nachgibt, wechselt A von der angsteinflößenden Beobachtung, dass seine Welt zerbricht und er selbst unfähig ist, das zu verhindern, zu einem Gefühl von Kraft und Entschlossenheit hinüber. Da er sich die Realität auf selbstzentrierte Weise erklärt, hält er irrtümlich Bs Schwäche für seine eigene Stärke. In dem Augenblick, als B nachgibt, entdeckt A in sich etwas Neues und denkt, ein neuer Wesenszug wäre in ihm entstanden. Obwohl A ahnt, dass er ein Risiko auf sich nimmt, bedenkt er doch nicht ernstlich, wie B das Ganze sehen mag, für den ja sein Selbst ebenso im Mittelpunkt steht wie As Selbst für A. Ebenso wenig hat er sich überlegt, wie B reagieren könnte. Kurz darauf bricht der Sturm los:

B braucht einen Augenblick, um seine Überraschung zu überwinden. Als es ihm gelungen ist, reagiert er mit Wut: „Du *****! Du stolzierst im Ort herum wie ein großer und weiser Professor, aber in Wirklichkeit bist du ein ***** Idiot. Ich versuche vernünftig und logisch etwas mit dir zu besprechen, und du benimmst dich wie das Schlimmste deiner Schulkinder! Was für ein Lehrer bist du eigentlich? Ich werd’s dir sagen. Du bist ein Heuchler. Was du sagst, ist schön und gut, aber was du tust, ist überhaupt nicht gut. Jetzt hör mir mal gut zu, Herr wunderbarer Lehrer. Nummer eins: die Bäume gehören mir, und ich will sie sofort. Wenn dir die Nase in deinem kostbaren Gesicht etwas wert ist, dann halt dich von den Bäumen weg. Nummer zwei: du nimmst deine feinen und schlotternden Hände weg! Wenn hier jemand schubst, dann bin ich das!“

Aus Bs Ausbruch können wir schließen, welche sankharischen Muster sich in der Zwischenzeit in seinem Geist entwickelt haben. B war völlig überrascht darüber, wie A auf seine Forderung reagierte. Jetzt sieht er A als überheblichen Mann ohne Selbstkontrolle, der keinen Respekt verdient. Das zeigt er damit, dass er ihn als „Herr wunderbarer Lehrer“ anspricht und ihn der Heuchelei bezichtigt. Er zeigt das auch mit der äußerst verletzenden

Bemerkung, A benehme sich wie ein Schüler. Er beleidigt außerdem As Männlichkeit: er nennt sein Gesicht „kostbar“, seine Hände „fein“ wie die einer Frau, im Vergleich zu den harten Händen eines arbeitenden Mannes, und „schlotternd“ vor Angst. Ganz im Gegensatz zu dem, was sich bisher ereignet hat, will nun B fürs Schubsen sorgen. B definiert sich als stärker und männlicher als A. Seine Absicht ist es, As Selbst in zweierlei Hinsicht zu untergraben: als Lehrer und als Mann.

Damit packt B den A am Kragen und stößt ihn mit solcher Kraft rückwärts, dass A stolpert und auf den Rücken fällt.

Inzwischen hat sich am Zaun eine ziemlich große Menschenmenge angesammelt. Das Gelächter von Kindern ist über dem Summen der anderen Stimmen zu hören. A steht sofort auf. Er ist wütend und hat seinen Entschluss zur Zurückhaltung völlig vergessen. Er schreit B an: „Du ungebildeter Idiot! Du hast überhaupt keine gesetzliche Grundlage für deine Behauptung, die Bäume gehörten dir! Und du hast mich gesetzwidrig angegriffen!“

B unterbricht ihn: „Du hast mich zuerst gestoßen!“

A fährt fort: „Hab ich nicht! Ich habe dich nur von meinem Grund und Boden auf deinen eigenen gebracht, was mein Recht ist, und zwar so höflich und sanft es nur ging. Du hast mich auf meinem eigenen Grund und Boden angegriffen!“

B unterbricht wieder: „Aber das ist nicht dein eigener ***** Besitz, du eingebildeter Arsch. Genau darum geht es. Wenn du die Entfernungen ausmisst, wirst du sehen, dass die Bäume auf meinem Land stehen.“

A antwortet: „Ich werde dich bei der Polizei anzeigen. Wenn du glaubst, dass die Bäume dir gehören, dann nimm dir einen Rechtsanwalt und geh vor Gericht. Glaub nur ja nicht, du könntest dir das Land ergaunern. Du kannst dich nicht immer damit durchsetzen, dass du mit dem Hammer draufschlägst wie in deiner Autowerkstatt, oder ist es eher ein Schrottplatz? Wenn du weiter Ärger machst, bring ich dich vor Gericht, und da kannst du Flüche und Beleidigungen ausstoßen und deine albernsten Ansprüche auf die Bäume erheben!“

A reagiert mit Angriffen, die Bs Selbst-Bild untergraben und seine eigene Macht vergrößern sollen. Er wirft ihm seinen Mangel an Bildung vor und unterstellt ihm, er sei ein schlechter Mechaniker. Dann droht er mit dem Gericht, wo er wegen seiner höheren Bildung und seines besseren Einkommens im Vorteil wäre.

Mit diesem Wortwechsel wurden die bis dahin nur den beiden Männern bekannten sankharischen Gedankenmuster jäh in *jati* (Geburt) gestoßen. Innerhalb weniger Minuten änderte sich radikal die Beziehung der beiden zueinander und eines jeden zu sich selbst. Der Hass prägte die Art und Weise, wie sie miteinander sprachen. Die Auseinandersetzung gibt beiden genügend Grund, einander auch in Zukunft zu hassen. Das komplexe Muster von *upadana*, das sich zunächst auf den Besitz der Bäume richtete, hat sich durch die starken Äußerungen der beiden verstärkt. Es scheint, als wäre keine Verständigung mehr möglich.

Die Männer beleidigen einander zwar noch, aber nachdem sie die sankharischen Muster, die sie in sich aufgebaut hatten, zu *jati* brachten, verlieren beide den Schwung. Sie machen noch ein bisschen weiter, aber ohne rechten Zusammenhang. Nachdem sie das Schlimmste, was ihnen einfiel, gesagt haben, würden beide gerne aus der Situation aussteigen: Jetzt sind sie aufmerksam aufeinander und brauchen Zeit, um darüber nachzudenken, was sie als Nächstes tun sollten. Trotzdem will keiner von beiden das Schlachtfeld als erster räumen, denn keiner will sich vor der großen Zuschauermenge eine Blöße geben.

Inzwischen haben einige geschäftstüchtige Händler ein paar kleine Jungen angestellt, die gegrillten Fisch, Würstchen und Eis in der Menge verkaufen. Einer versucht sogar, für ein paar *satangs* Stühle zu vermieten. Aller Augen sind auf das Drama gerichtet, das sich im Garten abspielt.

6 ZWEI MÖNCHE

Zwei Mönche, ein älterer und ein jüngerer, gehen miteinander durch den Ort. Sie sprechen über ein Buch, das der ältere Mönch dem jüngeren vor Kurzem geliehen hat. Als sie über den Markt gehen, sehen sie eine Menschenmenge, die sich an der von der Straße abgelegenen Seite des Platzes versammelt hat. Alle sehen in dieselbe Richtung bis auf ein paar Würstchen- und Eisverkäufer, die gute Geschäfte zu machen scheinen. Der ältere Mönch, Phra C, will schon weitersprechen, als ihm an der Menge etwas auffällt, das ihm Unbehagen bereitet. Er überlegt sich, warum er sich wohl unbehaglich fühlt, und bemerkt nun, dass die Menschen ihre Hälse angespannt verdrehen, um bei irgendetwas zuzusehen. „Lass uns hierlang gehen“, sagt er zu seinem Begleiter, Phra D, und spricht weiter über das Buch. Phra C hat gerade seine Bemerkungen über ein Kapitel beendet, als die beiden Mönche am Rand der Menge ankommen.

Das Unbehagen, das der Mönch empfindet, zieht ihn in die Situation hinein. Er nimmt undeutlich wahr, dass etwas nicht stimmt. Bisher könnte er noch nicht sagen, welches Leiden das Unbehagen hervorruft, er empfindet lediglich einen gewissen Missklang. Wo Disharmonie ist, ist Leiden. Deshalb wollen die Mönche dem Missklang nachgehen, um herauszufinden, ob sie das Leiden abwenden können, das sich sonst unvermeidlich daraus ergeben würde. Phra Cs Achtsamkeit und Mitleid veranlassen ihn dazu, sich der Menge zu nähern, um die die Mönche sonst einen Bogen gemacht hätten. Das entspricht genau der Haltung des Buddhas. Die Texte berichten von seinem Eingreifen in Konflikte bei verschiedenen Gelegenheiten. Schon bevor die Mönche eingreifen, beeinflusst Spiritualität ihre Reaktionen.

Als sie ihre Blicke in dieselbe Richtung wie die Menge lenken, sehen sie zwei Männer, die einander mit Gesten bedrohen. Phra C erkennt aus ihrer Haltung, dass die Männer eine Szene voller Ärger und Wut hinter

sich haben und jetzt müde sind. Wellen von Gelächter gehen durch die Menge, aber die Konzentration schwindet, der Streit muss also seinen Höhepunkt überschritten haben.

Phra C sagt: „Phra D, wir haben die Wahl: entweder wir gehen weiter, weg von diesem Durcheinander, und fahren in unserem erhellenden Gespräch fort, oder wir bleiben eine Weile hier und sprechen mit den Leuten. Was meinst du? Was entspricht eher unserer Pflicht?“

Phra D sagt: „Der Buddha lehrte, dass wir alleine wandern sollen wie ein Rhinoceros, dass wir wie Inseln sein, unseren Geist vor Makel bewahren und Erlösung suchen sollten. Deshalb sollten wir weitergehen, unser Gespräch fortsetzen und uns hier nicht einmischen.“

Phra C macht eine kleine Pause. Dann ordnet er seine Kleider und sagt: „Ja, das Dhamma handelt von der Suche nach Erlösung, aber es handelt ebenso davon, dass wir *dukkha* (Leiden oder Unbefriedigtsein) entgegentreten sollen. Das scheint dich zu überraschen! Für wen suchen wir denn Erlösung, wenn es doch gar kein Selbst (Nicht-Selbst: *anatta*) gibt? Es kann ja nicht für unser Selbst sein! Nein, das Dhamma soll eine Antwort auf *dukkha*, nicht **mein** *dukkha*, nicht **dein** *dukkha*, sondern *dukkha* in allen Erscheinungsformen geben. Als Jünger des Buddhas wollen wir überall dorthin Erleuchtung bringen, wo es Leiden gibt.

Wenn wir uns vor Augen halten, wie Gautama selbst lebte, erkennen wir seinen Grundsatz. Er lehrte überall da, wo Mangel herrschte. Er lehrte tausende von Mönchen und Laien, war immer dazu bereit, sich um Rat fragen zu lassen, und beriet Menschen über vielerlei Probleme, angefangen von persönlichem Kummer bis zu Staatsangelegenheiten. Er besuchte die Kranken, medierte wenigstens in drei Konflikten - einer davon fand zwischen zwei Staaten statt - und gründete eine Bewegung, die jetzt zweitausend Jahre Bestand hat. Lebt so ein Mensch, der einzig und allein danach strebt, sein eigenes *dukkha* zu überwinden? Nein! Der Buddha hat der Welt Heil gebracht. Er hat dem Universum Heil gebracht.

Verblendet, wie wir sind, könnten wir unsere Rettung als das Wichtigste auf der Welt ansehen, aber der Buddha sah alles *dukkha* als gleichwertig an. Das *dukkha* jedes Menschen ist von Bedeutung, nicht nur das, das meinem Selbst widerfährt. Was meinst du, Freund, wie der Buddha an unserer Stelle gehandelt hätte?“

Phra D: „Er wäre zu den Männern gegangen und hätte Frieden zwischen ihnen gestiftet.“

Phra C: „Du hast Recht. Und genau das werden wir jetzt tun.“

Phra D: „Ja, wir wollen die Menschen dazu bringen, uns höher zu achten. Sie werden sehen, wie weise und praktisch das Dhamma wirklich ist.“

Phra C: „Nein, Bruder. Wir werden das weder für unser eigenes Ansehen noch für das des Tempels, ja nicht einmal für das des Dhamma tun, für überhaupt keine Selbst-Erhebung, sondern aus der reinen Absicht, das Leiden zu überwinden, das dieser Streit zweifellos schaffen wird, wenn er so weitergeht wie bisher. Nur deswegen.“

Phra Cs Interesse daran, zu erfahren, was sich ereignet hat, entspringt direkt seinem Mitgefühl und seiner Weisheit. Ihn treibt weder der Wunsch nach Ansehen, noch hindert ihn die Furcht, sich zum Narren zu machen. Wenn er sich dafür entscheidet, auf die Menge zuzugehen, weicht er damit keinen Schritt von seiner Berufung als Mönch ab. Sein Interesse ist dasselbe wie das des Buddhas: Leiden aufzulösen, indem er seine Ursache beseitigt.

Die beiden Mönche erkundigen sich danach, was geschehen ist. Als erster antwortet ihnen der Besitzer der Autowerkstatt, wo B arbeitet: „Ich kenne B sehr gut. Er ist durchaus nicht streitsüchtig. Er würde nie einen Streit vom Zaun brechen. Aber er mag es nicht, wenn man ihm sagt, was er tun soll. Der Lehrer hat ihn herumkommandiert. Lehrer sind so, wissen Sie. Sie haben sich dran gewöhnt, Kindern zu sagen, was sie tun sollen, und deshalb denken sie, sie könnten das mit jedem so machen. Haben Sie gesehen, wie A dem B das Stück Papier

weggeschnappt hat? Arroganter Kerl! Wenn ich B wäre, würde ich ihm eins auf die Nase geben.“

Eine Frau sagt: „Denken Sie, was Sie wollen. Ich weiß jedenfalls, worum es geht. Herr A hat entdeckt, dass Herr B eine Liebesbeziehung mit seiner Frau hat. Sie ist ja wirklich ganz anziehend. Das Stück Papier ist ein Liebesbrief von B an Frau A.“

Ein alter Mann sagt: „Wahrscheinlicher ist, dass Herrn As ältester Sohn der Grund für den Streit ist. Er ist dermaßen unverschämt! Sogar zu einem alten Mann wie mir! Herr A hat ihn ohne jede Disziplin erzogen. Auf das Stück Papier, das A dem B weggerissen hat, hatte Herr B wahrscheinlich alles aufgeschrieben, was der Junge gesagt hat. Herr A will seinen Sohn beschützen, aber tatsächlich wäre eine ordentliche Tracht Prügel das Beste, was dem Bengel passieren könnte.“

Man kann die Liste der Spekulationen beliebig verlängern. Die Zuschauer verstehen den Konflikt auf intelligente, aber ungeübte Weise. Jede Interpretation spiegelt ebenso sehr den Sprecher wider wie den Konflikt. D.h. jede Interpretation zeigt die vorherrschenden Themen der sankharischen Zusammensetzung im Geist des Sprechers.

Sehr oft ist die erste Berührung, die Mediatoren mit einem Konflikt haben, die, dass sie hören, was die Leute darüber sagen. Wenn wir beim Lösen des Konflikts helfen wollen, müssen wir ihn besser verstehen. Unsere Aufgabe besteht zunächst darin, dem Klatsch gegenüber unvoreingenommen zu bleiben und einen besseren Zugang zur Situation zu finden.

Phra D sagt zu Phra C: „Die Frau hat die beste Erklärung. Sie passt am besten zu den Tatsachen und erklärt, warum die beiden über das Stück Papier gestritten haben.“

Phra C erwidert: „Weißt du, es gibt so viel Gerede und so wenig Wissen. Wir müssen vorsichtig sein, dass wir nicht in dieselbe Falle tapen.“

Phra D: „Aber einer von ihnen könnte ja Recht haben. Vielleicht ist es die Frau, und Herr A ist durch Herrn Bs Affäre mit seiner Frau gereizt worden.“

Phra C: „Wir haben Anhaltspunkte für Weniges, aber wir denken, wir wüssten viel. Wenn wir A und B helfen wollen, müssen wir alles über die Realität des Konflikts erfahren und nicht eine neue Realität in unseren Köpfen erschaffen. Unsere Aufgabe ist es, die sankharischen Zusammensetzungen, die Leiden verursachen, niederzureißen und nicht, neue aufzubauen. Wir sollten achtsam auf unsere Gedanken sein, oder wir komplizieren die Situation noch zusätzlich.“

Phra D: „Was sollten wir also tun, euer Ehrwürden?“

Phra C: „Solange wir hier nur herumstehen und ihnen zusehen, helfen wir A und B nicht mehr als alle anderen Zuschauer auch. Wir müssen mit ihnen sprechen und sorgfältig über das, was sie uns sagen werden, nachdenken, bevor wir uns eine Meinung bilden.“

Wie wir eine Situation auffassen, hängt ganz davon ab, wie wir davon erfahren haben. Die Mönche erfahren von dem Konflikt, indem sie den Gerüchten und Spekulationen der Marktkunden zuhören. Für jeden, der mit den Streitenden weder verwandt noch befreundet ist, ist die Situation wegen ihrer Dramatik interessant. Es geht den Marktkunden nicht um Wahrheit und Genauigkeit, sondern darum zuzusehen, wie sich eine gute Geschichte entwickelt. Gute Theaterstücke reizen immer ihr Publikum dazu, sich mit Situationen und Charakteren zu identifizieren. Die Interpretationen der Marktkunden zeigen ihre Selbst-Projektionen. Der alte Mann möchte sogar As Sohn verdreschen, weil er sich mit B identifiziert!

Um darüber zu schwatzen, reicht dieses oberflächliche Verständnis völlig, aber es genügt nicht, wenn man jemandem beim Lösen eines Konflikts helfen will.

Dem, was die Leute sagen, zuzuhören ist keine gute Grundlage für wirksame Mediation. Die Mönche brauchen eine Methode, um herauszufinden, wie man einen besseren Zugang zu dem bekommt, was vor sich geht. Phra Cs Bemerkung, dass sie mit beiden Seiten sprechen und ihr

Urteil bis dahin zurückhalten müssten, enthält Ansätze zu einer solchen Methode. Phra C lässt sich zuversichtlich auf die Sache ein, weil er weiß, dass sein Handeln tief in seiner spirituellen Wahrnehmung verwurzelt ist.

Mit diesen Worten setzt sich Phra C in Bewegung, aber Phra D fragt: „Was werden wir da ausrichten können? Wir sind nicht der Buddha! Die wütenden Männer werden nicht auf unseren Rat hören.“

Phra C: „Ich sehe nicht mehr so gut wie du. Sag mir doch bitte: sind das Männer, die zu unserem Tempel kommen?“

Phra D: „Ja, euer Ehrwürden.“

Phra C: „Dann kennen sie uns ja schon. Wir können ihnen sicherlich helfen. Du hast dich mit keinem von beiden gestritten oder ein größeres Geschenk angenommen, oder?“

Phra D: „Nein, natürlich nicht!“

Phra C: „Was hält uns dann noch davon ab, es zu versuchen? Wir werden sicherlich die Zeit finden, um es zu einem Ende zu bringen.“

Mit diesen Worten nimmt Phra C seinen Weg durch das Gartentor. Die beiden Mönche gehen gemächlich durch den Garten.

Phra C wägt die Erfolgchancen nicht ab wie jemand, der bei einem Box- oder Hahnenkampf auf den Sieger wettet. Seine Motivation liegt in der Überzeugung, dass er sich auf die Sache einlassen muss, d.h. **dass das Dhamma auf die Situation anwendbar ist**. Auch andere Überlegungen gehen ihm durch den Kopf: ob sie die richtigen für die Mediation sind und ob sie in der Lage sein werden, den Fall bis zu einem Ende zu bringen.

Plötzlich wendet B seinen Blick der Menschenmenge zu, und ihm fällt der Kinnladen herunter. Er sieht A auffordernd an. A versteht seinen Gesichtsausdruck erst, als er der Richtung von Bs Blicken folgt. Da kommen zwei buddhistische Mönche durch das Gartentor. Sie lächeln, sagen ein paar Worte zueinander und kommen gemächlich den Gartenweg herauf. Auch die Menge heftet ihre Blicke auf die Mönche. Niemand ahnt, was sie tun werden.

Warum hören A und B auf, einander anzuschreien, und warum verstummt die Menge? Die Mönche repräsentieren zweieinhalb Jahrtausende spiritueller Tradition, die alle im Ort respektieren. Darüber hinaus hat Phra C den Ruf eines aufrichtigen und weisen Mönches. Was für ein Zusammentreffen von Gegensätzen! Das Dhamma handelt von Erleuchtung, aber die Streitenden sind niedrigen Täuschungen unterworfen. Das Dhamma lehrt Mitleid, aber A und B werden vom Hass beherrscht, der in allen ihren Worten und Handlungen gegenwärtig ist. Das Dhamma handelt vom Loslassen, aber die beiden zerreißen sich für Gewinn oder Verteidigung des Besitzes.

Das Nebeneinander dieser Gegensätze bringt alle zum Schweigen, als die Mönche die Szene betreten. Für alle außer Phra C ist sie hoch dramatisch. Sogar Phra D ist unsicher, aber Phra C geht achtsam weiter, als ginge er auf dem Tempelgelände umher.

Als sich die Mönche den beiden Männern bis auf ein paar Meter genähert haben, sieht Phra C auf und lächelt. Er sagt: „Wir waren in der Nähe, sahen die Menschenmenge und vermuteten, dass Sie einen Streit haben. Wir fragen uns, ob es vielleicht helfen könnte, wenn Sie ein oder zwei Stunden im Tempel mit uns reden würden.“

Wir würden Ihnen beiden nur dabei helfen, die Dinge durchzusprechen. Sie könnten das als ein Experiment ansehen, das Experiment, die Lehre des Buddhas auf das Leben anzuwenden. Wenn das gelingt, werden wir alle etwas Nützliches daraus lernen. Wenn es misslingt, verliert niemand etwas dabei.“

Die beiden Männer sehen einander und dann wieder die Mönche an. Der ältere Mönch lächelt und A bemerkt, dass er genau so entspannt und freundlich aussieht wie vor Kurzem im *wat* (Tempel), ganz im Gegensatz zur Angespanntheit der augenblicklichen Situation. A sagt: „Es ist sehr freundlich von Ihnen, sich um unseren niedrigen Streit zu bekümmern. Ich für mein Teil nehme das Angebot an.“

B verbeugt sich tief - seine Verwirrung ist genauso tief wie seine Verbeugung - und sagt: „Ich hoffe, wir werden Ihnen nicht zu viel Mühe machen. Ich nehme auch an. Danke!“

Die beiden Mönche verabreden Zeiten am Nachmittag und Abend für getrennte Gespräche mit den beiden Männern. Phra C sagt: „Es wird besser sein, wenn wir mit jedem von Ihnen zuerst alleine ausführlich sprechen, bevor wir uns alle vier zusammensetzen. Wenn wir es so machen, können wir mit jedem von Ihnen tiefergehende Gespräche führen und besser miteinander nachdenken. Die beiden Männer stimmen zu und Phra C sagt: „Wir haben uns also darauf geeinigt, auf buddhistische Weise an dem Problem zu arbeiten. Das ist gut. Ich danke Ihnen beiden dafür, dass Sie dem Dhamma vertrauen.“

A und B gehen auf ihre Häuser zu, und die Mönche wandeln gemächlich den Gartenweg zurück zum Tor. Währenddessen zerstreut sich die Menge. Als die Mönche die Straße erreichen, sind alle verschwunden.

Von Anfang an verhalten sich A und B ganz anders gegen die Mönche als gegeneinander: Sie behandeln einander mit Feindseligkeit, aber sie zeigen Achtung und Aufmerksamkeit für die Mönche. Zwar haben sie sich einverstanden damit erklärt, an der Mediation teilzunehmen, aber tatsächlich haben sie eine so geringe Meinung voneinander, dass keiner der beiden erwartet, bei der Sache werde irgendetwas herauskommen. Sie stimmen nur aus Achtung vor den Mönchen und aus Glauben an das Dhamma zu, nicht weil sie irgendeine Hoffnung hegten, die Dinge könnten sich zum Besseren wenden.

Nachdem ihr Vorschlag zur Mediation angenommen worden ist, gehen die beiden Mönche zum *wat*, um sich zu überlegen, wie sie am besten die Gespräche führen sollen, die folgen werden.

Phra C fragt: „Was meinst du, Bruder? Wie sollten wir mit Herrn A und Herrn B umgehen, wenn sie uns besuchen kommen?“

Phra D: „Wir sollten zuerst einmal zuhören, was die beiden zu sagen haben, dann sollten wir entscheiden, was zu geschehen hat, und schließlich sollten wir ihnen eine Dhamma-Predigt zum Thema halten.“

Phra C: „Ja, du hast Recht, dass wir ihnen zuerst zuhören sollten. Sie haben einander ja bisher nicht zugehört, also werden beide viel zu sagen haben. Aber ich zweifle daran, dass es das Beste wäre, wenn wir das Problem für sie lösten. Was würden sie daraus lernen? Würden sie irgendetwas über das Wesen der Verblendung lernen? Würden sie lernen, einander besser wahrzunehmen? Würden sie lernen, Mitleid zu üben? Ich denke nicht. Sie würden lernen: in den Tempel gehen ist wie vor Gericht gehen, nur billiger!

Können wir einen Jungen das Töpfern lehren, indem wir ihm eine Schale drehen? Nein, wir müssen ihm dabei helfen, selbst die nötigen Fähigkeiten zu erwerben. Wahrscheinlich wird es ein paar Tage dauern, bis er seine erste plumpe und unverkäufliche Schale herstellt, und ein paar Wochen, bis er irgendetwas herstellen kann, das eine Hausfrau gerne kaufen würde, aber diese kurze Verzögerung wird durch seine lebenslange Fähigkeit, schöne Keramikschalen herzustellen, mehr als wettgemacht.

Wenn wir für sie entschieden, käme vielleicht nichts viel anderes heraus, als was sie selbst entscheiden werden. Aber was sie dabei über die Anwendung des Dhamma auf ihr Leben lernten, wäre etwas ganz anderes, nämlich nichts! Unsere Aufgabe ist es, ihnen dabei zu helfen, das Dhamma auf ihr Leben anzuwenden, und nicht, ihnen schnelle und leichte Antworten zu präsentieren.“

Die Haltung, die Phra C einnimmt, ist für jede Mediatorin wichtig. Wir wollen Konflikte am liebsten schleunigst aus dem Weg räumen, als wären sie Schmutz in unserem Leben, der am besten so schnell wie möglich unter den Teppich gekehrt würde. Phra C dagegen sieht die Situation als eine Gelegenheit an, bei der die Streitenden etwas lernen können, wenn sie mit dem Dhamma experimentieren. Nicht zufällig nannte der große indische Friedensstifter Mohandas K. Gandhi seine Autobiographie „Meine Experimente mit der Wahrheit“. ⁷³ Wir werden der Lehre des Buddhas nur gerecht, indem wir sie auf unsere realen Probleme anwenden. Das Dhamma handelt davon, wie das Leiden durch die Verwandlung der Bedingungen, die

zum Leiden führen, aufgehoben wird. Deshalb sollten wir den Mut haben, es anzuwenden, und in neuen Situationen damit experimentieren.

Phra D: „Gut, euer Ehrwürden, was sollten wir also tun, nachdem wir ihnen zugehört haben?“

Phra C: „Ich denke, dass ihr Konflikt sich nur dadurch verwandeln wird, dass beide lernen, sich selbst und den anderen wahrzunehmen. Der sankharische Prozess des Zusammensetzens, der die Täuschung anwachsen ließ, muss abgebrochen und neu aufgebaut, oder besser überhaupt nicht wieder aufgebaut werden, damit die beiden den Teufelskreis, der sie einschließt, durchbrechen können.“

Phra D: „Das verstehe ich nicht.“

Phra C: „Nicht wir können ihnen Frieden bringen, sondern sie müssen ihn sich alleine erarbeiten. Sie selbst müssen den Prozess begreifen, der zur Entstehung des Konflikts führte, und sie müssen die sankharischen Konsequenzen jeder möglichen Lösung bedenken, die sie in Betracht ziehen.“

Ein Urteil von uns wäre wie ein teures elektrisches Gerät aus dem Ausland, das die technischen Möglichkeiten hier übersteigt. So lange es funktioniert, ist es gut, aber wenn es einen Defekt hat, müssen wir es zur Reparatur dahin schicken, wo es produziert wurde. Aber das, was wir selbst gemacht haben, können wir reparieren, sobald es kaputtgeht, und wir können es leicht veränderten Umständen anpassen.“

Phra C sieht das Dhamma als zugleich tiefgreifendes und praktisches Instrument. Die Aufgabe der Mönch-Mediatoren ist es, den Streitenden dabei zu helfen, es auf ihr Leben anzuwenden. Indem man an Konflikten arbeitet, bewegt man sich in Richtung Befreiung, d.h. man verwandelt die Bedingungen, die Konflikte verursacht haben und aufrecht erhalten.

Am Nachmittag kommt A zum Tempel und wird in Phra Cs Studierzimmer gebracht, wo die beiden Mönche auf ihn warten. Die

Mönche fangen damit an, es A möglichst behaglich zu machen. Ein junger Mönch bringt Tee, und Phra C fragt, wie As Bemühungen um die Schule vorwärts kämen. A erzählt von dem neuen naturwissenschaftlichen Labor, das sie für den Winter planen, und nennt die Namen einiger Schüler, die in diesem Jahr zur Universität zugelassen wurden. Nach ein paar Minuten ist er entspannt und lächelt. Während A spricht, erwidert Phra C sein Lächeln, nickt und macht gelegentlich eine Bemerkung. Schließlich gratuliert er A zu seiner Arbeit im Dienste der Menschen im Ort.

Dann sagt Phra C: „Lassen Sie uns auf den Anlass unseres Gesprächs kommen, wir haben da ja eine Arbeit vor uns.“ Er lächelt und fährt fort: „Um solch ein Problem auf buddhistische Weise zu lösen, braucht es einige Anstrengung, denn das Dhamma lehrt, dass wir zur Wurzel des Leidens vordringen und nicht an den Symptomen herumkurieren sollen. Aber ich habe Sie heute Morgen alle beide schwer arbeiten sehen, und ich denke nicht, dass unsere Arbeit hier so schwer werden wird.“ Alle drei lachen. Die Episode am Morgen war tatsächlich anstrengend und ermüdend.

Phra D erklärt, wie die Mönche sich die Zusammenarbeit vorstellen: „Wir möchten gerne mit Ihnen beiden einzeln über das Problem sprechen. Wir könnten uns einige Male mit Ihnen treffen und dabei versuchen, Missverständnisse aufzuklären, die Probleme klar in den Blick zu bekommen und nach Lösungswegen Ausschau zu halten. Wenn wir dann Fortschritte gemacht haben, werden wir Sie beide zusammenbringen, damit sie gemeinsam Entscheidungen für die Zukunft treffen können. Scheint Ihnen das so in Ordnung? Möchten Sie etwas fragen?“

Herr A: „Werden Sie uns die buddhistische Lösung empfehlen?“

Phra C: „Es gibt keine buddhistische Lösung, aber einige Konfliktlösungsweisen stimmen mit dem Dhamma überein und beziehen ihre Stärke davon, während andere gegen das Dhamma sind. Respektvoll miteinander über Probleme reden ist eine buddhistische

Vorgehensweise. Einander mit Besenstielen traktieren ist es nicht - jedenfalls denke ich das.“

Wieder lachen alle, und Phra C greift Herrn As Frage auf: „Nein, wir werden keine Entscheidungen für Sie treffen. Das bleibt Herrn B und Ihnen überlassen. Unsere Aufgabe ist es, Ihnen dabei zu helfen, die Angelegenheit auf konstruktive Weise gemeinsam zu durchdenken.“

In der Einführung wird betont, dass die Streitenden sich werden anstrengen müssen. Außerdem wird die Vorgehensweise vorgestellt. Phra C äußert noch einmal sein Interesse daran, dass der Konflikt auf buddhistische Weise gelöst wird. Herr A formuliert sofort seine Befürchtung, dass die Mönche eine Lösung vorgeben wollten. Phra C sagt klar und deutlich, dass sie das keineswegs tun werden. Sie wollen den Streitenden helfen, die Dinge zu durchdenken und miteinander zu kommunizieren. Die Entscheidungen werden sie den Streitenden selbst überlassen.

Herr A: „Sie sagten, die Gespräche würden getrennt stattfinden. Und wie vertraulich werden sie sein?“

Phra C: „Wir werden Herrn B nur das mitteilen, was Sie gerne möchten oder was Sie uns erlauben. Vielleicht wäre es gut, wenn wir am Ende jedes Gesprächs zusammenfassen würden, was wir an Herrn B weitergeben. Bei der Gelegenheit können Sie alle Punkte herausfinden, die Sie im Augenblick noch vertraulich behandelt wissen wollen. Finden Sie das gut so?“

Die Mönche gehen auf As Frage nach der Vertraulichkeit ein, indem sie A darum bitten, dabei mitzuwirken. Über die Vertraulichkeit bestimmen die Mediatoren nicht alleine - woher könnten sie auch wissen, was die Parteien geheim halten wollen und was nicht? Mediatoren und Parteien entscheiden gemeinsam darüber. Am Ende jedes Gesprächs werden die Mönche Herrn A fragen, ob etwas geheim gehalten werden soll. Dadurch lenken sie seine Aufmerksamkeit auf den Gegenstand.

Phra C: „Erzählen Sie uns jetzt mit den Worten, die Ihnen gerade in den Sinn kommen, wie Sie den Konflikt sehen. Wir werden Sie nur unterbrechen, wenn wir Verständnisfragen haben. Die nächsten anderthalb Stunden gehören Ihnen, also lassen Sie sich Zeit.“

Herr A erzählt: „Das Problem ist, dass mein Nachbar versucht, ein Stück meines Landes zu stehlen. Wir leben jetzt seit fünf Jahren ohne Reibereien nebeneinander, und jetzt versucht er plötzlich, mir mein Land wegzunehmen ...“ Er erzählt, dass B ihm seinen Anspruch auf die Mangobäume als vollendete Tatsache präsentiert habe. „Eines Morgens, als ich gerade zur Arbeit gehen wollte, sagte er mir, dass die Bäume ihm gehörten und er sie haben wolle. Erst dachte ich, er macht einen Witz. Als ich sah, dass er es ernst meinte, war ich sprachlos! Am nächsten Morgen, es war Markttag, kam er mir mit einem Plan des Gartens entgegen, in den er einen Zaun eingezeichnet hatte, der die Bäume auf seinem Gelände umschloss. Es war in meinem Teil des Gartens. Er stand auf meinem Grund und Boden und grinste, als gehörte ihm das Land. Ich sagte ihm, er solle auf sein eigenes Grundstück gehen, und da schrie an mich an. Eine Menschenmenge sammelte sich, und alle sahen uns zu. ...“

Herr A hat seine Erzählung mit leiser Stimme angefangen, aber er wird immer aufgeregter, wenn er berichtet, wie B ihn behandelt hat. Nach einiger Zeit sagt Phra C lachend : „Würden Sie wohl bitte etwas langsamer sprechen. Meine Ohren sind nicht mehr so gut, wie sie einmal waren. Wo waren wir stehen geblieben? Ich habe Ihren Worten und dem Ton Ihrer Stimme entnommen, dass Sie wütend waren, als Herr B zuerst mit Ihnen im Garten sprach, aber ich verstehe noch nicht, was Sie daran so gereizt hat. Können Sie mir noch einmal Schritt für Schritt darstellen, was sich bei ihrem ersten Zusammentreffen tatsächlich abgespielt hat? Könnten Sie möglichst dazusagen, wie Sie sich bei jedem einzelnen Schritt fühlten?“

Phra C unterbricht, weil er bei As schnellem Bericht nicht mitkommt. As Aufregung verrät starke Emotionen. Da Emotionen wichtig zur Bestimmung

des Wesens von *upadana* sind (und deshalb auch des Selbst, das in *jati* geboren wird), bittet Phra C ihn zu erklären, was ihn reizte und was er fühlte.

A sagt: „Er sprach mich an, als ich zur Arbeit ging, und sagte mir, dass die Bäume auf seinem Gelände ständen. Ich war natürlich überrascht, aber ich konnte mir nicht die Zeit nehmen, mit ihm darüber zu sprechen. Ich fing an, ihm das zu erklären, aber er ging einfach weg und sagte, dass wir innerhalb von zwei Tagen darüber sprechen müssten.“

Phra C: „Was für Gefühle hatten Sie dabei?“

A: „Ich war schockiert. Es gab vorher auch nicht den kleinsten Hinweis darauf. Außerdem schien B es darauf abgesehen zu haben, mich zu ärgern, denn er sprach mich auf meinem Weg zur Schule an. Er muss ja gewusst haben, dass ein Gespräch zu dieser Zeit unmöglich war, warum sollte er also sonst diesen Zeitpunkt gewählt haben? Später sprach ich mit meiner Frau darüber, und es schien uns so, als wolle er stänkern.“

Phra C: „Wenn ich richtig verstanden habe, hatte Herr B Sie vorher nie auf die Sache angesprochen, Sie waren unangenehm überrascht von seinem Vortrag, und Sie denken, dass er es darauf abgesehen hatte, Sie zu ärgern, weil er einen Wochentag wählte, als Sie auf dem Weg zur Schule waren. Stimmt das?“

A: „Ja, und dann war da am Ende noch dieses angedeutete Ultimatum, dass wir uns innerhalb von zwei Tagen zu einem Gespräch treffen müssten.“

Phra C: „Sie denken, dass das ein Ultimatum war? Könnte es nicht auch ein Versuch gewesen sein, einen späteren Gesprächstermin zu verabreden?“

A: „Nein ... die Art, in der er das sagte, kann ich mir nur damit erklären, dass er Druck ausüben wollte.“

Ab und zu wiederholt Phra C in seinen eigenen Worten das, was A gesagt hat. Zu Anfang muss Herr A Phra Cs kleine Zusammenfassungen noch ab und zu korrigieren, aber je länger das Gespräch dauert, desto treffender werden sie, findet A. Ob das

vielleicht daran liegt, dass seine eigenen Bemerkungen klarer und genauer geworden sind? Während er spricht, geht A durch den Sinn, dass ihm zum ersten Mal jemand so intensiv zuhört.

Phra C paraphrasiert das, was A sagt. Er benutzt dann dessen Korrekturen, um sein Verständnis dem Gemeinten anzupassen. Daraus ergibt sich, dass sein Geist sich mehr und mehr im Einklang mit As Wahrnehmung der Situation befindet. A wiederum findet es sehr gut, dass Phra C seinen Fall wirklich ernst nimmt und ein immer genaueres Verständnis gewinnt. Die Behandlung, die er hier erfährt, steht in markantem Gegensatz zu der Abweisung durch B und der stillschweigenden Unterstützung durch Frau und Freunde. Phra C erkundet mit Hilfe seiner Fragen As Gefühle und Gedanken, aber so, dass A sich nicht zu Enthüllungen gedrängt fühlt. Er vertraut darauf, dass die Mönche die Informationen nicht missbrauchen werden.

A berichtet darüber, wie der Konflikt sich entwickelte, und die Mönche hören ihm aufmerksam zu. Ab und zu paraphrasieren sie. Sie machen sich Notizen über Punkte, auf die sie später zu sprechen kommen wollen.

Als A geendigt hat, nickt Phra C teilnehmend und sagt: „Ich würde gerne auf ein paar Punkte zurückkommen, die mir noch unklar sind. In den letzten Tagen hat sich ihre Beziehung völlig verändert. Wie war sie denn vorher?“ Gelegentlich stellt Phra C Fragen, um die Gründe für bestimmte Bemerkungen und Handlungen As zu erfahren. Das kommt A seltsam vor, aber er antwortet bereitwillig, weil Phra C ihn ernst nimmt. A empfindet zwar die Fragen als etwas aufdringlich, aber gleichzeitig ist er froh, dass sie ihm die Gelegenheit geben, seine Ansicht vom Konflikt darzustellen. Am Ende des Gesprächs ist er davon überzeugt, dass Phra C seine Situation gut versteht.

A: „Ich denke nicht, dass wir viel Gemeinsames haben - Herr B ist ein Mann mit praktischen Interessen, während meine eher geistig sind - aber wir hatten niemals irgendeinen Streit miteinander. Dies ist der erste, und er kam aus heiterem Himmel.“

Phra C: „Ich finde es schwierig zu verstehen, wie der Konflikt begann. Normalerweise baut sich so etwas doch allmählich auf, und es gibt Hinweise auf eine Entwicklung. Aber Sie haben nichts dergleichen bemerkt?“

A: „Nein, nichts.“

Das bringt Phra C etwas durcheinander. Das Aufstellen einer solchen Forderung hätte normalerweise A mit einbeziehen müssen, wenn schon nicht direkt, so hätte A doch durch das Beobachten von Bs Verhalten merken müssen, dass sich etwas anbahnt. Vielleicht bemerkte A darum nichts, weil die Kommunikation zwischen ihm und B nur oberflächlich war. Phra C notiert sich im Kopf, dass er noch herausfinden will, aus welchen Elementen sich dieser „Blitz aus heiterem Himmel“ zusammensetzte.

Phra C: „Ich wüsste wirklich gerne, wie Herr B den Zwischenfall erlebte! Wir werden das später erfahren. Jedenfalls muss das ein rechter Schock für Sie gewesen sein.“

A: „Wirklich! Und meine Frau macht sich große Sorgen. Wir trauen unserem Nachbarn nicht mehr. Wir wissen ja nicht, was er als nächstes vorhat.“

Phra C: „Weil Sie nicht verstehen, warum er diesen Anspruch erhoben hat, haben Sie Angst vor dem, was er in Zukunft tun könnte.“

Immer wenn eine Streitende ein Gefühl erwähnt, sollten die Mediatoren das in der richtigen Weise anerkennen. Das kann dazu führen, dass tiefe Verletzungen ausgesprochen werden (in unserem Fall war es nicht so). Jedenfalls macht das der Sprecherin deutlich, dass die Mediatoren mitfühlen.

Phra D notiert, dass sie herausfinden wollen, warum B plötzlich Anspruch auf die Bäume erhebt. Phra C geht dem nächsten Punkt nach, den er sich notiert hat: „Sie sagten, dass Sie jetzt viel weniger von Herrn B hielten als früher. Könnten Sie bitte die Veränderung Ihrer Einstellung zu Herrn B genauer erklären? Welche Ereignisse haben dazu geführt?“

A: „Ja, er ist im Grunde ein habgieriger Opportunist. Er meinte, es ergebe sich eine Gelegenheit, sich wertvolle Bäume anzueignen, und er hat sie benutzt. Besondere Ereignisse? Ja, eine ist die Plötzlichkeit, mit der er mich überfiel, eine andere die Drohung, einen Zaun zu errichten.“

Phra C: „Was hat er wörtlich gesagt?“

A: „Er winkte mir mit der Zeichnung, auf der die Bäume hinter einem Zaun zu sehen waren, und schrie, dass er die Bäume sofort haben wolle.“ Phra D macht sich eine Notiz.

Phra C: „Es gibt noch etwas, worüber ich mir nicht klar geworden bin: Was geschah am Anfang der zweiten Begegnung? Was hat Sie an seinem Verhalten so gereizt?“

A: „Er drohte mir, einen Zaun zu errichten. Ach ja, das, was mich am meisten ärgerte, war, dass er mit seiner Zeichnung vom Zaun in *meinem* Garten stand und dazu noch lächelte, als würde er mich in *seinem* Garten begrüßen. So eine Unverschämtheit!“

Phra C: „Sie fanden, dass er sich benehme, als gehörte ihm das Land schon?“

A: „Auch damit hat er Druck auf uns ausgeübt. Er hat das Land unrechtmäßig für sich beansprucht.“

Phra C: „Könnten Sie uns bei dieser Gelegenheit noch einmal wiederholen, wie Sie über die Bäume denken und was nach Ihrem Verständnis Herr B darüber denkt?“

A: „Wir haben die Bäume und den Gartenweg, der zwischen unseren Grundstücken entlangführt, immer als gemeinsames Eigentum betrachtet, genau wie die früheren Bewohner auch. Auf ein paar Zentimeter kommt es dabei nicht an. Die Bäume gehören uns gemeinsam. Seiner Meinung nach gehören die Bäume ihm, weil sie auf seiner Seite ständen. Er will sie sich jetzt aneignen und einen Zaun ziehen, um sein Eigentumsrecht zu demonstrieren.“

Phra C: „Haben Sie schon eine Rechtsauskunft eingeholt?“

A: „Nach dem ersten Zwischenfall mit Herrn B habe ich in die Unterlagen gesehen, aber sie sind älter als die Bäume. Der Rechtsanwalt sagte, ich würde einen Gerichtsprozess wahrscheinlich

gewinnen, wenn ich die Stellungnahmen der früheren Besitzer beider Häuser beibringen könnte. Aber einer ist gestorben und der andere unbekannt verzogen.“

Phra C: „Ich fasse zusammen: Erstens, Sie waren überrascht und betroffen von Herrn Bs plötzlicher Forderung. Sie verstehen seine Schlussfolgerungen nicht, und das macht Ihnen Angst im Hinblick auf die Zukunft. Wir werden das mit Herrn B besprechen und ihn fragen, was er darüber denkt. Dann können wir uns ein Bild davon machen.

Zweitens, Sie haben verstanden, dass Herr B Ihnen damit drohte, er werde seinen Garten mitsamt den Bäumen einzäunen. Diese Drohung hat Sie gereizt. Wir müssen herausfinden, wie Herr B die Situation sieht.

Drittens, Sie haben ihn so verstanden, dass er den alleinigen Besitz der Bäume beansprucht. Ihre Meinung dagegen ist, dass nach dem Gesetz und moralisch Bäume und Weg gemeinsames Eigentum seien. Daran werden wir in den folgenden Gesprächen zu arbeiten haben.

Möchten Sie, dass wir irgendetwas von dem, was wir heute besprochen haben, im Gespräch mit Herrn B nicht erwähnen?“

A: „Bitte sagen Sie nichts davon, dass ein Gerichtsverfahren wenig aussichtsreich wäre. Außerdem möchte ich nicht, dass er den Eindruck bekommt, wir hätten Angst vor dem, was er tun könnte. Es war mehr meine Frau, die etwas befürchtete.“

Phra C: „Gut, wir werden sagen, dass Sie meinen, die Bäume seien nach dem Gesetz Ihr gemeinsames Eigentum, aber nicht, dass es schwierig wäre, das zu beweisen. Was den anderen Punkt angeht, könnten wir sagen, dass Sie wegen der Plötzlichkeit der Forderung nicht so recht wissen, was Sie von ihm zu erwarten haben?“

A: „Ja, das ist in Ordnung.“

Als Phra C nach der Vertraulichkeit fragt, ist A recht geistesgegenwärtig. Wenn er es nicht gewesen wäre, hätte Phra C gefragt: „Wie war das noch mal mit der Rechtslage?“

Phra C: „Ich danke Ihnen vielmals. Wir werden mit Herrn B sprechen und Sie morgen wiedersehen. Wäre Ihnen dieselbe Uhrzeit recht?“

A verbeugt sich und wendet sich zum Gehen. Als er vor der Tür seine Schuhe wieder anzieht, geht ihm durch den Sinn, dass die beiden Mönche wirkliches Interesse an ihm haben. Sie lächelten, sprachen freundlich und zeigten Teilnahme an seinen Gefühlen - und da war noch etwas anderes. Ihre grundlegend freundliche Haltung zeigte sich in ihren Worten und Handlungen und erhellte ihre Gesichter.

Die Ausübung von *metta* (Güte) gehört zur täglichen Routine der Mönche und hat ihre Haltung geprägt. Sie strahlen Freundlichkeit aus. Im Gespräch hatte A länger als eine Stunde enge Berührung mit ihnen, sodass er diese Haltung deutlich empfinden konnte.

Auf dem Nachhauseweg fühlt A sich zwar müde, aber er ist in gehobener Stimmung. Die genaue Wiedergabe der Geschichte des Konflikts war anstrengend, aber es war gut, endlich mit jemandem zu sprechen, der wirklich zuhörte. Die Gesprächsatmosphäre hat ihn mit neuer Hoffnung erfüllt. A wüsste gerne, wie die Mönche mit B zurechtkommen werden. „Ob es B wohl gelingen wird, ihnen vorzumachen, er wäre ein vernünftiger Mensch?“

Wir sagten schon, dass Frieden ein Prozess ist, in dem man mitwirkt, und nicht ein Zustand, den man anstreben kann. Nach den Gesprächen sollten sowohl die Streitenden als auch die Mediatoren merken, dass sie schwer am Konflikt gearbeitet haben. Wirklich am Problem arbeiten bringt Hoffnung und Orientierung. Denken Sie daran, dass der dünne Faden stark werden muss, wenn er allein das Gewicht tragen soll. Jedes Gespräch sollte mit all seinen Fortschritten und Rückschlägen als wirkliches Einlassen auf die Probleme erlebt werden.

Später treffen die beiden Mönche Herrn B. Von Anfang an ist ersichtlich, dass er sich längst nicht so gut ausdrückt wie A. Er sitzt

unbeholfen auf seinem Stuhl und wechselt von einer verlegenen Pose zur andern, wenn ihn einer der Mönche ansieht oder anspricht.

Phra C lächelt und beginnt das Gespräch damit, B daran zu erinnern, dass seine Werkstatt den Service für ein Auto übernommen hat, das dem Abt zur Verfügung steht. Er sagt ihm, dass es gut laufe. „Es erscheint mir immer wieder wie ein Wunder, dass man eine Flüssigkeit einfüllt und so viel Bewegung und Geschwindigkeit herausbekommt. Was dazwischen passiert, habe ich nie ganz verstanden.“ Alle drei lachen, sodass Bs Erklärungen durch ein Gelächter eingeleitet werden.

Der Scherz ist nicht besonders geistreich, aber alle Anwesenden finden ihn komisch. Der Mönch verringert die Anspannung, indem er einen Scherz über sich selbst macht. B muss nun nicht mehr fürchten, dass er sich wegen seines Mangels an Bildung lächerlich machen wird, denn der ältere Mönch hat schon seine eigene Unwissenheit zugegeben und darüber gelacht. B spricht seine ersten Worte mit einiger Selbstsicherheit, und das stärkt sein Vertrauen. Anschließend ist die Atmosphäre entspannter als vorher.

B wirkt noch einmal angespannt, als er plötzlich fragt, was A gesagt habe, aber Phra C antwortet: „Wir haben ihm anderthalb Stunden lang zugehört, und wir werden Ihnen auch so lange zuhören, wenn Sie uns jetzt Ihre Sichtweise darstellen. Wir werden Sie beide genau gleich behandeln.“

Phra C führt den Mediationsprozess mit denselben Worten ein wie im Gespräch mit A. Aber er bemerkt, dass B das, was er sagt, nicht recht ernst nimmt. Bald erfährt er auch aus Andeutungen, warum das so ist. B glaubt nicht, dass A sich auf Verhandlungen einlassen werde. Er sagt von A: „Er wird sich geschickt herausreden!“ Später sagt er mit einem schiefen Lächeln: „Ich glaube nicht, dass es Ihnen gelingen wird, uns dazu zu bringen, dass wir uns auf irgendetwas einigen.“

Phra C lacht innerlich und denkt: „B glaubt nicht, dass die Lehre des Buddhas Herrn A dazu bringen kann, dass er ihm die Bäume überlässt.“

Dann sagt Phra C: „Unmöglich ... unmöglich ... Für mich ist es unmöglich, ein Auto zu reparieren, aber Sie wissen genau, was Sie tun müssen. Sie haben das gelernt und kennen sich unter der Motorhaube aus. Wir Mönche wissen sehr wenig darüber - ich wüsste nicht, was ich tun sollte, wenn der Wagen, in dem wir fahren, eine Panne hätte - , aber das Funktionieren des Geistes verstehe ich etwas besser als das Funktionieren eines Motors.“

Der Buddha predigte über die Verursachungsprozesse des Geistes ebenso präzise, wie jemand über eine Motorreparatur spricht. Daher wissen wir, dass ein Konflikt, wie unlösbar er auch erscheinen mag, das Ergebnis eines fortgesetzten Verursachungsprozesses ist. Die Probleme erscheinen einem weniger unlösbar, wenn man ihre Verursachungsprozesse versteht.“

Phra C greift das Wort „unmöglich“ auf. „Unmöglich“ ist etwas dann, wenn wir die verursachenden Prozesse kennen und daraus schließen müssen, dass etwas nicht sein kann. (Z.B. kann Wasser unter normalen Bedingungen nicht bei 15 Grad C gefrieren). Oft scheint uns eine Veränderung „unmöglich“, weil wir die daran beteiligten verursachenden Prozesse nicht kennen. D.h. wir halten etwas für unmöglich, weil wir nicht erkennen, wie es verändert werden könnte. So ergeht es B: Er kann sich nicht vorstellen, wie die Mönche eine Veränderung herbeiführen könnten. Phra C zeigt B am Beispiel einer Autoreparatur, dass die Einschätzung, ob etwas möglich oder unmöglich sei, von den Kenntnissen abhängt, die jemand hat.

Phra C fährt fort: „Was tut ein guter Automechaniker, wenn er einen Wagen reparieren soll?“

B: „Er untersucht so lange das System, in dem der Fehler liegt, bis er das fehlerhafte Teil findet.“

Phra C: „Genau das müssen wir mit dem Konflikt auch machen.“

Wir untersuchen die verschiedenen Ursachen, bis wir verstehen, was genau das Problem verursacht. Dann suchen wir nach Möglichkeiten, das fehlerhafte Teil durch ein intaktes zu ersetzen.“

B denkt an seinen Streit mit A, und ihm fällt ein, dass ihre Auseinandersetzung wie ein kompliziertes System von Gängen mit zwei Kraftquellen ist. Daraus ergibt sich das komische Bild eines Automechanikers, der einen Fehler in einem streikenden Bus sucht und dabei bemerkt, dass das Fahrzeug von zwei Motoren statt nur von einem angetrieben wird. Darüber muss er laut lachen: „Wie ein Bus mit zwei Motoren!“

Die beiden Mönche gucken überrascht, und dann sagt Phra C: „Ja, ich denke, das ist ein passender Vergleich.“

Die Analogie bewirkt, dass B den Konflikt nicht mehr als unlösbar ansieht, sondern als etwas wie ein Fahrzeug, das ein Laie verdorben hat. Dieses Problem kennt er gut! Mit Arbeit, Fachkenntnis und ein paar Ersatzteilen kann das Fahrzeug wieder in Gang gebracht werden.

Phra C: „Gut, stellen Sie uns jetzt Ihre Ansicht von der Sache dar. Wie hat alles angefangen, und wie ist es weitergegangen?“

B: „Wo soll ich beginnen? Wir zogen im selben Monat in unser Haus ein wie Herr und Frau A. Etwa vor fünf Jahren. Damals bemerkte ich, dass der Gartenweg und die Bäume auf unserem Gelände lagen. Als ich das aber dem alten Mann sagte, der uns das Haus verkaufte, sah er bestürzt drein und sagte, dass er und das alte Paar, dem früher As Haus gehört hatte, gute Freunde gewesen seien und dass sie sich die Früchte immer geteilt hätten. Die As und wir zogen etwa zur selben Zeit ein und machten es einfach wie die früheren Bewohner: Wir teilten uns die Mangoernte.“

Phra C: „Haben Sie damals die Grundstücke ausgemessen?“

B: „Ja, die Bäume stehen etwa einen Meter auf unserem Grundstück.“

Phra C: „Von der Zeit an, als Sie das Grundstück kauften, dachten Sie, dass Weg und Bäume sich auf Ihrem Land befänden, aber

sie wollten die Tradition der früheren Besitzer fortführen und Weg und Bäume mit den As teilen.“

B: „Genau so war es. Man kann sagen, dass damit das Problem anfang. Ich habe nicht von Anfang an Anspruch auf mein Land erhoben. Ich war all die Jahre großzügig. Sie sehen, was dabei herausgekommen ist! Als ich vor ein paar Tagen versuchte, mit A darüber zu sprechen, wollte er mir nicht zuhören. Ich habe mein Möglichstes getan, um Herrn A meine Begründung dafür, dass die Bäume auf meinem Grundstück liegen, logisch darzustellen. Aber der eingebildete Kerl lachte mich aus. Von der Straße aus konnten die Leute sehen, wie er mich auslachte.

Ich versuchte das Ganze zu erklären, aber er brachte mich mit so einer Handbewegung zum Schweigen, als wäre ich ein Bettler oder sowas. Er wollte mir einfach nicht zuhören. Das Gespräch verlief völlig anders, als ich gedacht hatte. Ich dachte, wir würden gemeinsam die Entfernungen ausmessen.

Als ich am nächsten Tag versuchte, ihm die Sache zu erklären, riss mir der arrogante Kerl das Papier aus der Hand und warf es zu Boden. Und das vor allen Leuten auf dem Markt! Das hat mich wirklich wütend gemacht.

Er hat mir jahrelang heimlich die Ernte der Bäume gestohlen und weiß ganz genau, dass ich im Recht bin. Deshalb will er auch nicht mit mir reden. Ich war wütend ...“

Als B die Geschichte erzählt, steigt der Ärger wieder in ihm auf: *phassa* (Berührung) lässt *vedana* (Empfindung) entstehen. Er macht eine Pause, als er den Ärger in seiner Stimme bemerkt. Alle schweigen. Herrn B ist die Gegenwart der Mönche lebhaft bewusst. Er merkt, wie sein Gesicht von Ärger verzerrt ist. Sie sehen das natürlich! Bilder der vergangenen Ereignisse gehen ihm durch den Kopf.

Dann sagt der ältere Mönch sehr sanft: „Ich sehe, dass Sie starke Gefühle damit verbinden. Ich habe verstanden, dass Sie über ihre Forderung mit Herrn A vernünftig sprechen wollten, aber dass Sie seine

Zurückweisung als recht barsch empfanden. Sie denken, dass es seit Jahren seine heimliche Absicht sei, einen Anteil an den Bäumen zu bekommen, von denen Sie denken, sie gehörten Ihnen. Stimmt das?“

B: „Ja. Mein Fehler war, dass ich nicht gleich, als wir das Haus kauften, auf meinem Recht bestand.“

Später sagt Phra C: „Wir haben mit Ihnen und Herrn A gesprochen. Offensichtlich haben Sie beide die Begegnungen miteinander völlig verschieden erlebt. Bevor wir weitermachen, möchte ich Ihnen sagen, dass wir nicht entscheiden wollen, ob einer von Ihnen im Recht und der andere im Unrecht ist. Wir sind alle verblindet, auch dieser Mönch (er zeigt auf sich selbst), und wir versuchen Knoten zu lösen, die unser ungeschickter und verblendeter Geist geknüpft hat. Wenn wir feststellen, dass Herr A etwas anderes als Sie sagt, dann wollen wir damit nicht behaupten, Sie hätten Unrecht und er hätte Recht oder umgekehrt. Wir versuchen nur herauszubekommen, wie der Knoten geknüpft wurde.“

B: „Ja, ich verstehe.“

Phra C: „Ich versuche, die Dinge in eine logische Ordnung zu bringen. Das erste ist, dass Herr A immer angenommen hat, Baum und Weg bezeichneten die Grenze zwischen Ihren Grundstücken und sie seien schon immer gemeinsamer Besitz gewesen seien. Darüber werden wir noch reden müssen. Ich erwähne das jetzt nur, weil es erklärt, warum Herr A sich so verhielt, wie er es tat.

Das zweite ist folgendes: Ihr Vorschlag bei Ihrem ersten Zusammentreffen überraschte Herrn A völlig. Weil er Ihren Sinn für Humor kannte, dachte er, Sie machten einen Scherz. Deshalb lachte er zu Anfang. Damit wollte er Sie nicht beleidigen.

B: „Aber er beleidigte mich tatsächlich! Er nannte mich einen verrückten Kerl oder so ähnlich.“

Phra C: „Das war wohl später. Als er mitbekam, dass es Ihnen ernst war, ärgerte er sich. Da gibt es noch einen dritten Punkt: Herrn A schien es so, als wollten sie gar nicht mit ihm über die Sache sprechen, sondern als wollten Sie ihn dazu zwingen, das, was Sie

vortrugen, anzunehmen. Er dachte, dass Sie ihn deshalb am frühen Morgen auf dem Weg zur Arbeit ansprachen.“

B: „Gut, das verstehe ich. Aber wie ist es mit dem nächsten Zusammentreffen, als er meine Zeichnung zerriss und wegwarf und mich herumstieß?“

Phra C: „Bitte verstehen Sie, dass ich nicht versuche, für Ihr oder Herrn As Verhalten Entschuldigungen zu finden. Ich will nur zur Wahrheit vordringen.“

B: „Das verstehe ich.“

Phra C: „Um As Verhalten im zweiten Zusammentreffen richtig einzuschätzen, müssen wir mit einbeziehen, was er am Ende des ersten dachte und fühlte ...“

B: „Sie meinen, dass er sich noch ärgerte, weil er dachte, ich wollte ihm etwas aufzwingen?“

Phra C: „Ja. Herr A dachte, Sie hätten aufgezeichnet, wo sie den Zaun errichten wollten.“

B: „Aber nein! Die Zeichnung sollte zeigen, wo die Bäume im Verhältnis zu den Außenzäunen der Grundstücke stehen. Ich wollte mit ihm gemeinsam die Entfernungen ausmessen. Ich wollte gar keinen Zaun bauen.“

Phra C: „Herr A schien zu denken, Sie seien entschlossen, den Zaun zu errichten.“

B: „Das schon, aber erst nachdem er mich von den Bäumen weggestoßen hatte. Ich war wirklich wütend! Und dann noch die Leute, die von der Straße aus zusahen!“

Phra C: „Ich verstehe. Wir werden ihm das erklären. Sehen Sie, wie Verblendung Sie beide in ihrem Netz gefangen hatte? Bevor wir mit Herrn A sprechen, müsste ich noch wissen, ob Sie nun einen Zaun errichten wollen oder nicht?“

B: „Nicht, wenn wir uns anders einigen können.“

Phra C: „Gut. Was den Besitz der Bäume angeht, so scheint Herr A sicher zu sein, dass sie von Anfang an Ihnen beiden gehörten. Haben Sie jemals mit Herrn A darüber gesprochen?“

B: „Eigentlich nicht, nein. Es kam mir unhöflich vor, so als wollte ich ihm sagen, er habe für die Mangos zu bezahlen oder so. Deshalb haben wir niemals darüber gesprochen, nein.“

Phra C: „Dann wäre es also möglich, dass er wirklich denkt, die Bäume gehörten ihnen gemeinsam?“

B: „Es ist zwar möglich, aber eher unwahrscheinlich. Man sieht auch ohne Ausmessen, dass Weg und Bäume auf unserer Seite sind. Ich wollte nur mit ihm gemeinsam messen, um es ihm zu beweisen. Eigentlich gibt es daran keinen Zweifel.“

Phra D: „Als wir mit Herrn A sprachen, war er davon überzeugt, dass die Bäume Gemeinschaftsbesitz seien. Er dachte, das sei auch bei den früheren Bewohnern so gewesen.“

B: „Die Bäume haben immer an derselben Stelle gestanden und zwar auf unserer Seite. Ich habe ihm die Früchte auf seiner Seite überlassen. Die Bäume sind breit, sodass die Hälfte der Ernte ohnehin auf seine Seite fiel. Aber sie stehen nun mal auf meinem Grundstück. Die Früchte gehören also mir.“

Phra C: „Steht das in den Dokumenten oder Plänen der Grundstücke?“

B: „Die Bäume waren noch nicht gepflanzt, als die Dokumente verfasst wurden, und auf dem Plan sind sie nicht eingezeichnet. Auch die Entfernungen sind nicht vermerkt, aber es gibt eine Linie, die die Grenze zeigt, und das ist genau in der Mitte, sodass beide Gärten gleich breit sind. Wenn man die Gärten ausmisst, findet man den Mittelpunkt auf seiner Seite der Bäume. Das bedeutet, dass die Bäume auf meinem Grundstück stehen.“

Phra C notiert sich, dass er einen Juristen im Ruhestand um seinen Rat bitten will. Außerdem will er einen Nachbarn fragen, der die beiden früheren Besitzer kannte. Zu B sagt er: „Es scheint von Anfang an verschiedene Ansichten über den Besitz der Bäume gegeben zu haben. Herr A dachte, sie seien gemeinsames Eigentum, während Sie meinten, sie gehörten Ihnen. Ist es Ihnen recht, wenn wir einen Juristen zu Rat ziehen? Er wäre unabhängig und würde nur uns darüber

Auskunft geben. Vielleicht weiß auch der alte Mann, der drei Häuser weiter wohnt, etwas Näheres.“

B: „Ist in Ordnung.“

Phra C: „Wir sollten klären, worin jetzt eigentlich Ihr Anspruch besteht. Was möchten Sie an der bisherigen Gewohnheit ändern?“

Herr B schluckt und scheint einen Augenblick lang verwirrt. Dann legt er die Hände flach auf den Tisch und sagt gemäßigt: „Es ist mein Anspruch, dass die Bäume auf meinem Grundstück stehen, und ich wäre glücklich darüber, wenn ich gemeinsam mit Herrn A die Entfernungen ausmessen könnte, um das zu beweisen. Sie gehören mir, und auch die Mangoernte gehört mir. Die letzten vier Jahre habe ich Herrn A zugreifen lassen, aber in diesem Jahr möchte ich die ganze Ernte für mich haben.“

Jetzt ist es an den Mönchen, erstaunt zu sein. Sie haben etwas weniger Extremes erwartet.

Phra D sagt: „Was wollen Sie denn mit all den Früchten machen?“

Nach einer Pause sagt B: „Ich denke da an ein Geschäft.“

Die beiden Mönche fassen den Inhalt des Gesprächs zusammen wie schon bei A und fragen B, ob er irgendetwas von dem, was er gesagt hat, vertraulich behandelt wissen möchte.

B: „Ich möchte, dass der letzte Punkt über ein mögliches Geschäft erst dann erwähnt wird, wenn die gesetzliche Grundlage sicherer ist.“

7 DEN KNOTEN LÖSEN

Nachdem die Mönche die Gespräche mit beiden Parteien geführt haben, beraten sie miteinander über die Situation. Sie vergleichen die Notizen über das, was A und B sagten, und denken über ihre eigene Haltung zu den Parteien nach. Es ist besonders wichtig für uns Mediatoren, genau auf unsere eigenen geistigen Prozesse des Anhaftens zu achten, denn nur auf diese Weise können wir das Gleichgewicht wahren.

Die Mönche notierten sich, dass A höflich und kultiviert sprach. Im Gegensatz zu A drückte B sich manchmal ungeschickt aus, und seine Worte klangen barsch. Die Mönche waren von Bs Bemerkung am Ende des Gesprächs schockiert. Phra D sagt: „Ich denke, Herr A ist ein viel netterer Mann als dieser B. B ist darauf aus, so viel zusammenzuraffen, wie er nur kriegen kann. Was auch geschehen mag, ich denke, Herr A ist im Recht.“

Phra C erwidert: „Ich kann gut verstehen, dass du dich dem schönredenden Herrn A näher fühlst als dem lauten Herrn B. Allerdings ist es nicht unsere Aufgabe, oberflächliche Freundschaften zu schließen, sondern den Streitenden beim Lösen ihres Problems zu helfen. Wenn wir uns auf eine Seite schlagen, vergrößern wir damit nur den Streit.

Ich fand es auch einfacher, mit Herrn A zu sprechen. Aber das bedeutet nicht, dass er der bessere Mensch ist, sondern dass wir uns mehr Mühe geben müssen, damit wir B verstehen. Etwas an B begreife ich noch nicht. Er wurde im Laufe des Gesprächs immer offener. Irgendetwas muss ihn dazu gebracht haben, seine Haltung zu ändern. Ich denke, er macht sich über irgendetwas Sorgen, aber ich weiß nicht, worüber.

Wir wollen einfach nur festhalten, dass es da Unklarheiten gibt. Erstens denkt A, dass B sich seine Forderung aus den Fingern gesogen habe, während B seit einiger Zeit sicher zu wissen meint, dass

die Bäume auf seinem Grundstück ständen, und deshalb denkt, es sei sehr großzügig von ihm gewesen, bisher die Früchte mit A zu teilen.

Zweitens, während B denkt, er habe das Thema höflich angeschnitten und sei barsch zurückgewiesen worden, hörte A den Anspruch als Forderung. Beide denken, der andere wolle nicht mit ihm reden. Drittens, A denkt, dass B eine unausgesprochene Absicht mit seinem Anspruch verfolge (dass B ihn beunruhigen und ihm später noch mehr Land wegnehmen wolle), während B denkt, A versuche, sich das Land anzueignen, indem er nicht über die Sache redet, damit alles beim Alten bleibt. Ein ziemliches Durcheinander, nicht wahr?“ Die beiden Mönche lachen.

Sie sprechen wieder mit Herrn A und erklären noch einmal, wie es zu der Eskalation in den beiden Zusammentreffen kam.

Phra C: „Ich denke, die beiden Gespräche im Garten haben Herrn B genauso beunruhigt wie Sie. Im ersten hatte er vor, Ihnen die Gründe für seinen Anspruch mitzuteilen. Es kam ihm so vor, als lehnten Sie das ohne jede Überlegung ab. Als Sie lachten, verstand er das als glatte Zurückweisung. Hier liegt ein Missverständnis, denn ich erinnere mich, dass Sie zuerst dachten, er scherzte.“

A: „Das dachte ich wirklich! Haben Sie ihm das gesagt?“

Phra C: „Ja. Aber er sagte, Sie hätten ihn beleidigt, als er in sein Haus zurückging. Er sagt, Sie hätten ihn einen ‘verrückten Kerl’ oder so ähnlich genannt.“

A: „Das stimmt leider. Ich war so ärgerlich über seine Arroganz, dass ich so etwas sagte.“

Phra C: „Na ja, jeder sagt mal etwas, wenn er ärgerlich ist, was ihm später leid tut. Dieses Problem können wir ohne Schwierigkeiten lösen. Aber da ist noch ein anderes Missverständnis.

Bei der zweiten Gelegenheit hatte er eine Zeichnung, von der Sie dachten, sie zeigte die Stelle, wo B einen Zaun errichten wollte. Er dagegen sagt, tatsächlich habe er beabsichtigt, Ihnen zu zeigen, was er ausgemessen hatte, und Sie zu bitten, das mit ihm noch einmal zu überprüfen. Um nicht über Ihr Grundstück zu gehen, hat er die Entfernungen an der Straßenseite gemessen. Er wollte, dass Sie die

Maße mit ihm gemeinsam überprüfen. Er meinte, er sei bei dieser Gelegenheit ungerecht behandelt worden und war besonders ärgerlich darüber, dass er gestoßen worden war.“

Phra C versucht den Schaden, den die Wortwechsel im Garten angerichtet haben, gutzumachen. Das ist eine notwendige Arbeit, denn die Streitenden werden nicht zusammenarbeiten können, solange sie noch ungeklärte Vorwürfe gegeneinander mit sich herumtragen.

A ist der Gedanke unangenehm, er könnte die Situation falsch interpretiert haben. „Aber er sagte, er erhebe Anspruch auf die drei Bäume, und dann hat er mich auch gestoßen. Wir hatten wenig Gelegenheit, über die Sache zu sprechen.“

Phra C: „Ich denke, das hat er gesagt, nachdem Sie sich gegenseitig gestoßen hatten, oder? Sie waren zu dem Zeitpunkt beide sehr ärgerlich. Es wäre doch fair, wenn wir ihm für seine Bemerkung dieselbe Entschuldigung zugestehen würden wie Ihnen für Ihre Beleidigung beim ersten Zusammentreffen. Finden Sie nicht, dass das fair wäre?“

A: „Kann sein, dass ich da einen Fehler gemacht habe. Ich habe seine Absicht missverstanden, falls er Ihnen die Wahrheit gesagt hat. Wir waren zu dem Zeitpunkt beide ärgerlich.“

Phra C: „Herr B sagt, er würde sich gerne mit Ihnen einigen. Er hat nicht vor, einen Zaun zu errichten.“

Phra C gelingt es, auf den vermutlich guten Willen Bs hinzuweisen, ohne ihn doch zu empfehlen. Anstatt sich für B zu verwenden, schlägt er A einen Weg vor, wie er diesen guten Willens prüfen kann, um sich dann sein eigenes Urteil zu bilden.

A; „Ich bin erleichtert, das zu hören.“

Phra C: „Was soll ich Herrn B von Ihnen sagen? Soll ich ihm erklären, dass Sie lachten, weil Sie ihn missverstanden hatten? Was soll

ich ihm wegen der Beleidigung sagen, die Sie ihm hinterhergerufen haben?“

Phra C lenkt das Augenmerk auf das, von dem er weiß, dass es B ärgert. B wird eine Klärung dieser Punkte erwarten, und seine Beurteilung des Fortschritts wird seine Einschätzung der gesamten Mediation bestimmen. Deshalb ist es wichtig, möglichst eindeutig zu formulieren.

A: „Gut, es tut mir leid, dass ich das gesagt habe. Das bedeutet aber noch lange nicht, dass ich seinen Anspruch auf die Mangobäume für berechtigt hielt.“

Phra C: „Nein, natürlich nicht. Darüber werden wir noch ausführlich zu reden haben. Kann ich ihm sagen, dass Sie bereit sind, sich seine Begründung anzuhören?“

Phra C begeht hier einen Fehler. B hat verschiedene Male darauf hingewiesen, dass er großes Gewicht darauf legt, das Land zu vermessen. Da B gemeinsam mit A messen möchte und das Messergebnis als den einzigen Entscheidungsfaktor ansieht, hätte Phra C deutlicher sagen müssen, dass B darauf besteht. Wenn er B sagen könnte, dass A am Landvermessen teilnehmen wolle, könnte das B den Gedanken nahelegen, A akzeptierte den Standpunkt, die Lage der Bäume sollte den Streit entscheiden. Das würde A allerdings nicht tun. Für A ist die etablierte Gewohnheit des gemeinsamen Besitzes entscheidender, als es ein Messergebnis sein könnte.

A: „Ja, ich bin bereit, ihm zuzuhören, solange er nicht erwartet, dass ich ihm zustimme. Die Bäume waren schon immer gemeinsamer Besitz, wie ich Ihnen gesagt habe.“

Phra C: „Es sieht so aus, als würde das unser Hauptproblem. Ich will Ihnen weitergeben, was Herr B uns sagte. Dann gehen wir das Schritt für Schritt durch und denken über die Konsequenzen jedes einzelnen Schrittes nach.“

Herr B sagte zuerst, dass der Lageplan der Grundstücke, der den Dokumenten angeheftet ist, zeige, dass die Grenze genau auf der

Mittellinie zwischen den äußeren Grenzen der beiden Grundstücke liege. Haben Sie sich das angesehen? Ist es auf Ihrem Lageplan auch so?“

A: „Ja, da ist es auch so, aber der Lageplan ist sehr ungenau. Es sind keine Maße angegeben. Wir haben immer den Weg als Grenze angesehen. Wir bebauen beide das Land bis dahin.

Phra C: „Gut, zweitens sagt er, dass die Mittellinie auf Ihrer Seite von Weg und Bäumen verlaufe, sodass beide eindeutig auf seiner Seite seien. Haben Sie das jemals ausgemessen?“

A: „Es kann sich nur um ein paar Zentimeter handeln, allerhöchstens einen Meter, aber die Zäune sind nicht gerade.“

Hier hätten die Mönche wieder Bs Interesse am gemeinsamen Vermessen der Grundstücke erwähnen sollen, aber sie denken deshalb nicht daran, weil sie so sehr damit beschäftigt sind, das genau wiederzugeben, was B ihnen sagte.

Phra C: „Drittens sagt er, dass er das seit dem Hauskauf wisse, aber mit Ihnen die Früchte geteilt habe, wie es die früheren Besitzer taten, die miteinander befreundet waren.“

A: „Nein. Davon ist nie die Rede gewesen, seit wir eingezogen sind. Wir haben beide den Weg benutzt. Wir haben die Früchte mehr oder weniger zu gleichen Teilen geerntet, jeder von seiner Seite, und wir haben den Weg als Grenze angesehen, genau so wie die Leute vor uns.

Phra C: „Viertens sagt er, dass er jetzt die Bäume und die Ernte für sich allein beanspruche.“

A: „Das ist ja lächerlich. Es widerspricht allem, was, seit Menschen denken, zwischen den Besitzern der Grundstücke üblich war. Er müsste viele Früchte von meinem Grund und Boden aus pflücken, und das würde ich nicht zulassen.“

Phra C: „Ja, es gibt hier offensichtlich einige rechtliche Fragen. Kann sein, dass die nur von einem Gericht beantwortet werden können. Wir wollen aber zuerst einmal eine Rechtsauskunft bei einem

guten Freund von mir einholen, einem Richter im Ruhestand, der mich besuchen wird. Außerdem denken wir, es könnte uns weiterbringen, wenn wir mit dem Nachbarn drei Häuser weiter sprechen. Er lebt schon lange hier und kannte die beiden früheren Besitzer. Wäre Ihnen das Recht?“

A: „Das finde ich sehr gut.“

Phra C beachtet die Bedeutsamkeit des Gesetzes und der im Ort vorhandenen Kenntnisse. Er holt die Zustimmung beider Seiten ein, ehe er Experten hinzuzieht. Die Mediatoren müssen Gesetze und Normen der Gesellschaft kennen und anerkennen, damit auf keinen Fall eine Vereinbarung getroffen wird, die eine Seite ihrer legalen Rechte oder ihrer Vorteile aus dem Gewohnheitsrecht beraubt.

Phra C: „Ich möchte Sie noch etwas fragen. Was wäre, wenn Herr B tatsächlich in den Besitz der Bäume käme, ohne dass Sie etwas dagegen tun könnten?“

Herr A macht eine Pause, um nachzudenken, dann sagt er: „Bei unserem ersten Gespräch versprachen Sie, dass Sie gewisse Dinge vertraulich behandeln würden. Ich will Ihnen jetzt etwas sagen, von dem ich nicht möchte, dass es irgendjemand anderer erfährt. Sie beide sind Mönche und haben das Familienleben mit seiner Fürsorge und Sorge hinter sich gelassen. Aber stellen Sie sich meine Lage vor, wenn B mir die Bäume wegnimmt. Erstens: Wenn er damit durchkommt, meinen Sie, er würde sich damit begnügen? Vielleicht wird er mir in ein paar Monaten oder Jahren noch mehr wegnehmen wollen. Nicht nur er, sondern auch andere denken dann vielleicht, sie könnten sich auf meine Kosten bereichern. Z.B. der Mann mit der Hühnerfarm hinter meinem Haus. Er ist immer auf der Jagd nach Land, um seine Ställe zu vergrößern. Er wollte mir im letzten Jahr ein paar Quadratmeter abkaufen, aber ich habe ihn abgewiesen. Wenn B jetzt Erfolg hat, denkt der Besitzer der Hühnerfarm vielleicht, er könnte sich genau wie B einfach ein Stück nehmen. Zweitens, es ist nicht fair! Die Bäume wachsen im Garten, solange beide Familien hier wohnen, und ihr

Besitz stand nie in Frage. Dann gibt es noch einen anderen Aspekt: Ich würde das Gesicht verlieren. Die Leute würden sich das Maul darüber zerreißen, dass der Automechaniker mir mein Land stiehlt. Ich würde zu einer Witzfigur. Wenn es so weit käme, könnte das auch meinen Aussichten schaden, Schulleiter zu werden, wenn der jetzige Schulleiter pensioniert wird.“

Phra C: „Habe ich Sie richtig verstanden: Was Ihnen wirklich Sorge macht, ist die Ungerechtigkeit und der Gesichtsverlust, der daraus folgen würde, wenn Herr B sich einfach das Land aneignete?“

A: „Ja, genau so ist es.“

Zwei der Begründungen beziehen sich direkt auf die Schwäche von As Selbst-Bild. Phra C hat entdeckt, dass *bhava-tanha* (der Wunsch, etwas zu werden) die Ursache von As Wunsch nach dem gemeinsamen Besitz der Bäume ist und nicht *kama-tanha* (Wunsch nach Vergnügen). Phra C versucht herauszubekommen, ob die Streitobjekte an sich, die Mangobäume und der Weg, von Bedeutung für A sind oder ob sie stellvertretend für etwas anderes stehen. Später könnte Phra C dem A noch dabei helfen zu erkennen, inwiefern sein Selbst-Bild zu seinen Befürchtungen beiträgt.

Phra C: „Wie stark sind Sie an den Früchten selbst interessiert? Ich meine, wenn eine Verabredung über die Verteilung der Mangos Teil einer Lösung wäre, würde es Ihnen dann etwas ausmachen, nicht genau die Hälfte der Ernte zu bekommen?“

A: „Die Mangos schmecken sehr gut, aber wir können sie gar nicht alle essen. In meiner Position kann ich auch nicht einfach einen Stand aufmachen und sie verkaufen, also ... nein, an den Mangos bin ich nicht so besonders interessiert. Aber die Bäume gehören uns gemeinsam.“

Phra C fasst zusammen, was gesagt wurde. Dann gehen die beiden Mönche den älteren Nachbarn besuchen, der in derselben Straße wohnt.

Der alte Beamte bestätigt, dass die Bäume immer gemeinsam genutzt wurden, und er kommt mit einer überraschenden

Information heraus: Der frühere Besitzer von Bs Haus verkaufte einen etwa einen Meter breiten Streifen seines Grundstücks an den benachbarten Tischler, der dort seinen Holzschuppen baute. Das verschob Bs äußeren Zaun nach innen, sodass die Mittellinie zwischen den beiden Grundstücken sich seitdem auf As Teil befand. „Es ist also“, sagt Phra D zu Phra C „nicht mehr eindeutig, dass die Bäume auf Bs Seite stehen.“

Danach gehen sie zum *wat* zurück, um den Richter im Ruhestand zu empfangen. Der Richter liest sich die Dokumente durch, sieht auf die Lagepläne und hört den Mönchen zu, die die wichtigen Einzelheiten erklären. Dann sagt er : „Die Dokumente erwähnen keine Bäume im Grenzbereich zwischen den Grundstücken. Die Lageplänen scheinen Originale zu sein. Sie wurden vor fünfzig Jahren gezeichnet, bevor die Bäume gepflanzt wurden.

Was die Sache noch schwieriger macht, ist, dass sich auch As Grenze vielleicht verschoben hat, als der Tischler seinen Holzschuppen auf Bs Seite baute, sodass die Mittellinie zwischen den Grundstücken ein paar Zentimeter weiter auf Bs Seite verlegt wurde. Da aber dieser Vorgang nie legalisiert wurde (er wird in den Akten nicht erwähnt), ist weder sicher, dass das geschah noch um welchen Abstand es sich handelt.

Unter solchen rechtlich ungeklärten Umständen wird die Eigentümerschaft meist so gehandhabt, wie es der bis dahin akzeptierten Praxis entspricht, aber auch das scheint hier schwierig zu sein, weil die früheren Bewohner nicht mehr zur Verfügung stehen und A und B völlig verschiedene Auffassungen von der Handhabung in den letzten fünf Jahren haben. Herr A dachte, er pflücke Mangos, die rechtlich ihm zuständen. Herr B dachte, er sei großzügig, weil er A erlaubte, einen Teil der Früchte zu ernten, die ihm allein gehörten.

Alles in allem kann ich nur sagen: Es ist ein völliges Durcheinander, dessen Klärung bei Gericht sehr viel Zeit in Anspruch nehmen würde. Es tut mir sehr leid, dass ich Ihnen nicht weiterhelfen kann.“

Phra D: „Wie ist es denn mit dem Recht des Eigentümers der Bäume, die Früchte über dem Boden eines andern zu ernten?“

Der Richter: „Die Früchte gehören ihm, bis sie herunterfallen. Dann gehen sie in den Besitz des Bodenbesitzers über. Der Baumeigentümer braucht die Einwilligung des Nachbarn, wenn er dessen Boden betreten muss, um die Früchte von seinem eigenen Baum zu pflücken.“

Nachdem sie das besprochen haben, kehrt Phra D zu seinen übrigen Pflichten zurück und Phra C unterhält sich weiter mit dem Richter. Am frühen Abend treffen die Mönche einander wieder, zwanzig Minuten, bevor B kommt. Sie überlegen sich, wie sie das Gespräch führen wollen.

Als B kommt, übermitteln die beiden Mönche zuerst As Bedauern über den Verlauf der beiden Zusammentreffen im Garten. Phra C sagt: „Bei der ersten Gelegenheit dachte Herr A, Sie machten einen Scherz, darum lachte er. Er gibt zu, dass er Ihnen eine Beleidigung hinterhergerufen hat und bedauert das. Ich denke, das entspricht etwa den Kränkungen, die Sie beim nächsten Zusammentreffen äußerten; das ist wohl ein und dasselbe.

Er gibt zu, dass er Ihnen die Zeichnung weggerissen hat, weil er Sie missverstanden hat, und bat uns, Ihnen seine Entschuldigung dafür zu übermitteln.“

B: „Aber will er wirklich verhandeln? Wird er die Entfernungen mit mir ausmessen? Daran zweifle ich.“

Jetzt fällt den Mönchen auf, dass sie im Gespräch mit A nicht genau genug waren. Sie haben mit A weder darüber gesprochen, ob er damit einverstanden ist, dass die Lage der Bäume über ihren Besitz entscheiden soll, noch darüber, ob A dazu bereit ist, mit B gemeinsam das Land zu vermessen. Aber Phra C lässt sich von seinem Sinn für Ehrlichkeit und Anstand leiten und nicht vom egoistischen Wunsch, seinen Fehler zu verdecken. Das ist wichtig. Wenn wir Fehler machen, ist es wichtig, dass wir sie zugeben und versuchen, sie wieder gutzumachen.

Phra C sagt zögernd: „Wir haben nicht über das Ausmessen gesprochen und auch nicht darüber, ob A die Maße als entscheidenden Faktor akzeptiert. Er hat nicht darum herumgeredet. Wir haben einfach versäumt, darüber zu sprechen. Das müssen wir im nächsten Gespräch nachholen.“

Dann erklären die Mönche die Komplexität der rechtlichen Situation und sagen B auch, was der ältere Nachbar mitgeteilt hat. Sie sprechen über die Konsequenzen, die das für Bs Anspruch hat. B staunt über die Information, und es enttäuscht ihn, dass die Grenzfrage nicht halbwegs so eindeutig ist, wie er dachte. Als Phra D Bs Unsicherheit bemerkt, schlägt er ihm vor, seinerseits einen Juristen zu befragen oder ein Treffen mit A und dem Richter zu verabreden.

Danach stellt Phra C die folgende Frage: „Wissen Sie, was ich nicht begreife? Warum haben Sie nicht früher mit A über den Besitz der Mangobäume gesprochen? Warum haben Sie fünf Jahre damit gewartet?“ Wenn Phra C diese Frage zu früh gestellt hätte, wäre sie B wahrscheinlich aufdringlich erschienen. Auch jetzt, nachdem sie ein gewisses Vertrauensverhältnis aufgebaut haben, weiß B nicht recht, ob er antworten soll oder nicht. Ein langes Schweigen folgt. Bs Mund öffnet und schließt sich wieder, ohne dass er etwas gesagt hätte. Alle schweigen. Phra D wird unruhig und macht Anstalten, etwas zu sagen, aber Phra C bedeutet ihm mit einer Handbewegung, dass er sich gedulden solle.

Schließlich sagt B: „Ich sage Ihnen das jetzt unter der Bedingung, dass Sie es nicht herumerzählen. Die Autowerksatt, in der ich arbeite, hat gerade so viel Arbeit, um zu überleben, und das wird voraussichtlich auch in Zukunft so sein. Es gibt sehr viel Konkurrenz. Dazu kommt, dass der Sohn des Chefs die Schule abgeschlossen hat und der Chef ihn ins Geschäft holen will. Ich werde nur noch halbtags arbeiten, weil ich ihm Platz machen muss, bis es wieder mehr Arbeit gibt. Das bedeutet, dass ich nur noch zwei Drittel meines Lohns mit nach Hause bringe.“

Ich trinke nicht und gebe auch kein Geld für irgendwelchen Luxus aus, aber wir wollen, dass unser ältester Junge eine gute

Ausbildung bekommt. Wenn wir nur noch zwei Drittel meines Lohns zur Verfügung hätten, müssten wir ihn aus der Schule nehmen. Das wäre ein harter Schlag für ihn. Bisher hat mein Lohn für uns alle gereicht, aber jetzt brauche ich eine zusätzliche Einnahmequelle. Die Bäume geben so viele Früchte her, dass ich von dem Geld, das ich bei ihrem Verkauf bekäme, einen Eiswagen und ein Fahrrad kaufen könnte. Wenn ich die erst einmal hätte, könnte ich in der Zeit, wenn ich nicht in der Werkstatt arbeite, Eis verkaufen.“

„Ah“, seufzt Phra C. „Jetzt verstehe ich. Ihr Interesse an den Mangobäumen ist daraus entstanden, dass Ihr Gehalt aller Wahrscheinlichkeit nach gekürzt wird. Mit dem Geld aus dem Mangoverkauf könnten Sie Fahrrad und Kühlbox kaufen, und damit könnten Sie Ihr gekürztes Gehalt aufbessern, sodass der Junge weiter zur Schule gehen könnte.“

B: „Ja, so ist es.“

Phra C: „Sie sind also mehr am Ertrag der Mango-Bäume in diesem Jahr interessiert als an der Eigentümerschaft von Bäumen und Weg, stimmt das?“

B: „Ist das zweierlei?“

Phra C: „Es könnte sein. Wenn Sie in diesem Jahr so gut wie die ganze Ernte bekämen, wäre es Ihnen dann noch wichtig, dass Ihnen Weg und Bäume allein gehörten?“

B: „Darüber habe ich noch nicht nachgedacht. Ja, es geht mir tatsächlich um die Mangos und nicht um den Weg oder das Holz der Bäume.“

Als die Mönche in den *wat* zurückkommen, ist Phra C glücklich, natürlich in achtsamer Weise. Die beiden Mönche besprechen das, was sie erfahren haben. Phra D sagt: „Jetzt weiß ich überhaupt nichts mehr. Zuerst schien der Konflikt ganz einfach, es ging um den Besitz der Bäume. Aber jetzt scheint es eine Mischung ganz verschiedener Probleme zu sein.“

Wenn wir die sankharische Zusammensetzung der Streitobjekte analysieren, bekommen wir neue Daten, mit denen wir arbeiten können. Das Wichtigste

daran ist, dass die neuen Objekte viel stärker mit dem Selbst eines jeden der Streitenden verbunden sind als mit dem Selbst des anderen. (Die dem Konflikt zugrundeliegenden Probleme liegen eher im Innern der Streitenden und weniger zwischen ihnen.) A und B sind in einen Streit über den Besitz von Weg und Bäumen verstrickt. Bei der Analyse der sankharischen Zusammensetzung von „Weg und Bäumen“ finden wir jedoch, dass für B die Mangos mit der Hoffnung auf ein zusätzliches Einkommen verbunden sind, der Angst, dass die Ausbildung seines Sohnes zu kurz kommen könnte, und Bedauern über seine eigenen schlechten Chancen im Leben. Für A dagegen ist die Eigentümerschaft ein Symbol für die Achtung, die er sich erhalten möchte, verbunden mit der Verwirklichung seines ehrgeizigen Plans und mit Ängsten um Sicherheit und Status. Wir sehen, wie diese sankharischen Muster ineinander wirken. Das zufällige Zusammenfallen von „Mangos zum Verkaufen“ und „Bäume gemeinsam besitzen“ im selben Objekt verursacht den Konflikt.

Phra C denkt: „Wenn der Streitgegenstand in seine Teile zerlegt und die Teile neu zusammengesetzt werden, sodass alle Begierden befriedigt werden, ist das das Ende des Konflikts.“ Er sagt: „Du hast Recht, mein Freund. Es ist eine Mischung aus verschiedenen Problemen. Wenn wir aber die Prozesse erkennen, in denen jedes Problem zusammengesetzt wurde, verstehen wir die Dinge in einer Tiefe, die wir niemals erreichen würden, wenn wir nur das Problem behandelt hätten, wem die Bäume denn nun gehören. Lass uns eins nach dem anderen durchdenken. Was will Herr A werden oder erreichen? Er möchte ein guter Lehrer sein, geachtet in der Gemeinde, jemand der vielleicht in ein paar Jahren Schulleiter wird.“

Phra D: „Was ist mit den Bäumen? Warum interessiert er sich so sehr für sie?“

Phra C: „Seit Jahren hat er sein Leben darauf verwandt. Der *Paticca-samuppada*-Zyklus hat sich öfter gedreht und sein Selbst immer wieder neu geformt. Sein *upadana*, Schulleiter zu werden, ist so beschaffen, dass ein Gesichtsverlust ihm als Verminderung seiner Chancen zur Beförderung erscheint. Wenn er nicht die erträumte

Karriere machte, würde sein Überleben gefährdet. Er sieht seine Zukunft ausschließlich durch die Brille seines Selbst-Bildes guter-Lehrer-wird-Schulleiter. Er hat sich auf einen kleinlichen Streit eingelassen, er hat in der Öffentlichkeit einen erschreckenden Mangel an Selbstkontrolle gezeigt - er muss furchtbar darunter leiden, denke ich - , die Schande, die es für ihn bedeuten würde, wenn ihm ein Nachbar Land und Bäume wegnähme, alles das bedroht nach seiner Auffassung sein Selbst-Bild. Was würde ihm seine Sicherheit zurückgeben? Er wünscht sich, dass der gemeinsame Besitz der Bäume bestätigt wird. Das würde sicherstellen, dass er nicht das Gesicht verliert.

Und was ist mit Herrn B? Er hat *bhava-tanha* (Werdelust) für seinen Sohn. Er möchte, dass er eine gute Ausbildung bekommt, eine bessere als sein Vater, und er braucht Geld, um die Gebühren zu bezahlen. Das hofft er durch ein kleines Geschäft zu bekommen, indem er Schulkindern Eis verkauft. Die einzige Idee, die er hat, Geld für Fahrrad und Eisbox zu verdienen, ist der Verkauf der gesamten Mangoernte.

Herr A fürchtet, dass er die Achtung im Ort verliert, wenn er zum Opfer seiner Nachbarn wird, und dass er seine ersehnte Beförderung nicht erreicht. Entsprechend fürchtet B, dass ihn die Armut dazu zwingen wird, seinen Sohn aus der Schule zu nehmen - und wer weiß, was sonst noch. Tatsächlich sind beide vernünftig und haben verständliche Motive. Es wäre ein Verlust für die Gemeinde, wenn A Ort und Schule wechseln würde, und es wäre eine Schande, wenn Bs intelligenter Junge die Schule verlassen müsste.

Wenn wir diesen Ängsten steuern können, dann haben wir den langen Weg zur Lösung des Problems mit den Bäumen hinter uns gebracht.“

Die Mönche haben die dem Konflikt zugrunde liegenden Gefühle der Streitenden entdeckt. Auf diesem Boden können sie nun die Lösung suchen. Kein Vergleich zu dem Geschwätz der Menge, das sie zu Anfang zu hören

bekamen! Die Mönche haben das Dhamma angewendet. Es hat ihnen zu einem tiefen Verständnis der Streitenden verholfen.

8 BEDÜRFNISERFÜLLUNG

Im Gespräch mit A konzentrieren sich die beiden Mönche auf die Eigentümerschaft an den Bäumen.

Phra C sagt : „Wenn wir Sie richtig verstehen, ist ihr ganzes Interesse darauf gerichtet, dass die gemeinsame Eigentümerschaft an den Bäumen anerkannt wird. Wenn Ihnen die sicher ist, verschwinden alle Ihre anderen Sorgen. Stimmt das?“

A: „Er muss das in aller Öffentlichkeit erklären. Ich meine, es muss eindeutig und unbestreitbar sein.“

Phra C: „Wenn wir erst einmal von den Mangos absehen und nur über die Bäume nachdenken, wie könnte man die Eigentümerfrage am besten lösen? Sollen wir einige mögliche Lösungen sammeln und dann die beste auswählen?“

Sie finden zwei mögliche Lösungen: Sie errichten einen gemeinsamen Zaun, der die Bäume in der Mitte miteinander verbindet, oder sie schließen einen rechtsgültigen Vertrag, der den Dokumenten beider Häuser angeheftet wird. A wäre mit beiden Lösungen einverstanden, weil beide zeigen würden, dass B die gemeinsame Eigentümerschaft anerkennt. Er sagt: „Ich denke, die größte Sicherheit würde mir ein rechtsgültiger Vertrag geben, in der die Grenze eindeutig bezeichnet ist. Wenn Herr B dem zustimmt, werde ich sehr viel mehr von ihm halten als bisher.“

Phra D: „Ich kann es versuchen.“

Die Mönche akzeptieren As Wunsch und regen ihn dazu an, sich neue Möglichkeiten zu seiner Erfüllung auszudenken, auf die B sich einlassen könnte. Phra C sammelt Ideen, die die Männer anschließend bewerten werden. Er trennt das Sammeln der Ideen von ihrer Beurteilung, denn es behindert die Fantasie, wenn man die Urteile zu früh fällt.

Ein paar Stunden später sprechen die Mönche mit Herrn B. Phra C sagt zu ihm: „Sie wollen also ein Fahrrad und eine Kühlbox. Haben Sie darüber nachgedacht, wie Sie vielleicht noch auf andere Weise zu Geld kommen könnten? Lassen Sie uns eine Liste der Möglichkeiten anlegen und dann über jede einzelne nachdenken.“ Auf der Liste findet sich: Geld bei der Bank borgen, eine andere Arbeit verrichten oder die Mangos verkaufen. Sie denken über jede der Möglichkeiten nach, und es stellt sich heraus, dass B nicht in Schulden geraten möchte und dass er schon versucht hat, eine zusätzliche Arbeit zu finden, ohne Erfolg. Mangos verkaufen wäre also die beste Möglichkeit.

B: „Ja, wenn ich die ganze Ernte verkaufen würde, dann bekäme ich sicherlich genug Geld. Wenn ich aber ein Darlehn zurückzahlen müsste, könnte ich sicherlich meinen Jungen nicht weiter zur Schule gehen lassen.“

Phra C: „Wir dürfen nicht vergessen, dass nicht geklärt ist, wem die Bäume nun gehören. Sie haben Ihre Gründe dafür anzunehmen, sie gehörten Ihnen, und Herr A hat die seinen. Sie scheinen beide gute Gründe zu haben. Lassen Sie uns weiter über die Mangos sprechen und auf das zurückkommen, wovon im letzten Gespräch die Rede war. Sie wollen die Mangos verkaufen ... aber bedeutet das, dass Ihnen die Bäume auch gehören müssen?“

B: „Nein, nur die Mangos.“

Phra D: „Wie viel Prozent der Ernte brauchten Sie denn, um für den Erlös das Fahrrad zu kaufen?“

B: „Fast alle. Ich denke etwa neunzig Prozent. Aber dieser Geizkragen wird mir niemals so viel überlassen.“

Phra D: „Es könnte sein, dass er es doch tut, wenn er etwas über Ihre finanzielle Situation erfährt und warum Sie die Früchte brauchen. Im Augenblick glaubt er noch, Sie wollten auf seine Kosten reich werden. Wäre es Ihnen sehr unangenehm, wenn wir es ihm sagen müssten? Sind Sie damit einverstanden?“

B: „Na gut. Es werden sowieso bald alle wissen.“

Phra D erkennt, wie wichtig es ist, dass die Mönche etwas, das B ihnen anvertraut hat, für sich behalten. Solch eine Situation ist immer schwierig. Wir sollten niemals versuchen, Streitende dazu zu überreden, Informationen aufzudecken, die ihnen heikel erscheinen. Phra D weist B darauf hin, dass es sich günstig auswirken würde, wenn er zuließe, dass A von seinen finanziellen Problemen erführe, dass es also ungünstig wäre, sie ihm zu verschweigen. Oft ist eine Information, wie in diesem Fall, nur für einen gewissen Zeitraum heikel. B ist unsicher, weil er sich selbst noch nicht an die neue Situation gewöhnt hat und nicht möchte, dass jemand ihm Fragen darüber stellt, bevor er sie in sein Selbst-Bild aufgenommen hat.

Im nächsten Gespräch mit A sagt Phra C: „Das, was ich Ihnen jetzt vorschlagen werde, ist mein eigener Einfall, nicht der von Herrn B, und es ist ganz sicher keine Empfehlung. Sie müssen selbst darüber urteilen, ob er für die Situation brauchbar ist.

Wenn Herr B damit einverstanden wäre, einen rechtsgültigen Vertrag über den gemeinsamen Besitz der Bäume abzuschließen, wären Sie dann bereit, ihm in diesem Jahr etwa neunzig Prozent der Ernte zu überlassen? Ich frage das, weil ich von ihm erfahren habe, dass es ihm nicht vor allem um die Eigentümerschaft geht, sondern dass er Geld braucht. Sein Chef will ihn nur noch halbtags beschäftigen. Deshalb braucht er Kapital, um ein kleines Geschäft anzufangen, das ihm genug einbringt, damit sein Sohn weiter zur Schule gehen kann. Es ist ein Startkapital.“

A wundert sich über die Mitteilung. Er sagt: „Ach, ich dachte, diese Techniker verdienen viel mehr als Lehrer. Und Sie sagen, er brauche nur die Ernte von diesem Jahr, nur für seinen Start? Was für eine Sicherheit hätte ich denn dafür, dass das nicht Jahr für Jahr wieder passiert? Der Kerl ist unmöglich. Er ist fähig und macht dasselbe im nächsten Jahr noch einmal.“

Phra C: „Welche Sicherheit würde Ihnen denn genügen? Fällt Ihnen irgendetwas ein, wie er eine Verpflichtung für die Zukunft eingehen könnte ... oder eine wirksame Vorsichtsmaßnahme?“

A: „Ein rechtsgültiger Vertrag würde die Eigentümerschaft klären. Die beste Vorsichtsmaßnahme für die Mangoernte im nächsten Jahr wäre wohl eine schriftliche Übereinkunft zwischen ihm und mir. Würden Sie, euer Ehrwürden, ihn, wenn nötig, im nächsten Jahr an seine Pflicht erinnern? Wenn er mich betrügt, werde ich im nächsten Jahr einen Zaun errichten.“

Phra C reagiert auf As Misstrauen gegen B, indem er ihn auffordert, sich zu überlegen, wie er es überwinden könnte. As Zweifel hängen mit seinem verblendeten Selbst zusammen. Phra Cs Frage bringt A dazu, eine Zusammenarbeit mit B zu erwägen, sodass er anfängt, Möglichkeiten für eine Lösung zu sehen. Seine Einstellung entwickelt sich vom Zweifel („Das kann nicht funktionieren, denn B ist unmöglich.“) zu einem konstruktiven Skeptizismus („Es könnte funktionieren, wenn wir entsprechende Vorsichtsmaßnahmen ergriffen.“).

Phra C: „Wir werden Sie alle beide an Ihre Verpflichtungen erinnern, wenn nötig. Die Vereinbarung über die Ernte können Sie bei unserem Freund, dem Richter, deponieren. Natürlich zwingen wir niemanden dazu, irgendetwas zu tun.“

Nach einigem Hin und Her stimmt A zu, und die Mönche treffen sich mit Herrn B.

Phra C sagt zu B: „Was ich Sie jetzt fragen werde, kommt von mir. Vielleicht ist es ein guter Einfall, vielleicht auch nicht. Ich schlage das nicht als beste Lösung vor. Sie müssen es selbst beurteilen. Wenn Herr A Ihnen in diesem Jahr neunzig Prozent der Ernte überließe, wären Sie dann bereit, einem rechtsgültigen Vertrag zuzustimmen, dass die Bäume Ihnen gemeinsam gehören? Eine weitere Bedingung ist, dass die Verteilung der Mangoernte in diesem Jahr schriftlich festgelegt wird. Sie würden einen Brief schreiben, in dem Sie neunzig Prozent der Ernte beanspruchen, und Herr A würde schriftlich zustimmen. Dann haben wir alles unter Dach und Fach.“

B überlegt sich eine Weile schweigend den Vorschlag. „Wie sieht Herr A das?“

Phra C: „Herr A nimmt den Vorschlag an, wenn Sie es auch tun.“

B: „Ja. Wir müssen wohl noch ein paar Kleinigkeiten klären, aber im Ganzen scheint mir die Lösung brauchbar.“

In diesem Fall gibt es nur den einen Handel: „Wenn X ... macht, dann wird Y ... machen“. (Jeder bekommt, was ihm am wichtigsten ist, und ermöglicht dasselbe auch dem anderen.) Auf den Einfall sind die Mediatoren gekommen. Oft werden von den Streitenden verschiedene Möglichkeiten vorgeschlagen. Manchmal möchten sie, dass ihre Vorschläge der andern Partei anonym unterbreitet werden.

Phra D: „Möchten Sie Punkte für die Tagesordnung Ihres gemeinsamen Gesprächs vorschlagen?“

B: „Ja. Ich möchte die Bedingungen des Darlehns festlegen. Ich bitte Herrn A nicht um ein Geschenk. Ich will in diesem Jahr neunzig Prozent der Ernte, und er soll im nächsten Jahr neunzig Prozent der Ernte bekommen.“

B hat bemerkt, dass die Lösung, die er sich sehnlichst wünscht, einen Gesichtsverlust für ihn bedeuten würde, denn dadurch würde A zu seinem Wohltäter. Er will gleichzeitig die Ernte haben und sein Gesicht wahren. Die beiden Mönche bemerken das, aber sie sprechen es nicht an.

Phra D: „Wir könnten den Brief jetzt entwerfen, und er könnte der erste Tagesordnungspunkt sein. Noch etwas?“

B: „Wir müssen eine Verabredung drüber treffen, dass ich die Mangos von seinem Boden aus pflücke. Ich muss sie pflücken, wenn sie gerade reif sind, nicht früher und nicht später. Das ist wohl alles.“

Die Mönche überbringen dem A Bs Einverständnis und teilen ihm die vorgeschlagenen Tagesordnungspunkte mit. A ist sichtlich erleichtert. Dieses ist die Tagesordnung:

1. Übereinkunft über die Vorgehensweise im Gespräch
2. Zusammenfassung des Fortschritts im Mediationsprozess
3. Entwürfe der Briefe, die Mangoernte betreffend
4. Entwurf des Vertrages über die gemeinsame

Eigentümerschaft an

den Bäumen

5. Pflücken der Früchte
6. Einhalten der Vereinbarung, die Rolle der Mediatoren dabei

Den rechtsgültigen Vertrag muss ein Rechtsanwalt prüfen. Phra C bietet an, seinen Freund, den Richter im Ruhestand, zu bitten, einen Entwurf anzufertigen, der im gemeinsamen Gespräch geprüft werden soll. Beide Parteien stimmen zu.

Kurz vor dem Gespräche treffen sich die Mönche noch einmal mit jeder Partei einzeln, um die Tagesordnung durchzugehen und den Männern zu raten, wie sie das Gespräch am besten nutzen könnten. Sie sprechen mit beiden darüber, mit welchen Reaktionsweisen sie zur Verschlechterung der Situation beigetragen haben.

Phra C zu A: „Es schien mir, als ob Herr B nur einen Bruchteil von dem äußert, was er eigentlich denkt. Er hatte sich für jedes Zusammentreffen etwas überlegt, konnte das dann aber nicht übermitteln. Für ihn stellt sich das so dar, als wollten Sie ihm nicht zuhören. Fällt Ihnen ein, wie Sie in Zukunft diese Schwierigkeit umgehen könnten?“

A: „Ich denke, das stimmt. Ich habe meine Schlüsse wohl zu früh gezogen. Dieses Mal will ich ihn unbedingt zu Ende anhören, ehe ich antworte. Durch die Gespräche mit Ihnen weiß ich, dass auch er eine Lösung zu finden versucht. Das macht es mir leichter.“

Phra C: „Dann noch eins. Sie haben sich sehr über das geärgert, was Ihnen als absichtlich provokativ in seinem Verhalten vorkam. Wie wollen Sie darauf reagieren, wenn er sich wieder so verhält?“

A: „Darüber habe ich lange nachgedacht. Ich habe seine Absichten beim zweiten Zusammentreffen offensichtlich missverstanden. Die Meditationsübung, die Sie mich gelehrt haben, hat mir zu einer Unvoreingenommenheit verholfen, die ich vorher nicht hatte. Wenn ich merke, wie der Ärger in mir aufsteigt, werde ich zunächst genau auf dieses Gefühl achten, und erst, wenn ich es unter Kontrolle habe, will ich sagen, was ich für falsch halte.“

Phra D zu B: „Sie haben sich darüber geärgert, dass Herr A ihre Argumente missbilligte, ohne sie angehört zu haben. Besonders eine Handbewegung von A hat sie gestört. Wie könnten Sie wohl am besten darauf reagieren, wenn sich das diesmal wieder ereignet?“

B: „Ich werde nicht ärgerlich mit ihm werden. Nein, dieses Mal will ich ihm nur immer wieder dasselbe sagen, bis er mich versteht und antwortet.“

Phra D: „Haben Sie meditiert, wie wir es Ihnen vorgeschlagen haben? Wenn Sie *metta* (Güte) üben, sowohl mit sich selbst als auch mit Herrn A, dann wird Ihnen das dabei helfen, eine freundliche Beziehung zwischen Ihnen beiden aufzubauen.“

9 EINE VEREINBARUNG

Herr A und Herr B treffen sich mit den Mönchen in der Bibliothek des *wat*. Die Tische sind an die Seite gerückt und vier Sessel im Kreis aufgestellt worden. Am Anfang des Gesprächs servieren junge Mönche Tee. Nach dem Tee wird angeordnet, dass die Gruppe nur im Notfall gestört werden dürfe.

Phra C fängt an: „Danke, dass Sie gekommen sind. Wir haben uns alle sehr viel Mühe gegeben, und der Erfolg ist, dass wir innerhalb einer Woche viel geschafft haben. Der Zweck dieses Gesprächs ist es, über das, was im Mediationsprozess erarbeitet wurde, von Angesicht zu Angesicht zu sprechen, und Entscheidungen für die Zukunft zu treffen.

Es gibt wohl keinen Grund, weiter am Ärger der Vergangenheit festzuhalten. Wenn wir doch darauf zu sprechen kommen, dann nur, um ihn hinter uns zu lassen. Wir konzentrieren uns heute auf die Zukunft. Wir wollen mit Achtsamkeit und *metta* miteinander sprechen und mit Weisheit unsere Entscheidungen treffen.

Als wir Ihnen zu Anfang vorschlugen, zum Tempel zu kommen, um über die Angelegenheit zu sprechen, sagte ich, Sie sollten es als ein Experiment auffassen, das Dhamma auf das Leben anzuwenden. Daran möchte ich Sie jetzt erinnern. Wenn wir Achtsamkeit, *metta* und Selbstlosigkeit üben, finden wir eine Lösung des Problems. Diese Lösung ist im Dhamma begründet.

Bevor wir jetzt zur Tagesordnung übergehen, möchte ich Sie fragen, ob Sie damit einverstanden sind, dass Phra D die Gesprächsleitung übernimmt.“

D gibt die verschiedenen Aspekte der Situation ausführlich wieder. Er folgt dabei den *Akusala-mula*-Kategorien. Er achtet darauf, dass er nichts sagt, was A oder B beleidigen könnte. Er spricht über *dosa*, indem er sagt, dass viele der schlechten Gefühle daraus entstanden seien, dass A und B die

Absichten des anderen falsch gedeutet hätten. Er ist achtsam darauf bedacht, nichts Heikles aus den Einzelgesprächen aufzudecken. Phra C hört ihm zu und denkt, dass D trotz allem das Zeug zu einem guten Mediator habe. Als D auf die Streitpunkte und die teilweise vereinbarte Lösung zu sprechen kommt, wird er genauer und nennt viele Einzelheiten.

Phra D schließt: „Bis hierher sind wir gekommen. Bevor wir weitergehen, würde ich gerne hören, was Sie zu meiner Zusammenfassung zu sagen haben. War sie zutreffend? Wenn es irgendetwas gibt, das noch fehlt, sagen Sie es bitte. Muss vielleicht noch irgendetwas näher beleuchtet werden, was wir noch nicht behandelt haben und was nicht auf der Tagesordnung steht? Oder gibt es noch irgendetwas anderes?“

Beide Streitenden schütteln den Kopf. A sagt: „Das war eine gute Zusammenfassung, und auf der Tagesordnung stehen alle wichtigen Punkte, denke ich.“

B: „Ich denke wir sind jetzt bereit, uns zu einigen ... Ich hatte das nicht erwartet.“

Der Mediationsprozess hat eine Situation geschaffen, in der die *akusala-mula* weitgehend durch die *kusala-mula* ersetzt worden sind.

moha - amoha : Zwar haben die Streitenden sich nicht völlig von der Verblendung befreit, aber sie haben ihre Orientierung sehr verbessert. Am Anfang sahen sie alles völlig selbstzentriert und nahmen infolgedessen die Absichten des anderen stark verzerrt wahr. Jetzt verstehen beide die Auffassung und die Absichten des anderen viel besser.

dosa - adosa : A und B haben Hass und Misstrauen weitgehend ersetzt, zwar nicht durch Zuneigung, aber doch durch den Willen zu erneuter Zusammenarbeit. Sie haben gegenseitige Verletzungen anerkannt. Die Streitenden haben im Mediationsprozess zusammengearbeitet und sind vom Ergebnis angenehm überrascht. Sie sind jetzt dazu bereit, der Beziehung eine neue Chance zu geben, und wollen versuchen zusammenzuarbeiten. A und B wollen den Frieden nicht aufs Spiel setzen, deshalb achten beide darauf, dass

sie dem anderen keinen Gesichtsverlust zufügen. Sie sind stillschweigend übereingekommen, die Kränkungen in der Vergangenheit der Vergangenheit zu überlassen. Sie wollen nicht wieder darauf zurückkommen.

lobha - alobha : Früher sah jeder sein Glück darin, etwas für sich selbst zu bekommen oder zu verteidigen. Jetzt steht es anders, denn ihre Vereinbarung läuft im Wesentlichen darauf hinaus, dass jeder dem anderen helfen will, das zu bekommen, was der zu seiner Entwicklung und zu seiner Wohlfahrt braucht.

Die Reinheit, die man in monatelanger Meditation erlangen kann, haben A und B in der kurzen Zeit natürlich nicht erreicht. Aber ihre Selbst-Wahrnehmung hat sich stark verbessert. Phra C sagt in der Einführung zum gemeinsamen Gespräch, dass die beiden Mönche A und B gerne dabei helfen würden, ihre neuen Einsichten auch auf anderen Gebieten des Lebens anzuwenden.

B und Phra D haben einen Brief Bs an A entworfen, in dem B förmlich den Großteil der Mangoernte in diesem Jahr beansprucht. Der Brief klingt wie ein Geschäftsangebot. Er betont den finanziellen Vorteil davon, wenn beide Seiten alle zwei Jahre einen größeren Anteil bekommen.

A: „Aber meine Familie freut sich auf die Mangozeit. Außerdem geben wir gewöhnlich unseren Freunden von den Früchten ab.“

B: „Ein paar ist ja in Ordnung.“

Phra D: „Wir müssen einen Weg finden, einen Teil der Früchte für Herrn A und seine Familie zu reservieren, sonst kann es darüber zu neuen Missverständnissen kommen. Fällt Ihnen da etwas ein?“

B: „Auf As Seite ist ein schwer mit Früchten beladener Ast. Einige der Früchte sind fast reif, und die übrigen werden in den nächsten drei Wochen reif sein. Er könnte sie alle haben.“

A: „Ja, die genügen mir ... wenn wir beide denselben Ast meinen. Wir binden Tücher darum, damit meine Kinder erkennen, wo sie pflücken dürfen.“

Phra D erkennt, dass hier ein Problem entstehen könnte und bittet die Streitenden, sich Gedanken darüber zu machen, wie sie damit umgehen wollen. Viel hat sich verändert: Während am Anfang der Mediation die Streitenden von den Problemen sprachen und meinten, die Mediatoren sollten sie lösen, weisen jetzt die Mediatoren auf mögliche Schwierigkeiten hin, und die Streitenden finden Lösungen dafür. Zu manchen Zeiten ist es unsere Aufgabe als Mediatoren, den Friedensprozess zu fördern, während wir uns zu anderen Zeiten kritisch äußern müssen, um die Streitenden auf den Boden der Realität zurückzubringen.

A schlägt eine Antwort vor, die die Formulierung „gemäß Ihren Bedürfnissen“ enthält. B widerspricht: „Ich mache Ihnen ein Geschäftsangebot zum beiderseitigen Vorteil.“

Phra C erfasst sofort, dass die Formulierung einen Gesichtsverlust für B bedeuten würde und sieht A fragend an, dann sagt er: „Könnten Sie Bs Formulierung annehmen?“ A versteht auch, worum es B geht, und ändert „gemäß Ihren Bedürfnissen“ in „zum beiderseitigen Vorteil“ ab.

Zwar fanden A und B zu einer Verständigung, aber Gier, Hass und Verblendung bewirken, dass beide Seiten weiterhin ängstlich darauf bedacht sind, sich nur ja keine Blöße zu geben. Phra C bemüht sich, die Gefühle beider Seiten zu schonen.

Der Richter im Ruhestand hat einen Vertragsentwurf vorbereitet, der zusammen mit einem neuen Lageplan den Dokumenten über die Grundstücke angeheftet werden soll. Die ehemals Streitenden prüfen das Dokument feierlich und akzeptieren es dann.

Phra C fordert A und B dazu auf, sich mögliche künftige Probleme vorzustellen: „Fällt Ihnen irgendetwas ein, das schiefgehen

könnte? Ein Problem, das man vorwegnimmt, ist ein gelöstes Problem.“

A fürchtet, dass das Ernten der Früchte seine Kinder beim Spielen im Garten stören könnte. B will die Mangos am frühen Nachmittag pflücken, wenn die Kinder noch in der Schule sind.

Die vier wollen sich einen Monat später wieder zusammensetzen, um zu überprüfen, wie es gelaufen ist. Phra C erklärt, dass er und Phra D jederzeit zur Beratung zur Verfügung ständen. Dann fragt Phra D die beiden Männer, ob er ihnen eine mit der Maschine geschriebene Notiz über die Ergebnisse des gemeinsamen Gesprächs schicken solle. Sie bitten ihn darum. Phra D fasst alle Vereinbarungen zusammen. A und B nicken zustimmend.

Vereinbarungen treffen und das Vereinbarte ausführen ist zweierlei. Verantwortungsbewusste Mediatoren rechnen damit, dass weitere Gespräche über das, was sich im täglichen Zusammenleben ergeben hat, notwendig werden.

Phra C: „Bevor wir unser Gespräch beenden, möchte ich Sie fragen, ob Sie noch irgendetwas mitteilen wollen.“

B sagt: „Wenn mir jemand vor drei Tagen gesagt hätte, dass der Streit, noch bevor eine Woche herum ist, beendet sein würde, hätte ich ihm nicht geglaubt. Ich danke Ihnen für Ihre Hilfe!“

A: „Ich wusste nicht, dass das Dhamma helfen könnte, ein praktisches Probleme wie unseres zu lösen. Ich danke Ihnen sehr!“

Phra C: „Sie brauchen uns nicht zu danken. Wir haben getan, was wir mussten, und Sie haben beide schwer und einsatzfreudig an dem Problem gearbeitet. Allerdings sollte Ihnen bewusst sein, dass das Problem nicht ein für allemal gelöst ist. Die Möglichkeit, dass es von neuem aufbricht, gibt es immer, aber wenn Sie die Einstellungen aufrechterhalten, die Sie in den letzten Tagen entwickelt haben, werden Sie in der Lage seine, jede auftauchende Schwierigkeit in den Griff zu bekommen. Der Herr segne Sie!“

TEIL 3 MEDIATION ALS EINE ANTWORT AUF GIER, HASS UND VERBLENDUNG

10 BESSERE SELBST-WAHRNEHMUNG IST NOTWENDIG

Buddha lehrte, dass Konflikte aus Gier, Hass und Verblendung entstehen. In der Praxis finden wir sie in allen Konflikten. In diesem Teil des Buches wollen wir darstellen, wie sie abgeschwächt werden können.

Lobha (Gier)

In Konflikten spielt oft der selbstzentrierte Wunsch nach Veränderung eine Rolle. Die eine Partei will eine Veränderung, während die andere ihr Eigeninteresse dadurch zu verteidigen sucht, dass sie der Veränderung widersteht. Oft geht es um Besitztümer, Land, Macht, Wohlstand, Sexualität, Achtung usw. Der Wunsch nach Veränderung oder der Widerstand dagegen entsteht aus *lobha* (Gier). Die Selbstsucht wird oft dadurch verstärkt, dass beide Streitenden auf Kosten des jeweils anderen gewinnen wollen. Gewinn für die eine Seite bedeutet dann Verlust für die andere.

Dosa (Hass)

In Konflikten gibt es immer Groll und Feindseligkeit. Die Art und Weise, wie Streitende nach dem Ausbrechen eines Konflikts miteinander umgehen, schafft oft mehr Leiden als die eigentliche Ursache. Empfindungen, Erinnerungen und Gedankenmuster werden zu einer feindseligen Einstellung zusammengesetzt, die *dosa* (Hass) und *kodha* (Ärger) entsprechen.

Moha (Verblendung)

In Konflikten entwickeln die Streitenden Selbst- und Feindbilder. Die Selbst-Bilder bestimmen die Beziehung der Streitenden zueinander. Bei der Konfliktanalyse müssen wir Sichtweisen, Auffassungen, Bindungen und Empfindungen aller Beteiligten herausarbeiten. **Häufig gibt es auch Konflikte innerhalb des Selbst:** Unsere Begierden zerrren uns in einander

entgegengesetzte Richtungen. Oder wir versuchen, etwas zu sein, was wir nicht sind. Diese Widersprüche werden im Konflikt verstärkt, sodass wir unsere Illusionen verteidigen, als wären sie Realität.

Abschwächen der *akusala-mula* : zwei wesentliche Faktoren

Buddha lehrte, dass die *akusala-mula* unachtsam seien. Wie wir schon sahen, ergibt sich Unachtsamkeit daraus, dass wir **erstens** nicht wahrnehmen, wie wir in einem geistigen Prozess die Objekte erfinden. Wir hängen uns an die fertigen Produkte: unser Objekt der Begierde und unser Selbst-Bild. Wir versäumen es, die geistigen Prozesse zu beobachten, in denen wir sie herstellen. ***Die Primitivität des Weltverständnisses, das auf avijja (spiritueller Unwissenheit) aufbaut, schafft unausweichlich Probleme. Die buddhistische Antwort auf Gier, Hass und Verblendung ist die Verfeinerung unserer Selbst-Wahrnehmung.*** Für die Mediation im Konflikt heißt das: Wir müssen aufmerksamer die Prozesse wahrnehmen, in denen Forderungen, Einstellungen, Selbst- und Feind-Bilder geschaffen werden, mit denen die Streitenden einander konfrontieren.

Zweitens schafft sich der menschliche Geist durch Unwissenheit bedingte Bilder vom Selbst und von anderen Objekten, von denen er naiverweise annimmt, sie entsprächen der Realität. Die Wirklichkeit wird dann vom Standpunkt dieses illusionären Selbst-Bildes aus interpretiert. Im Konflikt wird die Selbstzentriertheit bedroht und dadurch angestachelt, da die Gier der einen Partei die Gier der anderen, der Hass der einen Partei den Hass der anderen und die Verblendung der einen Partei die Verblendung der anderen steigert. ***Das zweite Element einer buddhistischen Antwort ist die Auflockerung der starren Selbstzentriertheit, die sich während des Konflikts entwickelt hat, sodass die Streitenden wieder über die engen Grenzen ihrer eigenen selbstzentrierten Illusionen hinweg etwas erkennen können.***

Die Möglichkeit zur Veränderung

Buddhas Methode ist radikal und tiefgreifend: sie setzt bei den Wurzeln des Leidens an. Die Möglichkeit zur Veränderung ist dadurch gegeben, dass alle einander widersprechenden Wünsche und ihre Objekte unbeständig sind und mehrere Zyklen brauchen, um sich aufzubauen und aufrechtzuerhalten. Die Ursachen einer Situation liegen nicht in der Vergangenheit - da wären sie

unerreichbar -, sondern in der Gegenwart, wo wir sie angehen können, wenn wir das dafür geeignete Werkzeug verwenden. Hat sich erst einmal der Prozess verändert, dann verändert sich auch das Ergebnis. Solange der *Paticca-samuppada*-Zyklus auf Unwissenheit beruht, ergibt sich daraus Begehren, Ich-Geburt und Leiden; wenn er sich aber auf Achtsamkeit gründet, wird er zum Zyklus von Unvoreingenommenheit und Befreiung.

Achtsamkeit und das Überschreiten des Selbst

Sammāsati (rechte Achtsamkeit) ist das siebente Glied des achtgliedrigen edlen Pfades. Übung der Achtsamkeit wird im *Satipatthana* (Grundlagen der Achtsamkeit) *Sutta*⁷⁴ beschrieben. Achtsamkeit bedeutet Selbst-Wahrnehmung. Wir sind achtsam auf das Objekt und die Aktivität, auf die sich unser Geist konzentriert, wir sind gleichzeitig achtsam auf den Prozess, in dem das geschieht, und dazu noch auf alle Gedanken, Empfindungen und Anregungen, die sich außerhalb des Brennpunktes unserer Aufmerksamkeit ereignen. Achtsamkeit kann auf alle Erfahrungen und Aktivitäten verwendet werden. Buddha unterscheidet „vier Pfeiler der Einsicht“: Körper, Gefühle, „Gemüt“ und „Erscheinungen“.⁷⁵ Wir können diese Kategorien dazu benutzen zu überprüfen, ob wir auf alle vier Aspekte aufmerksam sind. Auch wenn sich unsere Achtsamkeit auf eine der Kategorien konzentriert, sollten wir die andern gleichzeitig im Blick behalten.

Wenn wir damit beginnen, wird es uns so vorkommen, als trüge die neue Art der Wahrnehmung nicht zu unserem Glück bei, denn sie stellt unsere gewohnten Verhaltensmuster schmerzhaft in Frage. Wenn wir sie aber üben, wird sie immer wesentlicher für uns. Das ist ganz natürlich. Da alles, was wir wissen und tun auf irgendeine Weise unsere Geistesprozesse beeinflusst, wirkt sich wachsende Selbst-Wahrnehmung ganz natürlich auf alle Lebensgebiete aus. In dem Maße wie die Selbst-Wahrnehmung der Lebensrealität zunimmt, nimmt die Bindung an das Selbst-Bild ab. Zunächst schwächt die Selbst-Wahrnehmung die Selbstzentriertheit nur, anschließend aber überschreitet sie sie Schritt für Schritt. Rechtes Verstehen ist Verstehen, das in der Selbst-Wahrnehmung wurzelt.

Rechtes Verstehen

Buddha lehrte, dass *yoniyomanasikara* (weise, nicht selbstzentrierte Betrachtung) notwendig ist, um die Wurzeln des Leidens zu bekämpfen und an ihrer Stelle die heilsamen Wurzeln des Handelns ins tägliche Leben einzupflanzen. Genau das müssen Mediatoren tun, wenn sie zur Verbesserung der Situation beitragen wollen. Wir müssen verstehen, was sich abspielt, wenn wir erfolgreich medieren wollen. Aber es gibt verschiedene Ebenen des Verstehens. Das oberflächliche Verstehen, das für ein Gespräch auf der Straße genügt, unterscheidet sich z.B. von dem tieferen Verstehen, das zum Abfassen eines ausgewogenen und informativen Zeitungsartikels notwendig ist.

Verstehen ist das Ergebnis eines Lernprozesses. Wir stimmen uns auf eine bevorstehende Mediation ein, indem wir die dafür notwendigen Lernprozesse sorgfältig planen. Das bedeutet:

- Wir wollen einzig und allein den Konflikt lösen, ohne dass wir irgendein anderes Interesse verfolgen. Jeder Widerspruch zwischen eigener Absicht und unserer Arbeit als Mediatoren würde uns irgendwann in Schwierigkeiten bringen und unsere Arbeit entwerten.

- Wir sind unausgesetzt achtsam darauf, wie unser Geist die Situation interpretiert, und darauf, wie er Verbindungen zu unseren eigenen Erfahrungen herstellt. Wissen ist das Ergebnis eines Lernprozesses, und Selbst-Wahrnehmung ist die Bedingung für rechtes Verstehen.

- Wir achten sorgsam auf entstehende Anhänglichkeit an eine der Parteien und steuern einen mittleren Kurs. Das ermöglicht es uns, mit beiden Parteien gut Freund zu bleiben und auf ihre Aktionen angemessen zu reagieren. Eine wichtige spirituelle Hilfe dazu ist die Übung von *upekkha* (Gleichmut). (Vgl. Anm. 2).

- Wir lassen uns Zeit mit dem Verstehen. Wir versuchen nicht, die Komplexität und Verworrenheit eines Konflikts gleich zu Anfang vollständig zu erfassen, sondern wir lassen eine schrittweise Annäherung zu.

Zusammenfassung

Gier, Hass und Verblendung finden sich in den meisten, wenn nicht in allen Konflikten. Diese Wurzeln des Konflikts sind selbstzentriert, unachtsam und

ungeeignet. Um diese Wurzeln zu untergraben, brauchen wir eine bessere Selbst-Wahrnehmung. Selbst-Wahrnehmung ist das Ergebnis eines Lernprozesses. Also müssen wir unsere Aufmerksamkeit darauf lenken, in der rechten Weise immer mehr über den Konflikt zu erfahren. Die Wurzel des rechten Verstehens liegt in der Achtsamkeit während des Lernprozesses.

11 *MEDIATION UND VERBLENDUNG*

Im ersten Teil wurde dargestellt wie wir, gemäß der Lehre Buddhas, unter dem Einfluss der Unwissenheit die Realität auf selbstzentrierte Weise interpretieren, und wie das dazu führt, dass wir auch andere falsch verstehen. Unser Selbst-Bild kann z.B. auf ethnischer Zugehörigkeit oder auf Nationalität beruhen. Die Geschichte ist voller Leiden, die von Gemeinschaften angerichtet wurden, die an grandiosen Selbst-Bildern und Verteufelungen der Nachbarn festhielten.

Wahrnehmung der anderen

Wenn wir mit anderen in Konflikt geraten, wird unser Selbst-Bild angeschlagen. Wir versuchen dann verzweifelt, seine Sicherheit und seinen Wert wiederherzustellen. Wir hängen ängstlich an dem, was wir besitzen oder verteidigen, sind ärgerlich über die, die unseren ehrgeizigen Plänen in die Quere kommen, und schwanken zwischen Größenfantasien und Vernichtungsängsten. Die Welt teilt sich in „mein Selbst“ und „meinen Feind“. Das Feindbild wurde in Beziehung zum Selbst-Bild erfunden, ja, es gleicht dem dazugehörigen Negativ. Wenn die Mediatoren dem etwas entgegensetzen wollen, müssen sie die Situation wie durch die Augen beider Streitenden sehen. Sehen wir das Problem nur von einem Standpunkt aus, tragen wir zu seiner Verschärfung bei. Wenn wir zur Lösung beitragen wollen, müssen wir die Standpunkte beider Parteien einnehmen. Wir müssen wissen, was die Parteien voneinander und von sich selbst denken und füreinander und für sich selbst empfinden. Wir müssen den Druck erkennen, dem sie ausgesetzt sind, denn er beeinflusst ihr Handeln.

Einen Konflikt analysieren ist etwas anderes, als einen Motor auseinandernehmen, wo jedes Teil das ist, als was es erscheint, und das man leicht handhaben kann. Die Realität des Konflikts besteht im Geist der Streitenden. Wir müssen von verschiedenen Seiten schauen, nicht nur von einer, um den Konflikt zu verstehen. Wir müssen viele Gespräche mit den

Streitenden führen, ehe wir uns die mannigfaltigen Standpunkte zu eigen machen können. Wir müssen Verständnislücken füllen und unsere eigene Verwirrenheit klären. Zu Anfang erscheint das schwer, aber mit einiger Übung wird es einem zur zweiten Natur.

Perspektiven

Wie bauen wir im Laufe des Gesprächs mit den Streitenden unser Verständnis auf? Wir fragen uns, wie jede der Parteien ihre eigene Rolle und die der andern bei der Entwicklung des Konflikts sieht. Die folgenden Fragen helfen uns dabei:

- Wie fasst jede der Parteien ihren eigenen Anteil am Konflikt auf?
- Wie fasst jede der Parteien den Anteil der anderen am Konflikt auf?
- Gibt es Irrtümer oder Missverständnisse, die geklärt werden müssen?

Gefühle

In Konflikten entstehen Verletzungen und Unsicherheit. Menschen entwickeln starke Gefühle, wenn sie von anderen zu Objekten von Hass, Manipulation oder Zwang herabgewürdigt werden. Da man in einer vom Hass bestimmten Umgebung wenig Mitgefühl erwartet, zeigt man seine Gefühle nicht, sondern man unterdrückt sie. Wenn die Gefühle dann schließlich doch geäußert werden, geschieht das mit viel Groll und Ärger. Wenn sie nicht geäußert werden, gehen sie indirekt in Verhalten und Entscheidungen ein. Die Mediatorin muss wissen:

- Wie fühlen sich die Streitenden voneinander behandelt? Hat sich das verändert? Wenn ja, wie und wodurch?
- Wie empfinden die Streitenden ihren eigenen Anteil am Konflikt? Hat sich das verändert? Wenn ja, welches Ereignis hat das bewirkt?
- Meinen die Streitenden, dass sie wechselseitig ihre Gefühle kennen? Drücken die Streitenden ihre Gefühle verständlich aus, oder geben sie irreführende Signale von sich?
- Gibt es Gefühlsverletzungen, die anerkannt, und Gefühle der Bitterkeit, die erklärt werden müssen?

Druck und Zwänge

Streitende müssen unter dem Druck der eigenen Gruppe und anderer am Konflikt Beteiligter ihre Entscheidungen treffen. Während wir für gewöhnlich äußerst empfindlich gegen die Einschränkung unserer eigenen Freiheit durch andere sind, interpretieren wir die Situation der anderen oft oberflächlich. Oft meinen wir, sie hätten mehr Freiheit, als sie selbst denken. Wir müssen uns fragen:

- Schränkt der Druck von innen (innerhalb der Familie, der Organisation usw.) die Handlungsfreiheit der Streitenden ein?
- Beeinträchtigt der Druck von außen (ökonomische Faktoren, politische Rivalität usw.) ihre Entscheidungen? Oft sind Dritte beteiligt. Wie beurteilen die Streitenden die Rolle der beteiligten Dritten?
- Wissen die Streitenden, unter welchem Druck die anderen stehen?
- Trägt jede Seite auf angemessene Weise dem Druck Rechnung, unter dem sich die anderen fühlen?

Die beiden Männer im folgenden Beispiel wollen wirklich miteinander sprechen, aber beide verstehen nicht, wie der andere die Situation sieht:

Auf die Bemühungen eines Mediators hin bekundet ein Minister den Wunsch, vertrauliche Verhandlungen mit Vertretern der ethnischen Befreiungsbewegung aufzunehmen. Einer der Führer dieser Bewegung denkt, dass der Minister das zu Propagandazwecken geäußert habe. Als Beweis seiner Aufrichtigkeit fordert er von dem Minister eine öffentliche Anerkennung der ethnischen Minderheit als Nation. Der Minister wünscht tatsächlich abzuklären, ob eine Friedensvereinbarung möglich sei. Es wäre für ihn politisch von Vorteil, wenn er als einziger Minister auftreten würde, der das nationale Problem lösen kann. Er könnte später vielleicht sogar Präsident werden. Deshalb würde er einerseits die Forderung des Minoritäten-Führers gerne erfüllen. Andererseits möchte er die gewünschte Erklärung nicht abgeben, weil ihn das den Wortführern seiner eigenen Partei entfremden würde.

Dadurch würden die Chancen, eine Abmachung auszuhandeln, verkleinert.

Die Mediatoren verstehen, dass der Führer der ethnischen Minderheit es als Zeichen von Unaufrichtigkeit deuten wird, wenn der Minister die gewünschte Erklärung nicht abgibt. Deshalb erklären sie dem Minderheitenführer, welchen Zwängen der Minister unterworfen ist.

Eine Perspektiven-Matrix

Wir zeichnen eine Matrix der Wahrnehmungen und Gefühle, die die Streitenden voneinander haben und füreinander hegen. Mit Hilfe dieser Matrix erkennen wir Lücken in unserem Wissen von der Situation, falsche Auffassungen der Streitenden voneinander und Unklarheiten und Gefühlsverletzungen, die Aufmerksamkeit beanspruchen. Wenn wir diese Schwachstellen erkannt haben, konzentrieren wir uns auf eine nach der anderen.

Wir fragen uns also: Gibt es

- Lücken in unserem Wissen von der Situation?
- falsche Auffassungen der Streitenden voneinander?
- Punkte, über die Unklarheit herrscht?
- Gefühlsverletzungen, die Aufmerksamkeit beanspruchen?

Darauf muss sich die Aufmerksamkeit der Mediatoren richten.

Mit verschiedenen Auffassungen leben

Die verschiedenen Perspektiven der Streitenden im Kopf zu behalten, ist für die Mediatorin schwierig und unbequem, aber sie muss sich daran gewöhnen. Auch die Streitenden müssen lernen, die Auffassungen der anderen Seite stärker in Betracht zu ziehen. In ihrem neuesten Buch über politische Mediation der Quäker schreiben Steve und Sue Williams:

„Der Mediationsprozess verlangt, dass man gleichzeitig verschiedene, ja sogar einander widersprechende Hypothesen annimmt. In dieser

Hinsicht wie auch in anderer ist es die Aufgabe der Mediatoren, sich vorbildlich zu verhalten, denn nur damit erwerben sie das moralische Recht, von den Politikern oder Militärs zu verlangen, dass die sich genauso verhalten.“⁷⁶

Zusammenfassung

Wir sollten uns angewöhnen, die Probleme von mehreren Seiten gleichzeitig zu betrachten. Das verschafft uns die Möglichkeit, einige Verworrenheiten und Missverständnisse herauszufinden, die das Ergebnis von Verblendung sind. Zu Anfang ist es sinnvoll, die Matrix zu benutzen und sich entsprechende Notizen zu machen. Wenn wir uns erst einmal an das analytische Schema gewöhnt haben, wird es uns ganz natürlich vorkommen.

Matrix 1 Die Auffassungen der Streitenden voneinander

As Auffassung von A	As Auffassung von B
<p>Was, denkt A, hat A zum Konflikt beigetragen in Hinsicht auf Motivation, Einstellung und Aktionen? Hat sich die Wahrnehmung davon während der Zeit des Streites verändert? Wenn ja, wodurch wurde das bewirkt?</p> <p>Wie interpretiert A ihre eigenen Gefühle:</p> <ul style="list-style-type: none"> - über ihren Anteil am Streit? - über die Rolle, die die anderen (B eingeschlossen) im Streit spielen? <p>Denkt A, ihre Gefühle würden von den anderen Beteiligten verstanden?</p> <p>Welchem Druck fühlt sich A ausgesetzt?</p> <ul style="list-style-type: none"> - innerlich - äußerlich 	<p>Was, denkt A, hat B zum Konflikt beigetragen in Hinsicht auf Motivation, Einstellung und Aktionen? Hat sich die Wahrnehmung davon während der Zeit des Streites verändert? Wenn ja, wodurch wurde das bewirkt?</p> <p>Wie interpretiert A die Gefühle Bs:</p> <ul style="list-style-type: none"> - über ihren (Bs) Anteil am Streit? - über die Rolle, die die anderen (A eingeschlossen) im Streit spielen? <p>Denkt A, B denke, ihre (Bs) Gefühle würden von den anderen Beteiligten verstanden?</p> <p>Welchem Druck ist B nach As Wahrnehmung ausgesetzt?</p> <ul style="list-style-type: none"> - innerlich - äußerlich

Bs Auffassung von A	Bs Auffassung von B
<p>Was, denkt B, hat A zum Konflikt beigetragen in Hinsicht auf Motivation, Einstellung und Aktionen? Hat sich die Wahrnehmung davon während der Zeit des Streites verändert? Wenn ja, wodurch wurde das bewirkt?</p>	<p>Was, denkt B, hat B zum Konflikt beigetragen in Hinsicht auf Motivation, Einstellung und Aktionen? Hat sich die Wahrnehmung davon während der Zeit des Streites verändert? Wenn ja, wodurch wurde das bewirkt?</p>

Wie interpretiert B die Gefühle As:

- über ihren (As) Anteil am Streit?
- über die Rolle, die die anderen (B eingeschlossen) im Streit spielen?

Denkt B, A denke, ihre (As) Gefühle würden von den anderen Beteiligten verstanden?

Welchem Druck ist A nach Bs Wahrnehmung ausgesetzt?

- innerlich
- äußerlich

Wie interpretiert B die eigenen Gefühle:

- über ihren eigenen Anteil am Streit?
- über die Rolle, die die anderen (A eingeschlossen) im Streit spielen?

Denkt B, ihre Gefühle würden von den anderen Beteiligten verstanden?

Welchem Druck fühlt sich B ausgesetzt?

- innerlich
- äußerlich

12 MEDIATION UND GIER

In allen Konflikten spielen Veränderungen eine Rolle. Weil *avijja* (Unwissenheit) zugrunde liegt, ist der Wunsch nach oder gegen Veränderung selbstzentriert. Eine Seite wünscht eine bestimmte Veränderung, während die andere diesem Wunsch widersteht, weil sie den Status quo erhalten oder eine andere Veränderung herbeiführen will. In den meisten Konflikten erhebt sich das Problem, dass die Streitenden Wünsche haben, die nicht gleichzeitig erfüllt werden können. Auch wenn wir offensichtliche Missverständnisse geklärt haben, bleiben die zentralen Streitpunkte bestehen: die Wünsche der streitenden Parteien sind einander diametral entgegengesetzt. Nach der buddhistischen Psychologie ist die Wurzel der einander entgegengesetzten Wünsche in den meisten Fällen *lobha* (selbstzentrierte Gier).

Elemente einer Lösung gemäß dem Dhamma

Um den buddhistischen Ansatz zu verstehen, müssen wir uns daran erinnern, dass das, was wir für Realität halten, in Wirklichkeit das Ergebnis eines fortdauernden bedingten Entstehungsprozesses (*paticca-samuppada*) ist. Nach Buddhas Lehre sind die „Objekte“, die wir begehren, nicht die „realen Dinge“, als die sie uns erscheinen, sondern sie sind in Geistesprozessen zusammengesetzt worden. Das Objekt der Begierde ist das Produkt von **Bedeutungs-Bildungs**-Zyklen. Die Erfindung des Objekts fußt entweder auf den *akusala-mula* (unheilsamen Wurzeln des Handelns) oder den *kusala-mula* (heilsamen Wurzeln des Handelns) oder beiden.

Wenn die *akusala-mula* herrschen, sind wir - unter dem Einfluss der Unwissenheit - selbstzentriert, während wir, wenn die *kusala-mula* uns bestimmen, selbstlos sind. Auf ähnliche Weise unterscheiden sich die Wünsche, die aus ihnen erwachsen. Bei Wünschen, die aus *lobha* (Gier) erwachsen, sind wir unachtsam und egoistisch, während wir bei Wünschen, die aus *alobha* erwachsen, achtsam sind und die Interessen anderer mitbedenken. Der Einfachheit halber nennen wir die Wünsche aus *lobha* „Begierden“ und die aus *alobha* „Bedürfnisse“. Wir gebrauchen das Wort

„Wünsche“, wenn wir Veränderungswillen meinen, ganz gleich, ob er achtsam oder unachtsam ist. „Wünsche“ ist also der allgemeinere Ausdruck, der sowohl Begierde als auch Bedürfnis umfasst. Mit Bedürfnissen kann man in der Mediation besser arbeiten, weil sie nicht egoistisch sind wie Begierden.⁷⁷

Eine praktische Methode, mit Gier umzugehen

Wie können wir das Dhamma als spirituelles Hilfsmittel nutzen, um auf Wünsche zu reagieren, die einander entgegengesetzt sind? Wir wollen Streitenden dabei helfen, ihre (egoistischen) Begierden in (achtsame) Bedürfnisse umzuformulieren und dann eine Übereinkunft zustande zu bringen, die die Erfüllung der Bedürfnisse aller umfasst. Im Folgenden wird eine einfache praktische Methode dargestellt, die aus sechs Schritten besteht:

1. Die Wünsche beider Seiten herausstellen

Welche Wünsche äußern beide Seiten? Verstehen sie einander richtig?

- ***Wir müssen uns über die Wünsche klar werden, die beide Seiten in Worten und Handlungen ausdrücken.*** In diesem Stadium müssen wir sehr vorsichtig zu Werke gehen. Wenn wir zu eindringlich fragen, werden Streitende defensiv. Oder sie fühlen sich immer stärker verpflichtet, an einem Wunsch festzuhalten, nur weil sie ihn einmal geäußert haben. Wir hören zu, wenn sie ihre Wünsche äußern, und notieren uns, ob das Gesagte mit ihrem Handeln übereinstimmt.

- ***Wir müssen herausbekommen, ob jede Partei versteht, was die andere tatsächlich sagt.*** Im Streit werden oft Feinheiten überhört oder falsch interpretiert.

2. Den Bedeutungs-Bildungs-Prozess von Veränderungen und Objekten analysieren

Der *Paticca-samuppada*-Lehrsatz besagt, dass ein Wunschobjekt in mehreren Umdrehungen des Zyklus zusammengesetzt wird. Ebenso ist es mit den *mula* (Wurzeln): ein Objekt kann mehrere Wurzeln haben. ***Erkennen wir***

verschiedene Prozessen, die zur Zusammensetzung eines Objekts der Begierde beitragen?

3. Das Dhamma zur Bewertung von Bedeutungs-Bildungs-Prozessen benutzen

Buddhas Lehre ist nicht legalistisch. Zwar gibt sie moralische Richtlinien an die Hand, aber in ihrem Zentrum steht eine neue Sichtweise, eine bessere Selbst-Wahrnehmung. Indem die Mediatoren den Streitenden ihre Wünsche im Lichte des Dhamma zeigen, verbieten sie sie ihnen nicht. Die Streitenden sollen sich nicht schuldig fühlen, weil sie sich bestimmte Dinge wünschen. Vielmehr müssen die Mediatoren wahrnehmen, welche Konsequenzen sich aus den Bedeutungs-Bildungs-Prozessen ergeben, und die Parteien nach ihren Bedürfnissen fragen, d.h. nach dem, was sie sich **wirklich** wünschen.

Wenn wir die Bedeutungs-Bildungs-Prozesse, in denen die Wunschobjekte geschaffen wurden, erkannt haben, nehmen wir sie nacheinander unter die Lupe. Bei jedem einzelnen stellen wir vier Fragen:

1. Ist der Prozess, so wie er jetzt abläuft, selbstzentriert, oder schließt er die Sorge um das Wohlergehen und die Interessen anderer ein?
2. Wenn der Prozess, so wie er jetzt abläuft, zu Ergebnissen führt, welche Folgen für alle werden sich wahrscheinlich einstellen?
3. Stimmt der Prozess, so wie er jetzt abläuft - mit Selbstzentriertheit und den zu erwartenden Folgen - mit dem überein, was die Streitenden wirklich zu brauchen behaupten?
4. Hat der Mediationsprozess den Streitenden dabei geholfen, ihre Wünsche achtsam zu betrachten?

4. Mit Hilfe des Dhamma die Bedeutungs-Bildungs-Prozesse verwandeln

Buddhadasa Bhikkhu unterscheidet zwischen *tanha* (blindem Durst) und *samma-sankappa* (rechter Gesinnung: weisen Wünschen).⁷⁸ Die letzteren entstehen ganz von selbst, wenn wir achtsam sind, d.h. wenn unser Geist nicht durch Haften am Ego beherrscht wird. Wenn wir auf die zentralen Streitpunkte zu sprechen kommen (*phassa*), erleben die Streitenden erneut die damit verbundenen Gefühle (*vedana*). Dem folgt *tanha* (Begehren), das

zu früheren Entscheidungen oder Grundsätzen führte. Jetzt, in einer Atmosphäre achtsamer Analyse, können die Streitenden einen neuen Ansatz ausprobieren, sodass *tanha*, statt zu *upadana* (Anhaften) zu führen, zu einem Wendepunkt wird, an dem Achtsamkeit (*sati*) zur Grundlage der Entscheidungen geworden ist.

Gute Mediation schafft einen Kommunikationsraum, in dem das Gespräch von Werten bestimmt wird, die sich im Hauen und Stechen des Streits nicht finden lassen. Die freundliche, achtsame Atmosphäre der Einzelgespräche schafft Raum dafür, dass Wünsche offener hinterfragt werden. *Sati* (Achtsamkeit) und *metta* (Güte), die von den Mediatoren als Teil ihrer täglichen Routine geübt werden, bringen die Streitenden während der Mediationsgespräche wieder auf den Erdboden zurück. Wir arbeiten zusammen, indem wir den Konflikt analysieren und mit frischem Blick in die Zukunft sehen. Die Streitenden sollten die Anwendung des Dhamma nicht als moralischen Geradehalter empfinden, sondern als eine frische Herangehensweise, mit der sie experimentieren können. Buddha warnte seine Zuhörer davor, ihm fraglos zu glauben. Sie sollten das Dhamma „kosten“, ehe sie es annahmen. Als buddhistische Mediatoren wollen wir im selben Geist wirken: „Wenden Sie das Dhamma an, und sehen Sie, was dabei herauskommt!“

Wir wollen den Streitenden zeigen, dass die Anwendung des Dhamma auf ihre eigene Situation eine realistische Alternative ist. Aber wie der Freund auf dem Felsen (Kapitel 4) erreichen wir das nicht nur mit schönen Worten. Die Streitenden müssen es selbst erfahren.

Wir beziehen uns in folgender Weise auf den Bedeutungs-Bildungs-Prozess:

- Ist es möglich, den Bedeutungs-Bildungs-Prozess so umzuformen, dass er auch die Bedürfnisse und Interessen der anderen mit einschließt? Es würde uns ja wenig kosten, wenn wir auch an die anderen dächten, aber im Konfliktfall vergessen wir das meist. Mit Achtsamkeit können wir den Bedeutungs-Bildungs-Prozess auf das Wohl aller ausrichten und nicht nur auf unser eigenes.

- Wir stellen eine Rangreihenfolge der Bedürfnisse auf, sodass jedes Bedürfnis so viel Gewicht bekommt, wie es verdient. Es gibt drei Hauptkategorien, die wir bei jedem Konflikt bedenken müssen:

(a) Physische Erfordernisse: Im *Sutta Nipata* werden die Mönche angewiesen, nur Erfordernisse des täglichen Lebens (*paccaya*): Kleidung, Nahrung, Schlafplatz und Medizin, wenn sie gebraucht wird, zu suchen.⁷⁹ Phra Debvedi (Phra Dharmapitok) sagt dasselbe. Er betont die Notwendigkeit, Bedürfnisse von falschen Wünschen zu unterscheiden.⁸⁰ Das Bedürfnis nach reiner Nahrung, die den Körper gesund hält, ist grundlegend, während der Wunsch nach raffinierter Küche es nicht ist. Der Wunsch nach großen Gelagen und prestigereichen Gerichten (z.B. Haifischflossensuppe für tausend Bath pro Portion) ist im Selbst-Bild begründet und nicht im Nahrungsbedürfnis. Natürlich soll man die mönchischen Regeln nicht Laien auferlegen, aber sie geben doch einen Hinweis darauf, an welchem Maßstab Streitende ihre Wünsche messen können.

(b) Menschliche Würde: Wenn Buddha mit Menschen zu tun hatte, die einander schlecht behandelten, zeigte er ihnen deutlich, dass ihm die menschliche Würde am Herzen lag. Als Ananda nur einfach dabeistand, während ein junger Mönch Sariputra herunterputzte, sagte ihm Buddha, dass er hätte eingreifen sollen.⁸¹ Auch in seinen Anweisungen, wie Mönche Kritik üben sollten, drückt er die Sorge um die Würde der kritisierten Person aus.⁸² Es ist unvermeidlich, dass Streitende Gesichtverlust befürchten, weil im Konflikt die Zyklen des Anhängens und der Ego-Geburt intensiviert werden. Darauf muss bei der Abfassung einer Vereinbarung Rücksicht genommen werden, denn ihre Annahme hängt oft davon ab, dass ihre Formulierung es der betroffenen Partei erlaubt, das Gesicht zu wahren, auch wenn sie von früheren Forderungen weitgehend zurücktreten musste.

(c) Zukunftsvisionen: Konflikte halten Menschen in selbstzentriertem Wirrwarr gefangen, sodass die Streitenden wie Pech und Schwefel an den von ihnen gewünschten Veränderungen oder Objekten festhalten. In ihrer verblendeten Wahrnehmung glauben sie, alles zu verlieren, wenn sie das Gewünschte verlören. Deshalb ist es von großer Bedeutung, dass wir die

Bedürfnisse berücksichtigen, deren Erfüllung sich die Streitenden für die Zukunft erhoffen.

5. Die Erfüllung eines jeden Bedürfnisses suchen

Wenn wir die Bedürfnisse einzeln betrachten, können wir ihre Erfüllung leichter ins Auge fassen. Am besten betrachten wir die drei beteiligten Aktivitäten: Vorstellen, Beurteilen und Entscheiden getrennt voneinander, denn dann ist es leichter, brauchbare Antworten auf alte Fragen und Probleme zu entwickeln.

- **Vorstellung:** Wir beflügeln unsere Vorstellungskraft dadurch, dass wir uns möglichst viele Vorschläge anhören, bevor wir sie kritisch beurteilen. Als Mediatoren sollten wir äußerst vorsichtig beim Unterbreiten von Vorschlägen sein, damit sie nicht als Empfehlungen aufgefasst werden. Das könnte damit enden, dass die Streitenden den Mediatoren die Verantwortung für die Entscheidungen zuschieben. Damit der Entscheidungs-Prozess in den Händen der Streitenden bleibt, sollten wir nur versuchsweise Vorschläge machen, ihre schwachen Punkte hervorheben und betonen, dass wir keine Empfehlungen geben.

- **Beurteilung:** Wir bewerten jeden Vorschlag, indem wir die positiven und die negativen Konsequenzen auflisten. Damit bewahren wir die Streitenden davor, sich auf eine Lösung zu stürzen, ehe sie sie gründlich durchdacht haben. Es lohnt sich immer, wenn man die Vor- und Nachteile der einzelnen Möglichkeiten notiert. Wir schreiben jeden Vorschlag einzeln auf ein Blatt. Damit behalten wir Platz für kritische Bemerkungen und alternative Vorschläge.

- **Entscheidungen:** Wenn alle möglichen Konsequenzen jedes Vorschlags durchdacht sind, entscheidet man über die Rangreihenfolge, in der die Bedürfnisse erfüllt werden sollen.

6. Den Konflikt als Ganzes betrachten

Wenn Streitende dazu fähig sind, ihre Wünsche so umzuformulieren, dass sie die Bedürfnisse der anderen auch berücksichtigen, dann rücken Vereinbarungen in greifbare Nähe. Wo aber Gier, Hass und Verblendung

stark bleiben, da verkleinern sich die Möglichkeiten für den Frieden. Unsere Aufgabe als Mediatoren ist es, bei der Formulierung einer Vereinbarung zu helfen, die alle Beteiligten für fair, gerecht und funktionsfähig halten.

Manchmal denken beide Seiten, sie hätten „genug gegeben“, und nun sei die andere Seite an der Reihe. Wir müssen damit rechnen, dass wir die Initiative ergreifen und aktiv eine umfassende Vereinbarung anstreben müssen, wie ein Katalysator, der eine chemische Reaktion in Gang bringt. Im Wesentlichen aber ist es unsere Aufgabe, dazu beizutragen, dass sich die Verbesserungen in Wahrnehmung und Denken, die die Streitenden während der Mediation erreicht haben, bestmöglich auf die Vereinbarung auswirken. Wir vermitteln zwischen den Streitenden, indem wir beide Seiten dazu anregen, miteinander eine umfassende Vereinbarung aufzubauen, die die Hauptbedürfnisse aller Streitenden erfüllt.

Wenn wir die Bedürfnisse aller und ihren Platz in der Rangreihenfolge im Kopf haben, können wir einen Handel vorschlagen, der zwei oder mehr Punkte umfasst. Dabei ist es wieder wichtig, klar zu machen, dass es sich um Vorschläge und nicht um Empfehlungen handelt. Wir fragen z.B., welches Entgegenkommen in einem Punkt einen Kompromiss in einem anderen ermöglichen würde: „Falls A zustimmt, wären Sie dann bereit in zuzustimmen?“ Auf diese Weise probieren wir verschiedene mögliche Lösungen aus. Wir müssen dabei allerdings aufpassen, dass unsere Vorschläge nicht als Lösungsempfehlungen aufgefasst werden. Wir sollten die Streitenden darum bitten, unsere Vorschläge kritisch zu überprüfen, und wir sollten ihre Nachteile und möglichen Rückschläge erwähnen.

Was die Vertraulichkeit angeht, sind wir an einen schwierigen Punkt gelangt. Wir wollen mögliche Lösungen anbieten, die die zugrundeliegenden Schlüsselbedürfnisse befriedigen, aber wir dürfen in unserer Begeisterung auf keinen Fall die Vertraulichkeit aufheben. Wenn wir allerdings meinen, dass etwas, das bis dahin vertraulich war, nun ausgesprochen werden müsse, sollten wir die Betroffenen vorher darauf ansprechen. Oft bitten uns Streitende darum, der anderen Partei eine Lösung vorzuschlagen, möchten aber nicht zugeben, dass der Lösungsvorschlag von

ihnen ist. Wir können den Vorschlag dann als einen unter anderen weitergeben.

Wir stellen den analytischen Prozess in einer Matrix dar (Vgl. Matrix 2).

Zusammenfassung

Sobald sich Gedanken und Einstellungen auf die *kusala-mula* gründen, sind wir auf dem Weg zum Frieden. Wenn wir achtsam sind, wandeln wir egoistische Wünsche in Bedürfnisse um, bei denen die Interessen anderer mit in Betracht gezogen werden. Wir betrachten den Konflikt im Ganzen und suchen nach Lösungen, in denen die Hauptbedürfnisse aller befriedigt werden.

Matrix 2 Alternativen suchen

Beschreibung des Streitpunktes

B E T E I L I G T E	Wünsche	Bedeutungsbildungs- Prozesse	Bedürfnisse: Was wird wirklich gewünscht?	Möglichkeiten, die Bedürfnisse aller miteinander zu vereinbaren
--	---------	---------------------------------	--	--

13 HASS UND DIE DYNAMIK DER FEINDSELIGKEIT

Dosa (Hass oder Groll) ist nicht in einem Individuum enthalten, sondern wirkt zwischen Menschen und Gruppen. *Dosa* entspringt der Unsicherheit, die sich aus dem Versuch ergibt, die Illusion der Selbstzentriertheit zu leben. *Dosa* entsteht, wenn schwache Selbst-Bilder zusammenprallen.⁸³ In diesem Kapitel wollen wir zeigen, wie das Zusammenwirken des *dosa* der Streitenden den Konflikt zum Eskalieren bringt. Danach stellen wir dar, wie Dhamma-Lehren den Mediatoren im Umgang mit *dosa* helfen und wie sie sie praktisch anwenden können.

Dosa und Eskalation

Schon allein deshalb, weil wir unter dem Einfluss der Unwissenheit (*avijja*) leben, befinden wir uns im Konflikt mit der Realität. Wir fühlen uns infolgedessen unsicher, und unser Geist versucht seine Selbstzentriertheit durch *vibhava-tanha* (Begehren nach Vernichtung) anderer wiederzugewinnen. Wir wollen andere auf ihren Platz verweisen. Wir werden konflikthanfällig, denn die aufgezugene Feder von *dosa* schnell auseinander, sobald man uns provoziert. Wenn der Konflikt dann ausgebrochen ist, ärgern, verletzen oder demütigen die Parteien einander. Gerüchte, Beleidigungen, destruktive Kritik und Einschüchterung sollen das Selbst-Bild des Opfers untergraben. Wenn uns andere als Objekte von Hass und Verachtung oder als Hindernisse für die Ausführung ihrer Pläne betrachten, stört das die Illusion, unser Selbst befände sich im Mittelpunkt der Welt, und verunsichert uns. *Bhava-tanha* (Werdelust) für das, was wir werden wollen, entwickelt sich parallel zu *vibhava-tanha* (was wir nicht werden wollen) gegen das, was wir sowohl in uns selbst als auch im Feind ablehnen. Um unsere Selbst-Illusion zu bestätigen, setzen wir den Wert derer, die uns Angst machen, herab oder verneinen ihn ganz und gar.

Unbewusst legen wir Eigenschaften, die wir bei uns selbst nicht anerkennen wollen, dem Feind bei. Der Feind ist egoistisch und feindlich,

nicht etwa wir. Wir befördern den Feind schließlich ins Aus, wo er uns weder körperlich noch sozial noch moralisch weiter gefährlich werden kann.

Wenn die feindliche Einstellung sich erst einmal im Verhalten niederschlägt, schafft sie Unsicherheit beim anderen. Sie führt zu Defensivität und Groll und keineswegs zur erwarteten Willfährigkeit. Auf allen Konfliktebenen täuschen sich Menschen über die Wirkung von Zwangsaktionen. Im *Samyutta Nikaya* wird das sehr einleuchtend ausgedrückt. Als Buddha hörte, dass König Pasenadi seinem Neffen die Armee weggenommen hatte, sagte er:

„Ein Narr bildet sich ein: ‘Jetzt ist die Stunde, die Gelegenheit da!’
Aber wenn die Tat Früchte trägt, ergeht es ihm schlecht.
Dem Totschläger ersteht wieder ein Totschläger;
Der Eroberer wird seinerseits erobert:
Der, der einen beschimpft, der wird beschimpft;
Der andere ärgert, bekommt Verdross.
Durch das Weiterwirken der Tat
Wird einer, der andere verdirbt, selbst verdorben.“⁸⁴

So dreht sich der Kreis. Beziehungen gehen in die Brüche, Vertrauen zerbricht, Einstellungen polarisieren sich, alles, ohne dass die Beteiligten es wollten. Oft wird die eigentliche Konfliktursache über den Misshandlungen, die die Streitenden im Laufe der Zeit aneinander begehen, sogar vergessen.

Im *Upakkilesa Sutta* gibt es die eindrucksvolle Schilderung eines eskalierenden Konflikts. Die Mönche in Kosambi stritten über einen winzigen Verstoß des Dhamma-Lehrers, um ihn zu demütigen. Buddha bat die Mönche, mit dem Streit aufzuhören, aber sie sagten ihm, er möge „selbstgenügsam ... seliger Gegenwart genießen“ und sie ihren Streit alleine austragen lassen. Buddha verließ den Tempel. Zuvor gab er den Mönchen die folgende Lehre, die auf heutige Konfliktsituationen ebenso zutrifft wie auf damalige:

„Wo jeder lärmend ein sich mengt,
Als Tor Vernunft erlangt man nie;

Den Brüderbund, zerbrecht ihr ihn,
Hört keiner auf den andern mehr.

Vergessen ward ein weiser Spruch
Des Kenners, der erfahren sprach;
Die Zunge zügeln, das ist not,
Und lenken sie: man lernt es nicht.“⁸⁵

Im Streit nimmt die Selbst-Wahrnehmung ab, und Gier, Hass und Verblendung erreichen schwindelnde Höhen. Die Mönche vergessen die Folgen, die ihr Verhalten für den Sangha hat. Sie gewahren weder den Schaden, den sie anrichten, noch was sich wirklich ereignet. Wenn wir die Mönche von Kosambi fragen könnten, ob sie wüssten, woraus der Konflikt entstanden sei, hätten sie schnell die Antwort parat: „Die andern haben Schuld!“ Sie würden eine Erklärung abgeben, die auf einem selbstzentrierten Realitätsmodell beruht. Wenn wir von einem solchen Realitätsmodell ausgehen, sind wir Problemen nicht gewachsen, an denen viele Selbst beteiligt sind. In solchen Fällen wird normalerweise die gegenseitige Wahrnehmung verzerrt.

Streitenden fällt es wegen der Geschwindigkeit der Veränderungen schwer, achtsam zu bleiben, selbst wenn sie bemerken, dass sie die Kontrolle über die Ereignisse verlieren. Mehrere Predigten Buddhas handeln von Groll und Ärger, die zur Eskalation führten.

Achtsamkeit

Sati (Achtsamkeit) ist die spirituelle Grundlage heilsamer Veränderungen. Wenn wir achtsam sind, bemerken wir die geistigen Prozesse in uns, sodass wir unsere Verantwortung für die darauf folgenden Reaktionen erkennen. Wir lassen uns nicht von ihnen überrumpeln. Mitten im *upadana* (Ergreifen oder Haften) wäre es schwer, mit der Mediation zu beginnen. Die Mediatorin trifft die Streitenden meist, nachdem *upadana*, *bhava* (Werden) und *jati* (Geburt bzw. Wiedergeburt des Selbst-Bildes) dem *jara-marana* (Altern und Sterben) Platz gemacht haben und die Streitenden unter der Vergewissheit ihrer Anstrengungen, der Verletzung ihrer Gefühle und der Reue über das,

was sie getan haben, leiden. Wer im *Jara-marana* -Stadium des Zyklus achtsam ist, erkennt, dass seine eigenen Handlungen und Annahmen die Ursachen des Leidens sind, das er gerade durchmacht, sodass er achtsam in den neu beginnenden Zyklus eintritt. Ohne Achtsamkeit würden die gewohnten Muster des Denkens, Fühlens und Verhaltens nur neu aufgelegt.

Die Folgen in Betracht ziehen

Im *Dvedhavitakka Sutta* wird gelehrt, dass man mit bösen Gedanken fertig wird, indem man ihre Wirkungen bedenkt. Wir leiten Streitende dazu an, Groll und Ärger, die sie füreinander empfinden, unter diesem Blickwinkel zu betrachten. Wenn in Buddhas Geist böse Gedanken, sinnliche Begierden oder Grausamkeit entstanden, nahm er sie wahr und überlegte sich Folgendes:

„‘Aufgestiegen ist mir da diese Erwägung des Begehrens/
Schadens/Wütens; und sie führt zu eigener Beschränkung und führt zu fremder Beschränkung, sie führt zu beider Beschränkung, rodet die Weisheit aus, bringt Verstörung mit sich, führt nicht zur Wahnerlöschung (Nibbana), ... da ich also sann, ihr Mönche, löste sie sich auf. Und so oft nun, ihr Mönche, eine Erwägung des Begehrens in mir aufstieg, da verleugnete, vertrieb, vertilgte ich sie eben.’“⁸⁶

Zur rechten Zeit eingreifen

Im *Anguttara Nikaya* wird erzählt, wie Buddha Ananda erklärt, er hätte in den Streit zwischen dem älteren Sariputra und dem jungen Mönch eingreifen müssen. Der Jüngere hatte den Älteren wegen einer scheinbaren Abweichung in der Lehre angegriffen. Sariputra war so betroffen, dass er nur noch schweigen konnte. Buddha sprach nicht über den in Frage stehenden Lehrsatz, sondern er nannte den Jüngeren einen „unweisen Narren“ und wandte sich an Ananda:

„Ist es denn möglich, Ananda, dass du gleichgültig zusehen kannst, wie ein älterer Mönch gekränkt wird? Wahrlich, Ananda, Mitleid erwächst nicht daraus, dass man zulässt, dass ein älterer Mönch gekränkt wird.“⁸⁷

Buddha geht davon aus, dass Mitgefühl der Beweggrund zum Eingreifen ist. Wenn es sich um eine Auseinandersetzung zwischen Gleichen gehandelt hätte oder der Ältere nicht gekränkt gewesen wäre, dann hätte niemand Mitgefühl haben müssen. Es geht nicht darum, dass einer einen anderen anschreit, sondern darum, dass der andere dadurch verletzt wird.

Es ist nur zu verständlich, dass Ananda nicht handelte. Die meisten von uns mischen sich nicht gerne in die Angelegenheiten anderer ein, schon gar nicht, wenn es sich um schlechte Gefühle handelt. Wir wissen nicht, was wir sagen sollen, und wir sind unsicher, was bei unserer Einmischung herauskommt. Man kann sich vorstellen, wie Ananda sich nervös fragte, was er tun solle. Buddha sagt, dass solche Unentschlossenheit ein Zeichen für den Mangel an Achtsamkeit, Weisheit und Mitgefühl sei.

Das wird durch einen ähnlichen Fall unterstützt, in dem der Mönch Moliyaphagguna zu früh eingreift. Der ehrwürdige Moliyaphagguna hatte sich zur Verteidigung einer Gruppe von *bhikkhunis* (Nonnen) aufgeschwungen und wies jeden zurecht, der es wagte, sie zu kritisieren. Buddha erinnert Moliyaphagguna daran, dass er sich für das „hauslose“ Leben eines Mönchs entschieden habe und sagt dann:

„Wenn auch irgendeiner dir gegenüber jene Nonnen tadeln mag, so magst du, Phagguno, alle gemeinen Regungen, alle gemeinen Erwägungen verleugnen, so hast du dich, Phagguno, solcherart zu üben: ‘Nicht soll mein Gemüt verstört werden, kein böser Laut meinem Munde entfahren, freundlich und mitfühlend will ich bleiben, liebevollen Gemütes, ohne heimliche Tücke’: solcherart hast du dich wohl zu üben.“⁸⁸

Die Handlungsweise des ehrwürdigen Moliyaphagguna hat ihren Grund in seiner Anhänglichkeit an die Nonnen und nicht im Mitgefühl. Buddha will den ehrwürdigen Moliyaphagguna nicht von ähnlichen Situationen in der Zukunft fernhalten, deshalb rät er ihm, die Situation dazu zu benutzen, den Grund für Mitgefühl und Güte zu legen. Er soll aus Mitgefühl und *metta* (Güte) handeln und nicht aus eigenem Interesse. Dazu gehört natürlich Weisheit.

Schweigen als Reaktion auf Ärger

Im *Samyutta Nikaya* wird von Ereignissen erzählt, die sich nach der Bekehrung eines alten Bharadvaja⁸⁹ Brahmanen ereigneten. Ein anderer Brahmane, der sich darüber ärgerte, dass Buddha Anhänger aus ihrer Sekte gewann, kam zu ihm, um ihn anzupöbeln: „und dort schmähte und beschimpfte er den Erhabenen mit barschen und gemeinen Worten.“ Nachdem Buddha ihm zugehört hatte, fragte er ihn, ob er für Menschen, die ihn besuchten, gutes Essen und angenehme Unterkunft vorbereite. Als der Brahmane das bejahte, fragte Buddha ihn, was denn mit dem Essen geschehe, wenn der Besuch es ablehne. Der Brahmane erwiderte, dass er es dann selbst essen würde. Buddhas Antwort wird folgendermaßen wiedergegeben:

„So ist es auch hier, Brahmane. Das, womit du uns schmäht, die wir dich nicht schmähen, das, womit du uns schiltst, die wir dich nicht schelten, das, womit du uns beschimpfst, die wir dich nicht beschimpfen, DAS nehmen wir nicht von dir an.“⁹⁰

Buddha fährt fort: Wenn er den Brahmanen seinerseits schmähen würde, dann wäre es, als ob er mit ihm das Mahl teilte, das heißt, er würde sich an dessen Zorn beteiligen. Im nächsten Abschnitt wird das Prinzip noch deutlicher:

„Wer, geschmäht, nicht wieder schmäht,
Gewinnt einen zweifachen Sieg.
Sowohl des anderen als auch sein eigenes
Gutes sucht er; denn der andere in seiner Wut
Versteht und wird ruhig und still.
Er ist ein Arzt für beide, denn
Sich selbst heilt er und auch den anderen.
Das Volk hält ihn für einen Narren, denn es kennt
die Regel (Dhamma) nicht.“⁹¹

Wenn die Mediatorin auf den Ärger mit Ruhe und Schweigen reagiert, erleben die Streitenden ihren eigenen Ärger ganz anders als in einem hitzigen Streit. Ärger wird durch Ärger gerechtfertigt, und das führt zu immer schlimmeren Auswüchsen im Verhalten. Ganz anders ist es, wenn jemand mit Verständnis und Ruhe auf Äußerungen von Ärger reagiert. Plötzlich hört die Streitende die Aggressivität in ihrer eigenen Stimme, sie empfindet den hasserfüllten Ausdruck ihres Gesichts und fängt an daran zu zweifeln, ob ihre Einstellung oder jedenfalls die Art und Weise, in der sie sie ausdrückt, wirklich angemessen sei. Das ist eine wichtige Erfahrung für sie.

Ich war einmal dabei, als ein Freund - nennen wir ihn Patrick - auf diese Weise einem Betrunkenen entgegentrat, der ihn mit einer Flasche bedrohte. Patrick reagierte auf die Beleidigungen, ärgerlichen Gesten und Bedrohungen auf erstaunlich ruhige und freundliche Weise. Nach und nach beruhigte sich der Betrunkene und ließ den erhobenen Arm mit der Flasche sinken. Ich werde nie vergessen, wie der Mann sich vorlehnte, um Patrick zuzuhören, während die Flasche an seinem schlaffen Arm hin und herschwang. Der Gegenstand von *upadana* - Patrick verletzen wollen - war verschwunden, und die Flasche, die in den Gedanken des Mannes ein Teil davon gewesen war, war nun überflüssig geworden. Zu Anfang hatte der Betrunkene die Flasche mit Absicht ergriffen, aber am Ende hielt er sie nur noch in der Hand, weil er zu betrunken war, um sie irgendwo abzustellen.

Es genügt natürlich nicht, wenn man nur ruhig ist. Wenn man effektiv mit Ärger umgehen will, muss man verstehen, wodurch er entstanden ist.

Auf konstruktive Weise Kritik entgegennehmen

Im *Digha Nikaya* wird eine Predigt Buddhas wiedergegeben, die davon handelt, wie die Mönche auf Kritik Außenstehender an Buddha, am Dhamma und am Sangha reagieren sollten:

„Mögen auch, ihr Mönche, andere ungünstig über mich sprechen ..., so braucht ihr darum nicht betroffen, nicht missvergnügt, im Geiste nicht verstimmt zu werden. ... Wenn auch, ihr Mönche, andere ungünstig über mich sprechen ... , und ihr darum erzürnt oder

unzufrieden würdet: könntet ihr da wohl der anderen rechte Rede und schlechte Rede beurteilen?’

‘Gewiss nicht, o Herr!’

‘Wenn auch, ihr Mönche, andere ungünstig über mich sprechen ..., so habt ihr euch da was unwahr ist als unwahr zu vergegenwärtigen: <Das eben ist also unwahr, das eben ist also unrichtig, dergleichen kennt man nicht bei uns, und kann es bei uns auch nicht finden.> Wenn auch, ihr Mönche, andere günstig über mich sprechen ..., so braucht ihr darum nicht erfreut, nicht frohgemut, im Geiste nicht aufgetrieben zu werden. ... Wenn auch, ihr Mönche, andere günstig über mich sprechen ..., so habt ihr euch da was wahr ist als wahr einzugestehen: <Das eben ist also wahr, das eben ist also richtig, dergleichen kennt man bei uns, und kann es bei uns auch finden.>’⁹²

Wir zerlegen das, was gesagt wurde, in seine einzelnen Teile: Es sind unsere Wahrnehmungen, von uns erdachte Interpretationen, von anderen eingeflüsterte Sichtweisen, unsere Gefühle, die sankharische Konstruktion unseres Selbst und anderes mehr. Wenn wir die Teile betrachten, befähigt uns das dazu, auf jeden einzelnen in unvoreingenommener, sachgerechter und gleichzeitig von Mitgefühl erfüllter Weise einzugehen.

***Metta*-Übung für Mediatoren**

Wir beginnen mit der *Metta*-Übung, sobald wir vom Konflikt erfahren haben. Auch auf dem Weg zu den Gesprächen mit den Streitenden sollten wir sie ausführen. Auf diese Weise errichten wir eine Haltung von Freundlichkeit, die sich dann spontan im Gespräch mit den Streitenden äußert. Oft übt man sich ohne Worte, aber auch die folgende Formulierung ist für die Übung geeignet:⁹³

Achte ein paar Minuten lang sorgsam auf deinen Atem. Wenn dein Geist zentriert ist, meditierst du folgendermaßen:

Ich will *metta* gegen mich selbst üben.

Beim Einatmen nehme ich mich selbst wahr - beim Ausatmen lächele ich freundlich. Metta soll mein Wesen durchdringen, es soll alle Knoten von Hass und Ärger in meinem Inneren lösen.

Ich will *metta* gegen (eine der Streitenden) üben.
Beim Einatmen erinnere ich mich an ihr Gesicht - beim Ausatmen lächele ich sie freundlich an.

Ob ich sie mag oder nicht, ich möchte ihr Wohlergehen befördern. Ich will ihr auf gute und gerechte Weise dabei helfen, ihren Konflikt zu lösen.

Ich will mit ihr zusammenarbeiten, um die unheilsamen Wurzeln Gier, Hass und Verblendung, die das Leiden bewirken, in heilsame umzuwandeln. Ich wünsche mir, dass wir beide in dem Mediationsprozess etwas Sinnvolles lernen.

Mögen alle Wesen glücklich und frei vom Leiden sein!

Es sollte uns nicht beunruhigen, wenn wir nicht gleich Güte empfinden. Wichtig ist die geistige Bemühung darum. Sobald wir aufgehört haben, das Gefühl in uns zu suchen, wird es entstehen. Wir sollten vor allem danach streben, dass unser Wunsch immer aufrichtiger wird.

Wir dehnen die *Metta*-Übung auf unser praktisches Leben aus und überlegen uns, wie wir *metta* im gegenwärtigen Konflikt verwirklichen können. Wir fragen uns oder regen die Streitenden dazu an, sich zu fragen:

„Was könnte ich heute tun, um zum Wachstum von *metta* in der gegebenen Situation beizutragen?“

Wenn jemand das bedenkt, beginnt sein Geist ganz von selbst Handlungsweisen zu ersinnen, die sich auf *metta* begründen. Das kann ein bloßes Lächeln, eine freundliche Geste, eine Entschuldigung oder eine Handlung sein, mit der man eine vorher begangene Ungerechtigkeit wieder gutmacht. Ein heilsamer Wunsch trägt ganz von selbst gute Früchte, so wie ein unheilvoller Wunsch ganz von selbst schlechte Früchte trägt.

Die Streitenden üben *metta*

Wir besprechen mit den Streitenden, wie schlechte Gefühle und hasserfüllte Einstellungen einander wechselseitig bedingen und wie destruktiv sie sich auf das Gespräch auswirken. Wir empfehlen ihnen die Übung von *metta* als ein Experiment in der Anwendung des Dhamma auf das tägliche Leben. Wenn die Streitenden täglich fünf oder zehn Minuten lang *metta* üben, erleichtern sie damit ihr Gemüt und verbessern innerhalb kurzer Zeit die Beziehungen zueinander. Auf die Dauer schafft die Übung eine Grundlage für *yoniso-manasikara* (weise Aufmerksamkeit und Gedanken) und befähigt den Übenden dazu, sensibler und freundlicher mit allen Menschen umzugehen.

***Sallekha* (Löschung oder Selbstlosigkeit im Handeln)**

In manchen Situationen ist die Anwendung von *metta* oder Mitgefühl nicht möglich, gewöhnlich dann, wenn keine *metta*-Übung vorausging. Wenn uns z.B. jemand mit dem, was er sagte oder tat, wütend gemacht hat, beherrscht der Ärger unser Gemüt, und wir können nicht einfach zu *metta* übergehen. Für solche Situationen gibt es eine andere wirksame Lehre.

Im *Sallekha Sutta* des *Majjhima Nikaya* ist Buddhas Lehre davon aufgezeichnet, wie *sallekha* (reine Selbstlosigkeit) inmitten des Drucks und der Provokationen eines Konflikts geübt wird. Dreiundvierzig Situationen werden aufgelistet, in denen Löschung oder Selbstlosigkeit im Handeln geübt wird. Hier ein paar Beispiele:

„2. Die anderen werden das Leben rauben, wir nicht, so ist Ledigung zu üben.

5. Die anderen werden lügen, wir nicht, so ist Ledigung zu üben.

6. ... heimliche Rede führen ...

7. ... rohe Rede gebrauchen ...

10. ... gehässig sein ...

24. ... zürnen ...

26. ... heucheln ...

(27. ... anmaßend sein ...)

42. Die andern werden sich gehen lassen, wir aber werden unermüdlich sein, so ist Ledigung zu üben.“⁹⁴

Vers 14 lehrt die tiefe Wahrheit:

„Jemand, dessen Geist sich dem Übelwollen hingibt, hat Nicht-Übelwollen, mit Hilfe dessen er das vermeiden kann.“⁹⁵

Das ist tatsächlich sehr praktisch. Wenn wir achtsam genug sind, unsere feindliche Einstellung zu bemerken, sind wir schon im Stande, Nicht-Übelwollen zu praktizieren. Das ist in hitzigen Situationen viel leichter zu bewerkstelligen als *metta*. Man muss dann keine positive Einstellung zum anderen herstellen, was manchmal nicht zurzeit zu schaffen ist. Wenn wir stattdessen *sallekha* (Selbstlosigkeit im Handeln) praktizieren, beobachten wir, wie Groll und Ärger in uns aufsteigen und entscheiden: „Nein, die wollen wir nicht in die Tat umsetzen!“ Damit halten wir die Drehung des Zyklus an. Wir leben dann achtsam unsere fiebrigen Rachefantasier in der Vorstellung aus, ohne dass sie Schaden anrichten.

Vers 15 weist darauf hin, dass alle diese nützlichen *dhammas* zu „höherer Wesenheit“ führen. Vers 16 erklärt den Wert eines Helfers, der von dem betreffenden Fehler befreit ist, und versichert, dass die Löschung zum *nibbana* führt:

„ ... gelangt der Gehässige durch Überwindung des Hasses zur Wahnerlöschung (*nibbana*) ...“⁹⁶

Warum führt Löschung zum *nibbana* ? Wahrscheinlich, weil „sich hingeben“ eine so tiefe Abhängigkeit bezeichnet, dass die Loslösung tiefgreifend sein muss, wenn sie einmal stattgefunden hat.

Verantwortung in Betracht ziehen

Oft sehen Streitende das Böse, das sie erleben, als von anderen verschuldet an. Wir machen andere sogar für unseren Ärger und unser schlechtes Benehmen verantwortlich, indem wir z.B. sagen: „Mit ihrer Unhöflichkeit macht sie mich wütend!“ Buddha lehrt, dass wir selbst für unsere Gedanken

und Handlungen verantwortlich sind. Die Wurzel unseres Unglücklichseins liegt in uns selbst, nicht in dem, was andere sagen oder tun. Ein Text im *Anguttara Nikaya* macht das deutlich:

„Mönche, jeder Mensch, in dem Bosheit erweckt worden ist, sollte sich die Tatsache vor Augen halten, dass er sie selbst gemacht hat. Er sollte denken: 'Das, Ehrwürdiger, hast du selbst gemacht, es ist das Erbe der Taten, Taten sind die Mutter, Taten sind die Blutsverwandten, Taten sind das Fundament: was jemand auch tut, Gutes oder Böses, er wird sein Erbe. Auf diese Weise muss die Bosheit in ihm beseitigt werden.'“⁹⁷

Eine Strategie zum Mediiere in Eskalationssituationen

Konflikte verändern sich so schnell, dass es manchmal schwierig ist einzuschätzen - besonders für Mediatoren, die neu in die Situation kommen - wie weit sich die Beziehungen zwischen den Streitenden verändert haben und welche Dynamik gegenwärtig am Werk ist. Sachgerechtes Verstehen wird nicht gewonnen, indem man immer dieselbe fertige Theorie auf jede beliebige Situation anwendet, sondern durch eine Lernmethode, mit deren Hilfe man Herz und Kopf offenhält.

Zuerst einmal brauchen wir mehr Informationen (Vgl. Matrix 3 auf Seite <...>). Wir müssen uns danach erkundigen, wie jede Partei ihre eigene Rolle und die der anderen sieht. Worauf sollten wir besonders achten? Wie ist die Beziehung geschädigt worden? Man bekommt das leicht heraus, wenn man die Streitenden (natürlich einzeln) fragt, wie sich ihre Wahrnehmung voneinander seit dem Beginn des Konflikts verändert hat. Damit erhalten wir Auskunft über das Ausmaß der Eskalation. Welche Ereignisse, Handlungen und Worte in der Vergangenheit haben Groll und Ärger hervorgerufen? Wie wurden diese provokativen Handlungen aufgefasst, erst einmal von dem, der sie begangen hat, und dann von dem, dem gegenüber sie begangen wurden?

Manche Ereignisse werfen lange Schatten über eine Beziehung. Sie rufen monate- und jahrelangen Ärger und Misstrauen hervor. Wir können die Uhr nicht zurückdrehen und Worte und Handlungen nicht ungeschehen machen, aber wir können die Streitenden dazu anleiten, dass sie das, was

sich ereignete, mit Abstand betrachten. Wir sprechen mit beiden Seiten über ihre und die Auffassung der anderen von dem, was geschehen ist, und bringen damit ein ausgewogeneres Verständnis zu Wege. „Alles verstehen ist alles verzeihen“, sagen die Franzosen. Wenn die Streitenden die Situation vom Standpunkt des jeweils andern aus sehen, denken sie vielleicht, sie hätten durchaus ähnlich handeln können. Die Zwangsläufigkeit der Interaktion wird allen Beteiligten klarer. A tat dies, weil B das tat, und Bs Handlung war durch etwas Feindliches, das A sagte, bedingt. Wenn die Streitenden am Recht und Unrecht in der Vergangenheit festhalten, wird der Blick auf die Veränderungsmöglichkeiten in der Gegenwart verstellt. Wenn aber die Streitenden einander in der Gegenwart gut behandeln, ist der Weg für konstruktives Denken frei. Nachdem alle Beteiligten die Provokationen erkannt und benannt haben, empfehlen wir den Streitenden, sich zu überlegen, wie sie ähnlichen aggressiven Handlungen in der Zukunft begegnen könnten, sodass ein künftiger Konflikt nicht eskaliert bzw. gar nicht erst entsteht.

Wie können Streitende neues Vertrauen zueinander aufbauen?

Ebenso wie die unheilsamen Wurzeln Gier, Hass und Verblendung den Grund für Eskalation und Ärger legen, so setzen die heilsamen Wurzeln Nicht-Gier, Mitgefühl und richtiges Verstehen einen Prozess der Vertrauensbildung in Gang. Die Mediatoren könnten den Streitenden folgende Strategien empfehlen:

- **Entschuldigungen**, wenn jemand tief gekränkt worden ist
- **Gesten, die guten Willen zeigen**; einander menschliche Anerkennung zollen und gute Eigenschaften bestätigen
- **Bekundungen der Absicht, gemeinsam eine Lösung zu finden**; die Bereitschaft, einander zuzuhören

Zusammenfassung

Wenn die Streitenden Zwang aufeinander ausüben, entsteht Hass zwischen ihnen, der das Gespräch erschwert. Buddha lehrte, dass jedes Eingreifen in einen Konflikt durch Mitgefühl begründet sein müsse. Spirituelle Hilfsmittel für den praktischen Gebrauch sind achtsames Schweigen, das gegen eigenen

und fremden Ärger hilft, *metta* (Güte) und *sallekha* (Selbstlosigkeit beim Handeln), die alle die Ausübung von *yoniso-manasikara* (weise Aufmerksamkeit oder weise Gedanken) in der Gegenwart günstig beeinflussen. Wenn man die Vergangenheit ausgewogen versteht, ist es leichter, konstruktiv in die Zukunft zu blicken.

Matrix 3

Eskalation verstehen

Handlung/ Ereignis/ Bemerkung, die den Konflikt veranlasst hat (A ist diejenige, die etwas getan hat):

.....

.....

As Sichtweise	Bs Sichtweise	Strategie der Mediatorin
As Absicht	Wie B As Absicht auffasst	Klärung dessen, was jede Streitende beabsichtigt und wie andere die Handlung interpretieren
Erwartete Wirkung auf B	Tatsächliche Wirkung auf B	Bessere Wahrnehmung der Wirkung der eigenen Handlung auf die Gegner anregen. Wenn nötig, Entschuldigung übermitteln.
Gefühle, die mit zu As Handlung beigetragen haben	Bs Gefühle vor und nach dem Ereignis	Jeder Partei taktvoll ein ausgewogenes Verständnis der Gefühle der anderen Partei mitteilen.

TEIL 4 FÜR DIE MEDIATION NOTWENDIGE FÄHIGKEITEN UND DIE KUSALA-MULA

14 DIE KUNST DES ZUHÖRENS

Zuhören ist die Grundlage für jedes Gespräch, aber trotzdem hört nur selten jemand wirklich zu. Oft gilt das Geschwätz unseres irreführenden Geistes schon als Zuhören, wenn der Gesprächspartner nur ab und zu einen Satz einstreuen darf. Auch wenn alles, was jemand sagt, unsere Ohren erreicht, hindert uns doch unsere Selbstzentriertheit oft daran, ihn wirklich zu hören. In einer Konfliktsituation vermindert sich unsere Aufnahmefähigkeit noch zusätzlich. Streitende stehen unter starkem Druck, denn ihr Status und ihre Interessen sind gefährdet. Deshalb lenken sie ihre Aufmerksamkeit mehr darauf, sich eine Verteidigung auszudenken, als auf das, was die anderen mitzuteilen versuchen, sodass sie vieles davon falsch oder gar nicht verstehen.

Die buddhistische Psychologie begründet das folgendermaßen: Wir verstehen falsch, weil wir, unter dem Einfluss von *avijja* (Nichtwissen), nur das Endresultat unserer geistigen Prozesse wahrnehmen, nicht aber diese Prozesse selbst. Im Konfliktfall legen wir uns oft einen Eindruck von der Einstellung der anderen Partei zurecht, ohne dass wir den geistigen Prozess wahrnehmen, in dem das geschieht. Unser Geist verbindet diesen Eindruck mit unserem Bild von den anderen, und wir denken, dass sie wirklich so sind, wie sie uns erscheinen. Anstatt **zuzuhören**, was sie wirklich zu sagen haben, ist unser Geist damit beschäftigt zu **sagen**, wie und was sie sind. Zuerst erzählen wir nur uns selbst, wie schlecht unsere Feinde seien. Später erzählen wir es anderen oder beleidigen sie direkt.

Erst wenn wir zuhören gelernt haben, kann unsere Mediation zum Ziel führen. Wir müssen beim Zuhören *kusala-mula* (die heilsamen Wurzeln des Handelns) verwirklichen. Dem *Pitacca-samuppada*-Zyklus entsprechend heißt

das: Wir müssen so zuhören, dass wir den Prozess der Bedeutungsbildung wahrnehmen, der sich in unserem Geist abspielt, während wir zuhören.

Krishnamurti stellt die Aufgabe sehr schön dar:

„Damit wir wirklich zuhören können, sollten wir alle Vorurteile aufgeben oder wenigstens beiseitelassen. Wenn man aufnahmebereit ist, ist es nicht schwer, etwas zu verstehen. Aber leider hören die meisten wie durch eine Lärmschutzwand aus Widerstreben zu. Unser Lärmschutz besteht aus religiösen oder spirituellen, psychologischen oder naturwissenschaftlichen Vorurteilen oder auch aus Alltagsorgen, Wünschen und Ängsten. Mit diesen Ängsten als Lärmschutz hören wir dann zu! Auf die Weise hören wir in Wirklichkeit nur unseren eigenen Geräuschen und Tönen zu und nicht dem, was gesagt wurde.“⁹⁸

Aber wie sollen wir denn nun zuhören? Was können wir dafür tun, dass unser Zuhören einfühlsamer wird und Nutzen bringt?

Wir sollten uns **überlegen, warum wir zuhören**, denn die Motivation stützt und formt das Handeln. Wir hören aus *karuna* (Mitgefühl)⁹⁹ zu. Wenn Buddha von Mitgefühl sprach, meinte er nicht das Gefühl, das wir den Menschen, die wir mögen, entgegenbringen, sondern ein Gefühl, das allen Wesen gilt, die leiden. Mitgefühl hängt nicht von persönlichen Vorlieben oder Abneigungen ab - das wäre eine wackelige Grundlage für das Friedenstiften - , sondern es kommt aus dem Herzen der Mediatoren. Es gehört zu unserer Einstellung anderen Menschen gegenüber und hängt nicht vom Charakter oder vom Handeln der Streitenden ab. Wenn wir Mitgefühl empfinden, wollen wir genau verstehen, wodurch die Leidenssituation bedingt ist. Wir hören auf das, was gesagt wird, um das herauszufinden, was ungesagt bleibt.

Wir müssen **achtsam zuhören**. Wir brauchen weder Laute noch Gedanken zu unterdrücken. Das würde nur zur Verkrampfung beim Zuhören führen. Stattdessen sollten wir auf sie achten, sie für eventuellen späteren Gebrauch notieren und sie dann gehen lassen. Wichtig ist es, Wahrnehmungen nicht zu unterdrücken.

Adam Curle drückt das so aus:

„Paradoxerweise bekommen wir die meisten Informationen nicht dann, wenn wir einzig und allein der Person zuhören, der unsere Aufmerksamkeit gilt. Unser Gehör ist weit offen. Zwar bleibt die Person, der wir zuhören, im Mittelpunkt unserer Aufmerksamkeit, aber wir schließen andere Geräusche - wie z.B. Straßenlärm - nicht aus. Wir gebrauchen keinen Filterungsmechanismus wie beim Gespräch in einem Raum, in dem es laut zugeht, denn ein solcher Filter setzt die allgemeine Aufnahmefähigkeit herab.“¹⁰⁰

Wenn wir die Aufmerksamkeit verloren haben, bringen wir sie behutsam zur anderen Person zurück. Ohne in Verlegenheit zu geraten, fragen wir nach: „Entschuldigung, das habe ich eben nicht mitbekommen. Würden Sie das bitte noch einmal erklären?“ Wir gehen mit uns selbst genauso behutsam um wie mit den anderen. Auch dabei üben wir uns in mitfühlendem Verstehen. Durch genaues Zuhören bauen wir eine tiefe Beziehung zu den Streitenden auf, die in einem späteren Stadium der Mediation großen Wert für die Problemlösung hat.

Während der Mediation vertieft sich unsere Wahrnehmung, sodass wir Einsichten in uns selbst gewinnen. Während wir genau zuhören, **vertiefen wir** auch **unsere Wahrnehmung von den Sprechenden**. Wir stimmen uns auf das Bewusstsein der anderen ein und verstehen, wie sie die Dinge sehen.

Nach Adam Curle ist es wichtig,

„dass wir die anderen nicht nur in einem tiefen Sinne hören, sondern dass unser wahres Wesen mit ihnen kommuniziert. Wenn das gelingt, entstehen oft starke und liebevolle Gefühle auf beiden Seiten. Auf diese Weise erreichen Friedensstifter eine Seite im anderen, die sowohl äußeren wie inneren Frieden schließen will.“¹⁰¹

Das kann man nicht erzwingen. Eine leichte Hand und behutsame Disziplin wirken sich am besten aus. Wir müssen uns vor Augen halten, dass das Selbst der anderen sich gerade verändert. Ihr vertrautes Selbst-Bild wird von einem Nicht-Selbst in Frage gestellt. Ehe der äußere Konflikt bearbeitet werden kann, muss der innere Konflikt verstanden werden. Wir dürfen deshalb nicht

nur das hören, was die anderen sagen, sondern wir müssen auch das hören, was sie nicht aussprechen, was aber in dem Konflikt eine wichtige Rolle spielt: schmerzvolle Erinnerungen, unterdrückte Gefühle, Einstellungen, Hoffnungen und Ängste.

Zum Sprechen zwingen können wir die Menschen nicht, aber wir können uns so verhalten, dass sie uns freiwillig ihre Probleme mitteilen. Die Grundlage aller Begegnungen ist die beständige Ausübung von *metta* (Güte). ***Wenn wir metta in unserem Herzen fühlen, wird unser Lächeln zu einer Einladung zum Sprechen.*** Nur wenn die Streitenden bei den Mediatoren eine positive Grundeinstellung erkennen, entwickeln sie Vertrauen zu ihnen.

Unser Körper drückt unsere Einstellung aus, noch bevor das erste Wort gefallen ist. Er drückt aus, wie stark unsere Anteilnahme ist, ob wir entspannt oder unruhig sind, ob wir bereit sind, uns Zeit zu lassen, oder ob wir schnell weg wollen usw. Wir sollten auf unaufdringliche Weise aufmerksam sein.

Es ist viel von der Bedeutsamkeit der Körpersprache die Rede. Mit dem Dhamma allerdings verträgt es sich nicht, wenn man allzu sehr auf das äußere Verhalten achtet. Im Mittelpunkt von Buddhas Lehre stehen Einstellung und Geistesgegenwart, die sich dann durch Körpersprache mitteilen. Wenn wir uns zu sehr damit beschäftigen, wie wir wirken, lenkt uns das von tieferer spiritueller Selbst-Wahrnehmung ab. Es geht nur darum, ***dass wir unsere Haltung und Gesten bewusst wahrnehmen, während wir unsere freundliche Haltung verwirklichen.***

Paraphrasieren

Paraphrasieren ist eine einfache, aber wirksame Technik. Wenn die Streitenden der Mediatorin ihren Fall darstellen, gibt es am Anfang oft ein ziemliches Durcheinander. Paraphrasieren heißt nicht, dass wir wiederholen, was die anderen gesagt haben, sondern wir geben das, was wir verstanden haben, in unseren eigenen Worten wieder.

Wie paraphrasiert man?

Hier einige Hilfen dazu:

1. Wir dürfen beim Paraphrasieren nicht den falschen Eindruck erwecken, wir stimmten dem zu, was gesagt wurde. Gleich zu Anfang **erklären wir, dass wir**

nur das paraphrasieren, was die andere schon gesagt hat. Das kann sich folgendermaßen anhören:

„Wenn ich Sie richtig verstanden habe, sind Sie der Meinung . . .“

„Ich höre, dass Sie . . . sagen.“

„Ihre Meinung ist also, dass . . .“

2. Wir wiederholen nicht nur das, was die andere gesagt hat (das kann ein Papagei ebenso gut, ohne damit sein Verständnis zu beweisen), sondern wir **sagen es noch einmal in unseren eigenen Worten** und zwar so prägnant wie irgend möglich.

3. Wir sollten darauf achten, dass wir **sowohl den Inhalt als auch die Gefühle** in unserer Paraphrase ausdrücken. Manchmal ist es besser, wenn man sie nacheinander nennt:

„Der Verkäufer sagte Ihnen also nicht, dass die Papiere des Wagens, den Sie gekauft hatten, gar nicht in seinen Händen waren. Darüber haben Sie sich sehr geärgert.“

4. Nachdem wir das formuliert haben, was wir verstanden haben, müssen wir überprüfen, ob die Streitende unserer Darstellung zustimmt. **Wir fragen, ob wir sie richtig verstanden haben**, und dann hören wir uns ihre Antwort aufmerksam an. Beim Paraphrasieren geht es um zuhören und lernen und nicht um sprechen und lehren!

5. Auf keinen Fall darf Paraphrasieren zum Kritisieren missbraucht werden! Wenn wir das tun, fühlt sich die Streitende in eine Falle gelockt. Sie glaubt dann, wir hätten ihr nur zugehört und das Gehörte nur deshalb wiedergegeben, damit wir ihr eine Kritik unterjubeln könnten.

Wirkungen des Paraphrasierens

Paraphrasieren hat hauptsächlich vier Wirkungen:

1. Streitende haben die schmerzliche Erfahrung gemacht, dass man sie häufig zurückgewiesen hat. Paraphrasieren zeigt, dass wir aufmerksam auf das hören, was sie sagen, und es ernst nehmen.
2. Durch ihr Paraphrasieren teilt die Mediatorin den Redestrom der Streitenden in übersichtliche Teile und gibt den Sprechern damit Gelegenheit, Missverständnisse auszuräumen.
3. Wenn wir Informationen für jemand anderen formulieren, müssen wir klar ausdrücken, **was** wir wissen und wie genau wir es wissen. Die Streitende muss ihre Geschichte mit allen notwendigen Einzelheiten und so klar erzählen, dass die Mediatorin alles gut verstehen kann. Dann muss die Mediatorin die Information noch einmal so wiederholen, dass die Streitende erkennt, dass alles richtig verstanden worden ist.
4. Wenn die Streitende beleidigende und grobe Ausdrücke gebraucht, sollte die Mediatorin den Kern der Aussage in neutralen Worten paraphrasieren. Streitende bemerken den Unterschied sehr wohl: Vielleicht wollen sie darüber sprechen, oder sie formulieren nun selbst ihr Anliegen in weniger aggressiven Worten.

Fragen stellen

Um etwas über den Konflikt zu erfahren, müssen wir Fragen stellen. Allerdings dürfen unsere Fragen der Beziehung zwischen uns und den Streitenden nicht schaden. Beim Formulieren der Fragen greifen wir auf die Kategorien der Konfliktanalyse zurück. Wir können mit Hilfe einfühlsamer Fragen ein ziemlich umfassendes Bild der Vorgänge gewinnen.

Wir dürfen den Streitenden keine Interpretationen aufzwingen, deshalb stellen wir am besten offene Fragen. Wir sollten auch keine eigenen Interpretationen anbieten und um Bestätigung bitten. Wir müssen uns selbst und den anderen gegenüber klar darüber sein, was wir erfahren wollen. Interpretation und Beurteilung überlassen wir den Streitenden.

Eine interpretierende Frage wäre:

„Ich vermute, Sie hielten Herrn G. nach all dem, was vorgefallen ist, für einen Gauner. Hab' ich Recht?“

In derselben Situation wäre eine offene Frage:

„Wie haben Sie Herrn G.s Verhalten damals verstanden? Was, meinten Sie, würde er in Zukunft tun?“

Umgang mit Widersprüchen

Oft begegnen der Mediatorin Widersprüche in dem, was eine Streitende sagt. Wenn wir sofort darauf hinweisen, kann das der Beziehung schaden. Wir müssen also vorsichtig sein. Wie verhalten wir uns in einem solchen Fall am besten?

1. Wir müssen Widersprüche so taktvoll hinterfragen, dass wir das Vertrauen, das die andere in uns setzt, nicht verletzen. In einem frühen Stadium der Mediation sollten wir uns Widersprüche nur notieren, um später darauf zurück-zukommen, wenn wir ein festeres Vertrauensverhältnis aufgebaut haben.¹⁰²

2. Wir sollten nicht zu früh Schlussfolgerungen ziehen! Vielleicht denken wir, dass wir in der Geschichte der Streitenden einen Widerspruch aufgedeckt haben, tatsächlich aber handelt es sich dabei nur um einen Irrtum. Widersprüche tauchen oft plötzlich und unerwartet auf. Am besten betrachten wir das, was uns als Widerspruch erscheint, zunächst einmal als etwas, das wir nur noch nicht verstehen.

3. Freundlich, aber bestimmt weisen wir auf einen offenbaren Widerspruch hin und fragen: „Habe ich da etwas missverstanden, oder geht hier etwas durcheinander?“ Das gibt der Streitenden am ehesten die Möglichkeit, wahrhaftig zu sein, ohne dabei das Gesicht zu verlieren. Gleichzeitig sieht sie, dass wir den Mediationsprozess auf Wahrhaftigkeit und nicht auf Täuschung aufbauen wollen.

Zusammenfassungen am Ende einer Sitzung

Wenn uns beim Verlassen der Sitzung mit der einen Konfliktpartei viele verschiedene Gedanken im Kopf herumschwirren, so ist das gar keine gute Voraussetzung dafür, ihre Ansichten der anderen Partei mitzuteilen. Wir können erst dann wirklich sicher sein, dass wir die Streitende richtig verstehen, wenn sie die Zusammenfassung der Ergebnisse der Sitzung korrigiert bzw. gebilligt hat. Sie muss am Ende mit unserer Zusammenfassung

zufrieden sein können. Wir sollten in der Lage sein, das von der Streitenden Gesagte klar und eindeutig zusammenzufassen. Wenn es noch Unklarheiten gibt, beseitigen wir sie bei dieser Gelegenheit. Außerdem fragen wir, ob wir irgendetwas Wichtiges ausgelassen haben.

Unsere Zusammenfassung enthält verschiedene Punkte. Zu jedem notieren wir uns, was als nächster Schritt folgen muss. Vielleicht ist unsere Streitende der Meinung, in Punkt eins gebe es schon eine klare Entscheidung, während sie Punkt zwei erst noch länger überlegen will, ehe sie eine Entscheidung fällt. Zu einem dritten Punkt braucht sie vielleicht einen juristischen Rat. Jetzt bekommt die Mediatorin viel zu tun: In einem Punkt muss sie ein Missverständnis klären, sie muss der anderen Streitenden eine Nachricht überbringen usw.

Bei jedem Punkt müssen wir mit der Streitenden klären, ob sie möchte, dass die Gegenpartei davon erfährt oder ob sie den Punkt vertraulich behandelt wissen möchte. Wir halten in unseren Notizen fest, welche Themen vertraulich zu behandeln sind.

Zusammenfassung

Zuhören ist eine der wichtigsten Fähigkeiten der Mediatorin.

Zuhören fördert Achtsamkeit und *metta* (Güte). Diese beiden spirituellen Eigenschaften bilden gleichzeitig die Grundlage für das gute Zuhören, das in der Mediation vonnöten ist.

Paraphrasieren und Zusammenfassen helfen uns dabei, gemeinsam mit der Streitenden unser Verständnis zu überprüfen.

Wir sollten immer klären, welches der besprochenen Themen die Streitende vertraulich behandelt wissen möchte.

15 VERTRAUEN BZW. VERTRAULICHKEIT

Das Wort Vertraulichkeit wird in verschiedenen Zusammenhängen gebraucht. In der Alltagssprache bedeutet es so viel wie Diskretion bei heiklen Informationen, kurz gesagt: Geheimniskrämerei. Die positive Bedeutung wird erkennbarer, wenn wir das Verb „sich jemandem anvertrauen“ gebrauchen. Das bedeutet: „unsere tiefsten Gedanken jemandem mitteilen“. Wenn ich jemandem meine Probleme anvertraue, heißt das, dass ich mich ihr oder ihm vollständig und rückhaltlos öffne.

Um die Bedeutung von Vertraulichkeit für die Mediation zu erfassen, müssen wir noch einmal auf die spirituellen Wurzeln eines Konflikts zurückkommen. Wenn unser Selbst-Welt-Bild von Unwissenheit beherrscht wird, ist es im Innersten bedroht, denn es befindet sich im Konflikt mit der Realität. Die Bedrohung wächst, wenn wir darüber hinaus noch in Konflikt mit anderen Menschen geraten. Wir versuchen uns gegenseitig unsere Selbst-Bilder aufzudrücken. Wenn wir unser Selbst-Bild verteidigen, haften wir noch fester daran. Wird es bedroht, erschrecken wir ebenso, als wären wir körperlich in Gefahr. Wir setzen dann Himmel und Erde in Bewegung, um seine Sicherheit und Kraft wieder herzustellen. Bei diesem Zusammenprall der Selbst-Bilder versucht jede der Beteiligten verzweifelt die andere kleinzukriegen. Gier, Hass und Verblendung sind außer Kontrolle geraten.

Die Konfliktdynamik erschwert achtsames Sichbesinnen. Die Beteiligten stehen unter starkem Druck: sie wollen ihr Selbst-Bild verteidigen, sie wollen die Gelegenheit ergreifen, die Feindin kleinzukriegen, oder sie wollen das Streitobjekt an sich reißen, wenn sich gerade die Möglichkeit dazu bietet. Da bleibt für achtsames Sichbesinnen kein Raum mehr. Der Zyklus dreht sich weiter, und aus Gier, Hass und Verblendung erwachsen Beleidigungen, Drohungen, Schläge, verächtlichmachende Propaganda, Kugeln oder Bomben. Jemand, dessen Wahrnehmung durch die Bedrohung seines Selbst-Bildes verzerrt ist, findet diese Umgangsformen durchaus einleuchtend. Im Folgenden soll das veranschaulicht werden.

In einem bestimmten Gebiet bemühen sich zwei verschiedene Guerillaarmeen darum, beim Volk Unterstützung zu finden. Der Politiker W hat sich einer der rivalisierenden Guerillagruppen angeschlossen, die für dieselbe Sache kämpfen. Zornig darüber, dass es nicht gelungen ist, Einfluss auf Herrn W auszuüben, macht ein Offizier der Wanta-Unabhängigkeits-Armee (WUA) den folgenden Scherz: „Vielleicht hört er eher auf uns, wenn wir ihm ein Loch in den Hinterkopf schießen.“

Als der Politiker davon hört, bekommt er verständlicherweise Angst. Er würde die Gegend gerne für eine Weile verlassen. Die Führer der Gruppe, mit der er verbunden ist, die Volks-Befreiungs-Streitkräfte (VBS), befürchten allerdings, dass seine Flucht als Anzeichen dafür gesehen würde, dass die WUA stärker sei. Diese Meinung würde das Eintreiben von Steuern durch die VBS beeinträchtigen. Außerdem denken die Mitglieder der VBS, dass man die Bemerkung absichtlich hat durchsickern lassen, um sie einzuschüchtern. Da sie die WUA-Führer kennen, können sie sich vorstellen, wer hinter dieser Taktik steckt. Sie denken, dass dieser Schachzug zu einer Strategie gehört, die dazu führen soll, der WUA die Herrschaft in der Region zu sichern.

Darum bestehen die VBS-Führer auf dreierlei: 1. soll Herr W bleiben und ganz normal weiterarbeiten, 2. soll etwas gegen Herrn X unternommen werden, der der WUA nahesteht. Ein Vorschlag unter anderen ist, eins seiner zurzeit unbewohnten Häuser anzuzünden. 3. werden Pläne für einen umfassenden Angriff auf die WUA gemacht, die bei den nächsten Anzeichen dafür, dass sie die Herrschaft in der Region übernehmen will, in die Tat umgesetzt werden sollen.

Der schwarze Humor des WUA-Offiziers und die heftige Reaktion der VBS-Führer sind durch vorangegangene Ereignisse bedingt. So grausam sie uns auch vorkommen mögen, den Beteiligten erscheinen sie als durchaus angemessen. Nach ihrer Auffassung ist die **einzig**e Möglichkeit, das Selbst-Bild der Gruppe zurückzugewinnen, dass sie jeden, der es angreift, zugrunde richten. Die **einzig**e Möglichkeit des Umgangs mit dem Gegner, die sie kennen, ist es, ihn zuerst einzuschüchtern und, wenn das nicht hilft, ihn zu töten. Das Beispiel scheint ungewöhnlich und extrem, aber das Prinzip wird häufig angewendet.

Um eine so schwierige Beziehung zu verbessern, braucht man einen geschützten Raum im Umkreis des Konfliktes, wo ein Gespräch stattfinden kann. Das bedeutet, wir brauchen ein Feld, in das der Same des friedlichen Zyklus *alobha-adosa-amoha* (Gegenteile von Gier, Hass und Verblendung) eingesät und begossen werden kann. Vertraulichkeit kann man mit dem schützenden Zaun um einen Obstbaumschössling vergleichen, der ihn zwar vor dem Wind beschützt, aber Regen und Sonne durchlässt. Vertraulichkeit ist deshalb so wichtig, weil sie uns einen Zugang zu dem verschafft, was die Streitenden zu ihren Worten und Handlungen veranlasst hat. Wenn erst einmal eine vertrauensvolle Beziehung hergestellt ist, kann die Mediatorin, die gute Freundin, einfühlsam und vernünftig mit den Streitenden über Themen sprechen, mit denen die Streitenden sonst nur schlechte Erfahrungen machen oder bei denen sie einander zum Nachgeben zu zwingen versuchen.

Spirituelle Übung und Vertraulichkeit

Der Wert der *kusala-mula* (der heilsamen Wurzeln des Handelns) für das Vertrauen liegt auf der Hand. Wir brauchen uns nur zu fragen, ob wir unsere größten Probleme und Verlegenheiten lieber jemandem anvertrauen würden, der selbstlos oder lieber jemandem, der egoistisch ist, jemandem, der mitfühlt, oder jemandem, der leicht ärgerlich wird, jemandem, der unvoreingenommen, oder jemandem, der gierig ist. Selbstzentriertheit, Hass und Gier trennen uns voneinander und von unserem eigenen Wesen. Selbstlosigkeit, Mitgefühl und Unvoreingenommenheit¹⁰³ dagegen sind wertvolle menschliche Eigenschaften, nach denen sich Menschen in der ganzen Welt sehnen und vor denen sie Hochachtung empfinden. Wenn jemand Hilfe braucht, wendet er sich, ohne zu überlegen, an einen guten Freund, der mitfühlend und nicht selbstzentriert ist.

Nur wenn wir achtsam sind, erwerben wir das Vertrauen anderer. Achtsamkeit ist ein Wächter.¹⁰⁴ Wenn wir aufmerksam zuhören, wie Menschen über ein Thema sprechen, merken wir meist, ob sie es vertraulich behandelt wissen möchten. Sicherer ist es allerdings nachzufragen. Wenn später wieder die Rede auf das Thema kommt, überprüfen wir, ob Vertraulichkeit dabei noch notwendig ist.

Der Wert der Vertraulichkeit im Mediationsprozess

Aus drei Gründen ist die Vertraulichkeit eines Gespräches von Wert:

1. Vertraulichkeit schafft den Raum, in dem wir heikle Themen in allen Einzelheiten erörtern können, ohne dass heftige Gegenreaktionen das Gespräch lahmlegen. Die Konfliktpartner fühlen sich weniger gehemmt, ihre wahren Gedanken und Gefühle bekannt zu geben. Da wir die sankharischen Wurzeln des Konflikts angehen und nicht an der Oberfläche herumfuschen wollen, ist das für uns als Mediatoren unbedingt notwendig. Die Streitenden werden uns ihre tiefsten Gedanken und Gefühle nur mitteilen, wenn sie uns vertrauen.

2. Wenn die Beteiligten starre Haltungen eingenommen haben, kann die Partei, die einen Kompromiss anbietet, von der anderen für schwach gehalten werden. Wenn aber Vertraulichkeit garantiert ist, kann eine Streitende einen heiklen Einfall mit der Mediatorin besprechen und sie vielleicht sogar darum bitten, der anderen Partei den Vorschlag anonym zu unterbreiten.

3. In einem späteren Stadium der Mediation werden mögliche Lösungen besprochen. Häufig möchte wenigstens eine der beiden Seiten nicht, dass etwas davon bekannt wird, ehe eine Übereinkunft erzielt worden ist. In einem solchen Fall müssen sich die Streitenden darauf verlassen können, dass wir nichts an die Öffentlichkeit bringen.

Vertraulichkeit - eine praktische Übung

Indiskretion kann verheerende Folgen haben, denn die wichtigsten Informationen beziehen sich direkt auf die - gefürchtete oder mögliche - Beschädigung des Selbst-Bildes. Deshalb müssen wir lernen, mit solchen Informationen angemessen umzugehen. Sorgsame Diskretion ist eine notwendige Voraussetzung für tiefes Vertrauen, zu dessen Entstehen wir beitragen wollen.

Nicht nur Feinde, sondern auch Freunde üben Druck auf uns aus. Bei jeder Aussage, die Streitende machen, sie sei formell oder informell, müssen sie daran denken, dass sie viele verschiedene Adressaten haben. Einerseits

sind da die „Feinde“, denen sie selbstsicher und stark erscheinen möchten, andererseits die Menschen ihrer eigenen Fraktion. Jeder denkt daran, wie er seiner Familie und seinen Freunden erscheinen wird. Die Politikerin denkt daran, was die Wähler ihres Wahlkreises von dem halten werden, was sie sagt. Der Guerilla-Führer denkt an die Reaktionen seiner Kameraden. Die Existenz von Rivalen innerhalb des eigenen Systems (z.B. eine eifersüchtige Schwester, eine aufstrebende Politikerin oder ein aufsteigender Guerillaoffizier) machen die Sache noch schwieriger. Die Streitende muss bedenken, wie eine Rivalin ihre Äußerungen ge- oder missbrauchen könnte, um ihre eigene Stellung zu verbessern und ihre zu verschlechtern. Wenn der Streitfall für die Presse interessant und ihr bekannt geworden ist, steht die Streitende unter dem zusätzlichen Druck, den Reportern Rede und Antwort zu stehen.

In ein paar Sekunden kann durch unbedachtes Reden ein in langer Zeit aufgebautes Vertrauen zerstört werden! Deshalb muss Diskretion in Bezug auf heikle Informationen zu einer Geisteshaltung werden. Man kann gar nicht genug betonen, wie wichtig es ist, diese Geisteshaltung zu erwerben bzw. zu besitzen. Im Folgenden wird sie näher erläutert.

Zu Beginn der Mediation sollten wir die Regeln der Vertraulichkeit mit den Streitenden besprechen. Wir erklären, dass wir Vertraulichkeit gemeinsam mit ihnen verantworten wollen, d.h. dass die Mediatorin und die Streitenden gemeinsam entscheiden, welche Themen vertraulich behandelt werden sollen.

1. Bei der Zusammenfassung am Ende jeder Sitzung überprüfen wir noch einmal, welches der in der Sitzung besprochenen Themen vertraulich behandelt werden soll. Dabei stellen wir heraus, welche Informationen, Vorschläge oder Ansichten heikel sind und klären, wie die Streitenden möchten, dass wir damit umgehen.

2. Wir müssen uns Notizen machen, und das kann zum Problem werden, weil jede, die mit einem Notizblock hantiert, die Assoziation Presse weckt.

Deshalb müssen wir glaubwürdig versichern, dass wir uns die Notizen nur machen, um das, was gesagt worden ist, für uns selbst genau rekonstruieren zu können, und nicht, um sie ändern mitzuteilen. Wenn wir unsere Notizen

auf die wichtigsten Punkte beschränken, gibt es noch weniger Grund zur Beunruhigung. Zusätzlich können wir statt Namen Codewörter oder Anfangsbuchstaben benutzen und versprechen, die Notizen zu vernichten, sobald der Konflikt vorüber ist.

3. Manchmal müssen wir Botschaften übermitteln, die äußerst vertraulich sind. Dabei besteht die Gefahr, dass die Partei, die die Botschaft empfängt, es für vorteilhaft hält, wenn sie das, was der „Feind“ gesagt hat, an die Öffentlichkeit brächte. Wir versuchen das zu verhindern, indem wir, noch bevor wir die Botschaft übermitteln, Folgendes zu bedenken geben:

„Im Gespräch mit Herrn O tauchte eine Idee auf, die wir Ihnen im Vertrauen mitteilen sollen. Im Augenblick ist es nur eine Idee. Er möchte ausloten, ob Sie denken, eine mögliche Lösung des Problems könnte in dieser Richtung liegen.

Wenn wir diese mögliche Lösung vertraulich behandeln, können wir in aller Ruhe darüber nachdenken, ohne dass wir sie öffentlich verteidigen müssen. Wenn wir später sicher sind, dass wir eine tragfähige Übereinkunft gefunden haben, können wir damit an die Öffentlichkeit treten.

Zum gegenwärtigen Zeitpunkt befinden sich Herrn Os Idee und Ihre Reaktion darauf noch im Versuchsstadium. Sie sind alle beide zu nichts verpflichtet, bis sie sich selbst für eine Verpflichtung entschieden haben.

Der Friedensprozess wird empfindlich gestört, wenn wir die Vertraulichkeit nicht einhalten. Er kann sogar ganz und gar zum Erliegen kommen. Alles wäre dann verloren.

Wenn die Idee bekannt würde, würde Herr O sie wahrscheinlich dementieren. Wir Mediatoren müssten dann bestätigen, dass es keine festen Angebote gegeben hat, sondern nur explorierende Gespräche.“

Zusammenfassung

Man kann gar nicht genug betonen, wie wichtig Vertraulichkeit für den Mediationsprozess ist. Wir sahen es schon in früheren Kapiteln: Buddha lehrte, dass die Wurzeln des Konflikts in der Wirkung von Gier, Hass und

Verblendung **hier und jetzt** in der Art und Weise liegen, wie die Streitenden Erfahrungen deuten und Entscheidungen treffen. Vertraulichkeit verschafft uns einen Zugang zum **gegenwärtigen** Denken der Streitenden. Ohne dass sie vor der Öffentlichkeit zu irgendetwas verpflichtet wären, können Menschen im Schutze der Vertraulichkeit ihre Annahmen in Ruhe überprüfen und sich über verschiedene mögliche Handlungsverläufe Gedanken machen.

Die Mediatorin fördert mit ihrer Diskretion das Vertrauen der Streitenden. Die Diskretion muss den ganzen Mediationsprozess hindurch beibehalten werden und danach noch so lange, wie die Themen heikel sind. Sie wird durch Achtsamkeit erreicht. Garantiert wird sie dadurch, dass am Ende jeder Sitzung in einer Zusammenfassung herausgestellt wird, was vertraulich behandelt werden muss. Der Aufwand für die Mediatorin ist gering - sie muss mit den ihr anvertrauten Informationen nur behutsam umgehen - , der mögliche Gewinn dagegen ist groß.

xxx16 Neutralität, Gleichgewicht und die *Kusala-mula*

Als Mediatoren arbeiten wir in Situationen, in denen das Misstrauen regiert. Manchmal ist es sehr schwer, den Anschein zu vermeiden, wir würden uns mit der einen oder anderen Seite verbünden. Wenn aus irgendeinem Grund eine Streitende die Überzeugung gewinnt, wir wären „auf der Seite der anderen“, wird unsere Aufgabe schwierig. Sue und Steve Williams schreiben über Mediation in gespaltenen Gesellschaften und stellen das Problem folgendermaßen dar:

„Die Konfliktdynamik in gespaltenen Gesellschaften zwingt die Menschen noch mehr als in nicht gespaltenen, Partei zu ergreifen und zu ihrem Entschluss zu stehen. Treue ist dort eine der wichtigsten Eigenschaften. Sie wird oft dadurch ausgedrückt, dass die Menschen an den Entscheidungen festhalten, die Eltern und Großeltern getroffen haben. Menschen, die in solchen Gesellschaften aufgewachsen sind und leben, fällt es sehr schwer, einem anderen zu glauben, dass er mehr als einen Standpunkt akzeptierend anhören, einander widersprechende Gefühle und Erfahrungen verstehen und mit mehr als einer Seite sympathisieren kann.“¹⁰⁵

Nicht nur die Erwartungen der Streitenden an uns können die Situation komplizieren, sondern auch unsere eigene Rollenunsicherheit. Die Streitenden erwarten im Allgemeinen, dass die Mediatoren sich „neutral“ verhalten werden. Im Allgemeinen wird die gewissenhafte Mediatorin bemüht sein, sich nicht auf die Seite der einen oder anderen Partei zu schlagen. Allerdings ist der Begriff „Neutralität“ anfällig gegen Missverständnisse. Das liegt auch an den Konnotationen des Wortes. Einige Streitende erwarten vielleicht, dass eine neutrale Mediatorin zu keiner Seite besonders freundlich sein wird, sondern nur eine Geschäftsbeziehung aufbauen will. Auf diese Weise kann die Mediatorin als eine Art Briefträgerin

missverstanden werden, die Botschaften hin- und herträgt und nur sehr oberflächliche Beziehungen zu beiden Seiten hat.

Um gute Mediationsarbeit zu leisten, braucht die Mediatorin aber einen viel engeren Kontakt zu den Streitenden. Mike Yarrow, ein Quäker-Mediator, meint, vollständige Neutralität sei gar nicht wünschenswert. Wir halten „ausgewogene Parteilichkeit“ für die ideale Beziehung, denn Mediation beruht auf freundschaftlichen Beziehungen¹⁰⁶ zu beiden Seiten. „Neutralität“ legt den Gedanken nahe, die Mediatorin wäre zurückhaltend und gleichgültig. „Ausgewogene Parteilichkeit“ dagegen bedeutet Fairness und schließt liebevolle Beziehungen zu beiden Seiten ein. Jean-Paul Lederach, ein Mennoniten-Mediator, der seinen Ansatz in der christlichen Spiritualität verankert, äußert sich ebenfalls über die Aufgabe der Mediatoren, Beziehungen zu beiden Seiten aufzubauen,¹⁰⁷ indem er sagt, in der Mediation könnten wir nur dann Zugang zu den Streitenden bekommen, wenn ein „Insider“ mit dabei sei, d.h. jemand, der bereits freundschaftliche und vertrauensvolle Beziehungen zu einer oder möglicherweise zu beiden Seiten habe. Im Mediations-Team sollte jemand sein, der eine gute Beziehung zur Streitenden hat.

Unvoreingenommenes Mitgefühl

Eine gewisse Ausgewogenheit erwächst ganz natürlich, wenn Dhamma geübt wird. Seine Grundelemente sind Achtsamkeit, Unvoreingenommenheit und Mitgefühl.

- Wenn wir achtsam auf den geistigen Prozess der Verblendung sind, werden wir aufnahmefähiger für das Denken anderer. Aufmerksame Selbst-Wahrnehmung verhindert, dass wir uns in ihre (oder unsere) Verblendung verstricken. Vielleicht stellen sich Vorurteile ein, aber wir sind jedenfalls in der Lage, sie zu überprüfen, bevor sie unser Verhalten beeinflussen.

- Wenn wir achtsam auf den geistigen Prozess der Entstehung von Gier sind, gewinnen wir eine unvoreingenommene Einschätzung der Bedürfnisse und Befürchtungen der Parteien. Aufmerksame Selbst-Wahrnehmung bewahrt uns dann davor, dass wir uns von unseren eigenen egoistischen

Interessen leiten oder uns vor den Wagen der Interessen einer der Parteien spannen lassen.

- Indem wir *metta* (Güte) und *karuna* (Mitgefühl) üben, entwickeln wir bedingungslose Freundlichkeit und gute Absichten für die Streitenden. Das schlägt sich in unseren Beziehungen zu ihnen nieder, indem es ihr Vertrauen stärkt.

Der Vorzug dieses Ansatzes, der in den festen Gewohnheiten spiritueller Übungen wurzelt, ist die positive Aussage. Sie steht im Kontrast zu dem eher leeren Begriff „professionelle Neutralität“, der nur besagt, dass keine Vorlieben vorhanden sind. Wie Jean-Paul Lederach und Mike Yarrow formulieren wir es positiv, indem wir sagen: die Beziehung ist ausgewogen parteilich.

Stärkung des unvoreingenommenen Mitgefühls - der Wert des stillen Kämmerleins

Ebenso wie bei der Vertraulichkeit ist es für das Schaffen und Aufrechterhalten der Ausgewogenheit notwendig, dass die Mediatorin ihre spirituelle Praxis auf den Konflikt anwendet. Dazu braucht sie viel Selbstdisziplin. Neben dem Ausüben von *sati* (Achtsamkeit) und *metta* (Güte) gibt es noch einen anderen wichtigen Aspekt: das Einbeziehen der spirituellen Wahrnehmung in das Alltagsleben.

Auch wenn wir alleine sind, dreht sich der *Paticca-samuppada*-Zyklus weiter in unserem Geist. Wir spielen in unserem Mediatoren-Kopf Szenen aus den Sitzungen nach. Solange wir mit dem Konflikt zu tun haben, bringen Erinnerungen an Sitzungen den Zyklus in Gang. Unser Geist führt eine Szene nach der anderen auf, und in allen spielt unser Selbst eine Hauptrolle. Wenn wir die Interaktionen achtsam betrachten, erscheinen sie uns in immer klarerem Licht. Wir überprüfen die Beziehungen zu beiden Seiten, wie wir sie in den einzelnen Sitzungen erlebt haben.¹⁰⁸ Mit einigen unserer Aktionen sind wir zufrieden, während wir bei der Erinnerung an andere Unbehagen empfinden. Warum sind wir mit manchen Worten oder Handlungen unzufrieden? Waren wir zu sehr mit uns selbst beschäftigt, waren wir voreingenommen, oder fehlte uns das Mitgefühl? Wir untersuchen die Sache

ohne Rücksicht darauf, dass die Erinnerung an unsere Fehler wehtut. Wenn wir den *Paticca-samuppada*-Zyklus zur Analyse unserer Fehler benutzen, stellen wir uns die folgenden Fragen:

1 und 2, *Avijja* und *sankhara* (Unwissenheit und karmische Gestaltungen):

Auf welche Weise beeinflusst unsere Selbstzentriertheit unser Verständnis der Situation? Wie können wir unser Verständnis erweitern?

3 *Vinnana* (Erkennen): Haben wir unbewusst zwischen Bemerkenswertem und Unwichtigem unterschieden? Wir müssen uns Zeit nehmen, einfach nur zuzuhören, und dürfen nicht interpretieren.

4 *Nama-rupa* (Person) : Gehen wir achtsam und sachgerecht mit den Menschen um, oder haben wir Gewohnheiten entwickelt, die unseren Umgang zum Ego-Trip verkommen lassen?

5 *Salayatana* (Sinnenbereich): Was wählen wir aus, oder wonach suchen wir, wenn wir an die Gespräche mit den Streitenden denken? Nehmen wir ebenso die Art und Weise wahr, in der die Menschen sprechen, wie wir das wahrnehmen, was sie inhaltlich sagen, also auch Mimik und Gestik? Sind wir zu sehr auf den Inhalt dessen, was sie sagen, fixiert, um außerdem noch irgendetwas anderes zu bemerken?

6 *Phassa* (Berührung): Bemerkten wir es, wenn wir den Konflikt berühren? Während der Sitzung ist das leicht (dann wird das körperliche Ereignis *phassa*), aber bemerken wir es in dem Augenblick, wenn die Erinnerungen an den Konflikt gerade aufsteigen, oder erst später, wenn sie schon im Gange sind? Um unsere mit dem Konflikt beschäftigten Gedankengänge zu beobachten, müssen wir alle Berührungen mit dem Thema wahrnehmen.

7 *Vedana* (Empfindung): Welche Empfindungen steigen in uns auf, wenn wir die Streitenden sehen oder uns an sie erinnern? Indem wir auf unsere Empfindungen achten, bemerken wir, ob sie sich in ablehnende Haltungen zu verwandeln beginnen. Das führt zur Verwirklichung von *metta* (Güte).

8 *Tanha* (Begierde oder „Durst“): Welche Wünsche steigen in uns auf? Entwickeln wir unsere eigenen Pläne oder Ziele im Mediationsgespräch, oder lassen wir uns auf die der Streitenden ein?

9 *Upadana* (Ergreifen oder Haften): Entwickeln wir unseren Wünschen entsprechende Erwartungen an uns und die Streitenden? Haben wir die Neigung, sie oder uns zu loben oder zu tadeln? Wir könnten z.B. denken: „Das habe ich wirklich gut gemacht! Noch vor drei Tagen haben sich die Leute angeschrien, und jetzt sprechen sie konstruktiv miteinander!“ Oder „Wenn Frau X nicht so zickig wäre, könnten wir viel besser vorankommen!“

10 *Bhava* (Werden): Mit welchen Aspekten identifizieren wir uns während der Mediationserfahrung? Vielleicht ist es die Erfahrung, im Besitz von Geheimnissen zu sein? Vielleicht die, dass wir im Mittelpunkt stehen? Vielleicht auch das Gefühl, dass es uns gut geht und wir alles in der Hand haben, während andere in Bedrängnis sind? Wie in jeder kreativen Betätigung gibt es eine Menge Erfahrungen, mit denen wir uns identifizieren können.

11 *Jati* (Geburt bzw. Wiedergeburt): Welche Wiedergeburten oder Veränderungen in unserem Selbst-Bild sind zu erkennen? Vielleicht sehen wir uns als „Mediatoren“, als besondere Menschen, die sich auf höherem moralischen Niveau bewegen als Menschen, die in Konflikte geraten. Die Neigung, auf die Streitenden herabzusehen, ist ein sicheres Anzeichen von Ego-Geburt. Unser Selbst erscheint uns als etwas ganz Besonderes. Vielleicht denken wir: „Mit einem bisschen gesundem Menschenverstand und etwas Anstand hätten sie das Problem längst lösen können.“

12 *Jara-marana* (Altern und Sterben): Wollen wir das Zerfallen unseres Selbst-Bildes zulassen und wahrnehmen? Wir haben z.B. plötzlich das Gefühl, dass wir ohne Freunde dastehen und ausgebeutet werden, nachdem wir uns eben noch als Mittelpunkt und Leiter des Mediationsprozesses sahen. Vielleicht ertappen wir uns dabei, wie wir für eine Seite Partei ergreifen, während wir eben noch glaubten und stolz darauf waren, ausgewogen parteilich zu sein. Versuchen wir diese Wahrnehmungen zu unterdrücken, oder sind wir bereit, sie zu durchleiden und daraus zu lernen? Sind wir dazu bereit, uns verwundbar zu machen? Wenn wir den Zerfall erkennen und zulassen, schaffen wir uns damit eine Gelegenheit für tiefe Veränderungen. Wenn wir uns weigern, die Wahrheit zu erkennen, tragen wir die Fehlerhaftigkeit des gerade vergehenden Selbst-Bildes in das kommende weiter und bereiten damit den nächsten Misserfolg vor.

Wenn wir erkannt haben, welche Fehler wir im Umgang mit den Streitenden begehen, können wir sie korrigieren. Schon bevor wir die Streitenden beim nächsten Mal treffen, gibt es wahrscheinlich etwas zu verbessern: Vielleicht müssen wir unsere Haltung vollständig ändern, oder wir müssen beim Zuhören auf alle Interpretationen verzichten, oder wir müssen lediglich vorher noch eine Nachricht übermitteln. Wichtig ist es vor allem, dass wir die vertiefende Einsicht, die Achtsamkeit bei uns bewirkt hat, in unsere Beziehung zu den Streitenden einbringen. Nachdenken im stillen Kämmerlein führt, wenn wir es so nutzen, zu erhöhter Sensibilität im Mediationsprozess.

Anleitung zur Ausgewogenheit

Buddha unterscheidet vier *agati*, d.h. Neigungen oder Vorurteile. Diese vier sind *chandagati* (Vorurteil aus Zuneigung), *dosagati* (Vorurteil aus Hass), *mohagati* (Vorurteil aus Täuschung, Verblendung) und *bhayagati* (Vorurteil aus Furcht). Wir verhalten uns ausgewogen, wenn wir zu beiden Seiten gute Beziehungen entwickeln und in unserer Haltung alle *agati* (Vorurteile) vermeiden.

1. Chandagati (Vorurteil aus Zuneigung)

Oft kennen wir Mediatoren wenigstens eine der Streitenden, bevor wir zur Mediation aufgefordert werden. Deshalb könnte uns *chadagati* beeinflussen. Wir müssen gleich zu Anfang der Mediation klar und deutlich sagen, mit welcher der Parteien wir schon vorher Kontakt hatten. Es ist besser, gleich darüber zu sprechen, als später lange Erklärungen abgeben zu müssen, nachdem die Betreffende es von anderer Seite gehört hat. Vorausgehende Kontakte mit einer der Seiten bedeutet nicht, dass wir als Mediatoren für diesen Fall ungeeignet wären, es sei denn eine der Streitenden meint, wir würden uns davon (gegen sie) beeinflussen lassen. Wenn wir uns selbst klar darüber sind, dass wir möglicherweise einer Seite stärker zuneigen, weil wir sie schon kennen, dann werden wir besonders genau darauf achten, ob sich das auf unser Verhalten auswirkt. Wir sollten gleich zu Anfang versichern, dass wir uns darum bemühen werden, früheren Kontakten mit einer der Parteien keinen Einfluss auf die Mediation einzuräumen.

2. *Dosagati* (Vorurteil aus Hass)

Mediatoren sind ganz normale Menschen, die Vorlieben und Abneigungen entwickeln. *Dosagati* kommt also durchaus vor, da Konflikte viel böses Blut in Fluss bringen. Menschen im Konflikt sind oft unausstehlich. Da ist die Versuchung für die Mediatorin groß, eine Seite zu mögen und die andere abzulehnen. Manchmal betrügen wir uns selbst darüber. Aber vielleicht bemerkt eine der Parteien, dass wir die andere vorziehen. Um das nicht zu tun, müssen wir genau auf unsere Gedankengänge achten und regelmäßig *metta* (Güte) üben. Die Art und Weise, wie wir *metta* praktizieren, müssen wir natürlich der Befindlichkeit unserer Streitenden anpassen. Wir kämen nicht weit damit, wenn wir Menschen, die traurig oder ärgerlich sind, ständig anlächelten. Das *Majjima Nikaya* gibt an einer Stelle Buddhas Lehre folgendermaßen wieder:

„Da habt ihr euch nun, meine Mönche, wohl zu üben: ‘Nicht soll unser Gemüt verstört werden, kein böser Laut unserem Munde entfahren, freundlich und mitfühlend wollen wir bleiben, liebevollen Gemütes, ohne heimliche Tücke; und jene Person werden wir mit liebevollem Gemüte durchstrahlen: von ihr ausgehend werden wir dann die ganze Welt mit liebevollem Gemüte, mit weitem, tiefem, unbeschränktem, von Grimm und Groll geklärtem (Gemüte), durchstrahlen’: also habt ihr euch, meine Mönche, wohl zu üben.“¹⁰⁹ Neumann, Bd. I, S. 149.

3. *Bhayagati* (Vorurteil aus Furcht)

Manche Streitenden setzen die Mediatoren unter Druck, um sie zu bestimmten Handlungen zu bewegen. Drohungen hat es schon überall gegeben: im Streit innerhalb von Organisationen, in Bürgerkriegen und im Streit um Lärmgrenzen zwischen Nachbarn. Je nach den Umständen sind die Drohungen verschieden stark, aber sie lassen sich alle auf die Formel bringen: „Entweder du tust, was ich sage, oder es passiert etwas!“ Drohungen schaffen (fast immer) *bhayagati* (Vorurteil aus Furcht). Der verstorbene Edward Conze sagte einmal, man dürfe Drohungen niemals nachgeben, weil

sonst ein Beziehungsmuster von Ego-Illusionen entstände, das man kaum wieder loswerden könnte.¹¹⁰

Wie verhalten wir uns, wenn in der Mediation Drohungen gegen uns ausgesprochen werden? Wir behalten sie aufmerksam im Blick, beobachten unsere Reaktionen und begrenzen damit den Einfluss, den sie sonst auf unsere Mediatoren-Pflichten haben könnten. Wenn wir uns selbst und denen, die uns drohen, mit liebevoller Freundlichkeit begegnen, entsteht in uns ein nicht unterzukriegendes Wohlwollen, das es uns ermöglicht, freundliche Initiativen zu ergreifen, auch wenn uns Feindseligkeit entgegenschlägt. Mit Freundlichkeit im Herzen können wir vielleicht die Situation so lange im Gleichgewicht halten, bis wir herausgefunden haben, warum die Drohung ausgesprochen wurde. Dann setzen wir uns mit den Hintergründen auseinander. Allerdings fußt die in diesem Buch beschriebene Mediation auf guten Beziehungen zwischen der Mediatorin und beiden Konfliktparteien. Wenn also die Streitenden Drohungen gegen uns aussprechen, sollten wir uns ernsthaft überlegen, ob die Beziehung (noch) gut genug ist, um uns unsere Arbeit als Mediatoren zu ermöglichen.

4. *Mohagati* (Vorurteil aus Täuschung, Verblendung)

Mohagati ist schwerer ausfindig zu machen als die anderen Vorurteile, weil wir die Art unseres Verstehens verstehen müssen. Verblendung, so haben wir schon gesehen, wird durch Zyklen gespeist, in denen *bhava-tanha* herrscht: Wir wollen das **werden**, was unserem Bild von uns entspricht. Manchmal denkt jede Mediatorin, dass sie eine gute Mediatorin sei und viel von Mediation verstehe. Aber wenn wir das denken, wechselt der Brennpunkt unserer Aufmerksamkeit von den Streitenden zu uns selbst, sodass wir gegen das, was sich mit den Streitenden abspielt, unempfindlicher werden. Der folgende Fall mag das beleuchten:

Herr T hat schon oft als Mediator gewirkt, und zwar jedes Mal erfolgreich. Er hat sich eine Arbeitsweise angewöhnt, bei der er sicher ist dass er alle Streitenden gleich behandelt. Er hält sich infolgedessen für einen guten Mediator.

Sein nächster Fall betrifft zwei Krankenhausdirektoren, Herrn A und Frau B. Herr T trifft sich mit beiden nacheinander und stellt sich selbst und die Mediationsmethode vor. Frau B fragt während des ersten Gesprächs interessiert nach, während Herr A sehr zurückhaltend ist und nur fragt, wie lange die Mediation wohl dauern werde. Trotzdem ist Herr T mit dem Ergebnis der beiden Gespräche zufrieden, denn er konnte die Mediationsmethode vollständig erklären.

Frau B zeigt im Laufe der Mediation die Bereitschaft, viele Stunden im Gespräch zu verbringen, während Herr A mit seiner Zeit geizt und auch sonst weniger Eifer bei der Zusammenarbeit zeigt. Herr T denkt, dass Herr A ein schwieriger Mensch sei, mit dem man schlecht zusammenarbeiten könne. Er denkt: „Dieser Kerl würde sich auch noch auf dem Mond mit jemandem streiten.“

Die ganze Zeit über denkt T, er wäre ein guter Mediator und täte genau das Richtige. Deshalb achtet er nicht genug auf As Zustand. Anstatt den Gründen für As Widerwillen nachzugehen, tadelt er ihn. Er entwickelt eine Abneigung gegen A. Die Gespräche zwischen dem Mediator und den Streitenden verlaufen sehr verschieden, sodass T die Ausgewogenheit verliert. Während er meint, das sei ganz und gar As Schuld, erscheint es dem benachteiligten A so, als gäbe es eine Verschwörung gegen ihn.

Wenn Achtsamkeit als Wächter fungiert, kann sie zur rechten Zeit die Gefahr ausfindig machen und damit verhindern, dass das Selbst-Bild-als-Mediator Besitz von uns ergreift. Achtsamkeit ist der Pfeiler, der uns immer wieder dabei unterstützt, dass wir die Streitenden genau wahrnehmen.¹¹¹

Mit Hilfe einer ausgewogenen Beziehung auf Gerechtigkeit drängen

Als Friedensstifter sollen wir Gerechtigkeit bewirken. Wenn die Streitenden unser Urteil für ausgewogen halten, messen sie unserer Kritik mehr Gewicht bei, als wenn sie aus dem Mund ihrer Feinde käme.

Ein gutes Beispiel dafür bietet Buddhas Mediation beim Streit um das Wasser des Flusses Rohini.¹¹² Buddha befragt den König von Sakya über die Gerechtigkeit seiner Kriegspläne. Auf ähnliche Weise können Mediatoren auf jeder Stufe mit den Streitenden darüber sprechen, welche Folgen ihr Handeln

für andere haben wird. Da die Aussagen aus vertrauenswürdiger Quelle stammen, wird ihnen oft beträchtliches Gewicht beigelegt. Adam Curle berichtet über eine solche Erfahrung:

„Auf einer unserer Reisen nach Biafra wurden mein Freund Walter und ich auf einen Markt mitgenommen, wo hundertachtundzwanzig Frauen, die meisten mit Säuglingen auf dem Rücken, von einer heimtückischen Splitterbombe in Stücke gerissen worden waren.“¹¹³

Zurück in der Hauptstadt, traf Adam den General Gowon, der für den Anschlag verantwortlich war. Er erzählte ihm, was er gesehen hatte. Der General zeigte sich betroffen, aber dann sagte er, dass das grauenvolle Ereignis einem guten Zweck dienen könnte. Es könnte die Biafraner lehren, dass sich Rebellion nicht bezahlt mache. Adam fährt fort:

„Ich sagte: Entschuldigen Sie, dass ich das sage, aber es hatte die genau entgegengesetzte Wirkung. Sie sagen: Wenn die Nigerianer Frauen und Säuglinge töten, die ja nun wirklich keine militärischen Ziele sind, dann ist es also wahr, was wir über Völkermord gehört haben: Sie wollen uns alle töten. Deshalb ist es besser, so lange wie möglich zu kämpfen, als zu warten, bis wir elendig abgeschlachtet werden. Wir können ja immer noch auf ein Wunder hoffen. Er verstand, was ich meinte, und nickte düster. Er nahm mir meine Offenheit nicht übel.“¹¹⁴

Wir können zwar während der Mediation Kritik üben, aber wir dürfen die Kritik nicht in die Öffentlichkeit tragen. Das würde die Mediationsbeziehung zu Grunde richten. Wenn wir Personen oder Institutionen öffentlich wegen der Verletzung von Menschenrechten kritisieren, führt das zu Schwierigkeiten. Wir müssen uns darüber im Klaren sein, dass wir nicht gleichzeitig eine Kampagne, die eine Regierung zur Einhaltung der Menschenrechte drängen soll, unternehmen und erwarten können, als Mediatoren akzeptiert zu werden. Aber das Dilemma ist nicht allzu groß, da es ja Organisationen gibt, die beim internationalen Schutz der

Menschenrechte gute Arbeit leisten. Wir können ihnen getrost die Kampagnen überlassen.

Zusammenfassung

Strenge Neutralität ist ein zu negatives Ideal für Mediation mit spiritueller Grundlage. Unvoreingenommenes Mitgefühl ergibt sich ganz natürlich aus der buddhistischen Spiritualität und ist eine sichere Grundlage für den ausgewogenen Umgang der Mediatoren mit den Streitenden. Wegen ihrer spirituellen Wurzeln ist Achtsamkeit während der Gespräche und im stillen Kämmerlein ein gutes Hilfsmittel, um gleichwertige Beziehungen zu beiden Parteien aufzubauen. Wir sollten nach den vier Arten von Vorurteilen (*agati*) Ausschau halten und unsere ausgewogenen Beziehungen dazu benutzen, auf Gerechtigkeit zu drängen.

17 EINFÜHLSAM ÜBER GEFÜHLSBELADENE THEMEN SPRECHEN

Als Mediatoren müssen wir Themen ansprechen, die in den Streitenden heftige Gefühle hervorrufen, und wir müssen ihnen Dinge sagen, die sie nicht gerne hören. Wir sollten beides tun, ohne die Menschen noch mehr zu verstimmen, als sie es durch den Konflikt ohnehin schon sind. Wir wollen jetzt überlegen, wie es dazu kommt, dass sich Themen derartig mit Gefühlen aufladen, und was das Dhamma über mitfühlendes Sprechen lehrt. Anschließend wollen wir einen Blick auf die westliche Konfrontations-Technik werfen und zeigen, wie Mediatoren Ungerechtigkeiten entgegenwirken, indem sie *metta* und *panna* ausdrücken.

Wodurch laden sich Themen mit Gefühlen auf?

Wenn Menschen während eines Streites einander beleidigen oder auf andere Weise gegenseitig ihre Gefühle verletzen, verbinden sich die daraus erwachsenen Gefühle von Unsicherheit und Ärger mit den Themen, über die sie gestritten haben. Wenn sie später noch einmal an das Thema denken, tauchen diese Gefühle wieder auf und verquicken sich mit Einzelheiten des Streitthemas. Auf diese Weise wird es den Streitenden unmöglich, an einige Streitpunkte auch nur zu denken, ohne dass sie Bitterkeit empfinden. Die sich anschließenden Auseinandersetzungen über das Thema verlaufen erwartungsgemäß destruktiv: Ärger flammt wieder auf, und noch mehr Beleidigungen werden ausgetauscht. Der Ärger aus jedem weiteren Gespräch steigert die Bitterkeit, die den Themen inzwischen anhaftet, sodass die Chance für eine vernünftige Auseinandersetzung immer weiter sinkt. Streitende können dann nicht mehr konstruktiv über das sprechen, was sie trennt. Es gehört zu unseren Aufgaben als Mediatoren, diese heiklen Themen herauszufinden und zu analysieren, denn gerade sie haben die größte Bedeutung im Konflikt.

Oft sprechen Streitende sehr hässlich über die Gegnerin, und manche wollen sogar, dass wir Beleidigungen überbringen. Was ist da zu tun? Sollen wir die hässlichen Ausdrücke übergehen, oder sollen wir das überbringen,

was die Streitenden gesagt haben? In früheren Kapiteln haben wir ausgeführt, dass es das Ziel der Mediatorin sein sollte, einen Kommunikationskanal zu schaffen, der durch *panna* (Weisheit), *metta-karuna* (Güte-Mitgefühl) und *aloha* (Nicht-Gier, Großzügigkeit) gekennzeichnet ist. Wir haben auch darauf hingewiesen, wie Mediatoren das in die Praxis umsetzen können. Besonders schwer ist das, wenn Themen mit Ärger und Bitterkeit beladen sind.

Was das Dhamma über mitfühlendes Sprechen lehrt

Einfühlsam sprechen umfasst die Entscheidung zum Sprechen und das Herausarbeiten der besten Art und Weise, das zu sagen, was gesagt werden muss.

Die Entscheidung zum Sprechen

Im *Majjima Nikaya* wird diese Frage behandelt. Die Antwort ist: Manchmal müssen wir die Regeln der Höflichkeit beiseitelassen und unangenehme Wahrheiten auf den Punkt bringen und präzise ausdrücken. Prinz Abaya wird vom Dschaina Nariputta dazu gedrängt zu fragen, ob Buddha den Menschen auch Unangenehmes sagen könne. Wenn Buddha die Frage bejaht, dann soll der Prinz Abaya sagen, Buddha unterscheide sich in nichts von anderen Menschen. Wenn Buddha aber verneint, dann soll er von Devadatta sprechen, den Buddha schwer tadelte, bevor Devadatta den Sangha verlassen musste. Aus den ersten Worten des Prinzen erkennt Buddha, dass er ihm eine Falle stellen will. Er benutzt die Gelegenheit, um ihn über das Thema 'jemandem etwas Unangenehmes sagen' zu belehren. Er beginnt mit einer Parabel:

„Während dieses Gespräches nun hatte Abhaya der Königsohn einen zarten Knaben ... auf dem Schoße sitzen. Da sprach der Erhabene zu Abhaya ... : 'Was meinst du wohl, Königsohn: wenn dieser Knabe ... ein Holzstück oder einen Scherben in den Mund nähme, was würdest du mit ihm machen?'

'Ich würd' es ihm wegnehmen, o Herr! Wenn ich es, o Herr, nicht gleich von Anfang an wegnehmen könnte, so würd' ich mit der linken

Hand seinen Kopf halten und mit der rechten einen Finger krümmen und es ihm, selbst blutig, herausziehen. Und warum das? Weil mich, o Herr, der Knabe erbarmt.' 'Ebenso nun auch, Königsohn, kennt der Vollendete Worte, von denen er weiß, dass sie unwahr, unecht, unheilsam und den anderen unlieb und unangenehm sind, und mag der Vollendete solche Worte nicht sagen; und kennt der Vollendete Worte, von denen er weiß, dass sie wahr und echt und unheilsam und den anderen unlieb und unangenehm sind, und mag der Vollendete auch solche Worte nicht sagen, doch kennt der Vollendete Worte, von denen er weiß, dass sie wahr und echt und heilsam und den anderen unlieb und unangenehm sind, und mag da der Vollendete die Zeit erlauben, solche Worte zu reden. Es kennt der Vollendete Worte, von denen er weiß, dass sie unwahr, unecht, unheilsam und den andern lieb und angenehm sind, und mag der Vollendete solche Worte nicht sagen; und kennt der Vollendete Worte, von denen er weiß, dass sie wahr und echt und unheilsam und den andern lieb und angenehm sind, und mag der Vollendete auch solche Worte nicht sagen; doch kennt der Vollendete Worte, von denen er weiß, dass sie wahr und echt und heilsam und den anderen lieb und angenehm sind, und mag da der Vollendete die Zeit erlauben, solche Worte zu reden. Und warum das? Weil, Königsohn, den Vollendeten die Wesen erbarmen.'¹¹⁵

Wenn etwas den Tatsachen entspricht, wahr ist und zum spirituellen Ziel führt, dann müssen wir es aussprechen. Damit die Hörerin nicht beleidigt wird, müssen wir sorgfältig überlegen, wie und wann wir es sagen, aber sagen müssen wir es in jedem Fall.

Wie man einfühlsam spricht

Wie sollen wir also sprechen, wenn wir etwas Schwieriges sagen müssen? Buddha lehrt im *Sangiti Sutta* des *Digha Nikhaya* ein Fünffaches:

„Beim Ermahnen, ihr Brüder, muss ein Mönch, der einen andern ermahnen will, fünf Dinge bei sich beobachten um den andern ermahnen zu können: 'Zur Zeit will ich reden, nicht unzeitig; zur Sache

will ich reden, nicht unsachlich; besänftigend will ich reden, nicht verletzend; zu Nutzen will ich reden, nicht zu Schaden; im Geiste der Liebe will ich reden, ohne heimliche Tücke.“¹¹⁶

„Ich will im passenden Augenblick sprechen, nicht im unpassenden Augenblick.“

Wie finden wir den passenden Augenblick? Am wichtigsten ist es, dass wir der Streitenden zum Zeitpunkt des Gesprächs eine sichere und freundliche Umgebung bieten, wo wir gemeinsam ruhig über alles nachdenken können. Wie wir in früheren Kapiteln gesehen haben, gehen Konflikthaltungen aus den sich wiederholenden *Paticca-samuppada*-Zyklen hervor. Deshalb müssen wir darauf achten, in welchem Stadium des Zyklus die Streitende gerade ist, um besser beurteilen zu können, wann wir sie am besten ansprechen. Zeiten von *upadana* sind nur dann fruchtbar, wenn es im Streit gerade um das geht, was die Streitende anstrebt. *Jara-marana* ist günstiger für achtsame Betrachtungen als andere Stadien; es ist ein sehr geeigneter Zeitpunkt. Aber auch in *tanha* ist Nachdenken möglich. Wir sollten Zeit und Umstände so wählen, dass das Gespräch unter vier Augen stattfinden kann, ohne dass Zuhörer dabei sind, denn sie könnten Druck auf die Streitende ausüben. Wir müssen auch dafür sorgen, dass niemand Unbefugtes zuhört: Cafés und Hotelhallen sind sicherlich nicht die am besten geeigneten Plätze, um Vertraulichkeit zu garantieren.

„Ich will aussprechen, was wahr ist, nicht, was erfunden ist.“

Konflikte sind voller Unterstellungen. Häufig werden die Doktrinen der anderen übertrieben, um sie in Misskredit zu bringen. Wir alle tragen unbewusst Glaubenssätze, Neigungen und Vorurteile mit uns herum, die uns anfällig für Konflikte machen. Oft interpretieren die Streitenden das Handeln der anderen Partei falsch. Diese falschen Interpretationen werden dann für Abbilder der Wirklichkeit gehalten. Da die Kommunikation während eines Konflikts dürftig ist, gibt es wenig Gelegenheit, die Interpretationen im Gespräch zu überprüfen.

Oft beschimpfen die Streitenden einander wütend als Egoisten, Lügner, Betrüger, unreif, herrschsüchtig usw. Jede schlechte Eigenschaft, die

die Streitende der Feindin zuschreibt, bestätigt sie in dem Glauben, sie wäre besser als ihre Feindin. Die Feindbilder seien frei erfunden, sagt Buddha, denn sie verzerrten die Realität. Solange sie in Umlauf sind, gibt es wenig Hoffnung auf Frieden.

Die Aufgabe der Mediatorin ist es auszusprechen, was wahr und nicht, was unwahr ist. D.h. wir müssen uns damit zufrieden geben, das, was wir von einer Streitenden zur anderen weitergeben sollen, so genau wie möglich zu formulieren. Dazu bedarf es großer Achtsamkeit (*sati*). Wir müssen den geistigen Prozess verstehen: Wie kamen die Streitenden dazu, das zu sagen, was sie sagten? Wir fragen danach:

„Sie sagen, dass Sie Herrn X für einen Lügner und Betrüger halten. Können Sie mir sagen, wie Sie darauf gekommen sind?“

Wenn wir achtsam sind, unterscheiden wir die Tatsache, dass die Gegenpartei sich wirklich falsch verhalten hat, von der bloßen Interpretation, sie hätte sich falsch verhalten. Wir teilen der anderen Partei nicht das Ergebnis des Gedankenganges mit, sondern wir sprechen von Ereignissen, Gefühlen und Interpretationen, die zu diesem Ergebnis geführt haben.

Was bedeutet das in der Praxis? Nehmen wir den folgenden Fall an: Herr E beschuldigt Herrn F, ein Lügner zu sein. Wenn E an F denkt, denkt er an ihn als an einen Lügner. Mit dem Bild, das E von F hat, verbinden sich Ärger und Verachtung. E fühlt sich F überlegen. E sagt F, dem Besitzer einer Autowerkstatt, nicht direkt, dass er ein Lügner sei, sondern er geht zu unseren beiden Mönchen:

Der gebrauchte Lastwagen. 1. Episode

Eines Abends kommt Herr E zum Tempel und möchte mit Phra C und Phra D sprechen. Er erzählt den beiden Mönchen, dass er vom Werkstattbesitzer Herrn F einen Lastwagen gekauft habe. Dann erklärt er : „Der Gauner, Herr F, hat mich über den Wagen, den ich gekauft habe, angelogen. Er sagte, er wäre in gutem Zustand, aber tatsächlich ist er ein Wrack. F ist ein Lügner und Betrüger!“ Den Mönchen fällt die

Bitterkeit auf, mit der E das Wort „Lügner“ ausspricht. Phra D sagt: „F muss ein sehr schlechter Mensch sein.“ Phra C antwortet Phra D: „Wir sollten vorsichtiger mit unseren Gedanken und Worten umgehen. E hat uns ein recht komplexes Bild von F gezeichnet. Ich bin sicher, es ist ihm wirklich ernst damit. Aber stimmt auch alles in dem Bild?“ Dann sagt er zu E: „Mein Freund, ich sehe, dass Sie sehr verärgert sind. Würden Sie mir wohl bitte genau sagen, wie Sie darauf gekommen sind, dass F sie angelogen und betrogen hat?“

E antwortet: „Als ich den Lastwagen kaufte, sagte mir F, den ich seit Jahren kenne, dass das Auto in gutem Zustand sei. Schon am nächsten Tag entdeckte ich, dass der Kühler wie ein Sieb leckte und der Motor sich überhitzte. Er hat mich betrogen.“

Phra C sagt: „Sie denken also, dass er Sie bewusst getäuscht hat, weil er das Auto loswerden wollte. Das hat Sie doch sicherlich sehr geärgert. Sagen Sie mir bitte, hat das Ihr Geschäft beeinträchtigt?“

E: „Und wie! Weil er mich angelogen hat, kann ich meine Verpflichtungen nicht einhalten! Ich werde diese Woche wohl wenigstens einen guten Kunden verlieren, nur weil der Ganove mich angeschissen hat. Ich würde mir ja einen Lastwagen mieten, aber ich kann mir das im Augenblick nicht leisten.“

Die beiden Mönche gehen in die Werkstatt zu Herrn F und fragen ihn, ob er Zeit habe, mit ihnen zu sprechen. Dann stellen sie sich vor und erklären ihm Herrn Es Problem auf folgende Weise: „Es gibt da etwas, das Herr E nicht versteht: Obwohl Sie ihm gesagt hatten, Sie hätten den Wagen inspiziert und er sei in gutem Zustand, fand er am folgenden Tag große Öl- und Wasserpfützen darunter. Er denkt, dass der Kühler leak und der Motorblock gerissen ist.“

Herr F ist betroffen: „Der Wagen schien mir in gutem Zustand zu sein, als ich ihn verkaufte.“

Nach einer Pause fährt Phra C fort: „Da der Motor sich überhitzt, kann er den Wagen nicht benutzen, und das beeinträchtigt sein Geschäft. Er befürchtet, dass er in dieser Woche noch Kunden verlieren wird.“ Phra C macht ein paar Sekunden Pause. „Er denkt, er wurde

über den Zustand des Wagens falsch informiert. Deshalb ärgert er sich.
Wie sehen Sie die Sache?“

Die Mönche haben die verschiedenen Elemente von Es Auffassung herausgearbeitet und ihr Ergebnis ruhig und unvoreingenommen dem F mitgeteilt. Welch ein Kontrast zur Anklage: „Er ist ein Lügner und Betrüger“! Herr Es Verdacht wurde ausgesprochen, aber ohne Anschuldigung. Für den Werkstattbesitzer ist jetzt der Weg frei, seine eigene Auffassung darzulegen.

Dass die Mediatoren für Wahrhaftigkeit sorgen, bestimmt den Ablauf des Konflikts in zweierlei Hinsicht. Zum einen beseitigen sie Unwahrheiten und Missverständnisse. Zum anderen beeinflusst ihre Haltung die Streitenden: Auch sie formulieren sorgfältiger.

„Ich will sanft sprechen, nicht barsch.“

Die Mönche haben Herrn F die Gefühle Herrn Es mitgeteilt. Aber sie haben Feindseligkeit und Aggressivität der Anschuldigung weggelassen und nur die Gefühle genannt, bei denen er das Gesicht wahren konnte. Sie haben darauf hingewiesen, dass Herr Es Geschäft geschädigt worden ist und dass er sich deshalb ärgert. F sieht nun ein, dass Es Ärger ganz vernünftig ist. Die Mönche haben nur so viel gesagt, dass F Bescheid weiß, ohne dass er sich beleidigt fühlt. Und auch E hat nicht das Gesicht verloren.

„Ich will sprechen, weil ich sein Bestes will, nicht, weil ich ihn verletzen will.“

Ein *Paticca-samuppada*-Zyklus, der an *dosa* (Hass) orientiert ist, schließt *vibhava-tanha* (Begehren nach Vernichtung) des Selbst des Feindes ein, den Wunsch nach Schaden und Herabsetzung. Der Wunsch nach Gutem für den Feind stärkt den nicht-bösen Willens, das *adosa*. Wir nehmen eine Haltung an, die Martin Luther King „kreativen guten Willen“ genannt hat. Mit kreativem guten Willen suchen die Mönche nach einer Lösung, die für beide Seiten gut ist. Wenn E und F diese Haltung der Mönche spüren, fühlen sie sich sicherer und sind eher bereit, Kritik anzunehmen.

„Ich will mit Liebe im Herzen sprechen, nicht mit Feindschaft.“

Die Mönche sprechen unvoreingenommen und freundlich - im Gegensatz zum bösen Willen und zur Verachtung, mit der E selbst F den Fall vorgetragen hätte. Da die Mönche als Freunde und nicht als Feinde kommen, braucht F sich nicht zu verteidigen. Mit *metta* (Güte) im Herzen können wir auch die heikelsten Themen besprechen.

Buddhaghosa stellt verschiedene Möglichkeiten dar, den bösen Willen zu vermindern. Neben der Pflege von *metta* empfiehlt er, dass jemand, in dem Ärger aufsteigt, bedenken sollte, welche schlechten Auswirkungen diese Haltung auf sein eigenes spirituelles Vorwärtskommen hätte. Der Feind leidet nur vielleicht unter unserem Hass, uns selbst aber schädigt er mit größerer Sicherheit. Obwohl er sich gegen den Feind richtet, wird er unvermeidlich unser eigenes Selbst- und Weltbild schädigen. Wiederholte geistige Hass-Zyklen bauen ein hasserfülltes Selbst-Bild auf, das blind für Güte und Mitgefühl ist. es liegt also in unserem eigenen (erleuchteten) Selbstinteresse, stets mit *metta* (Güte) und nicht mit *dosa* (Hass) zu reagieren. Buddhaghosa empfiehlt die folgende Technik:

„Aber wenn er auf diese Weise seinen Ärger noch nicht anhalten kann, soll er den anderen in seine Elemente zerlegen. ‘Wie? Du, der du als Mönch ausgezogen bist, worüber bist du eigentlich ärgerlich, wenn du über den andern ärgerlich bist? Bist du mit seinen Haaren ärgerlich? ... oder mit seinem Urin? Oder aber bist du mit dem Element Erde ärgerlich? Oder mit den fünf Aggregatzuständen, den zwölf Grundsteinen oder den achtzehn Elementen, auf Grund derer der Verehrte so und so genannt wird? Mit was von alledem bist du nun ärgerlich?’ Wenn er nämlich die Auflösung in Elemente versucht, findet sein Ärger keinen Halt, so wenig wie ein Senfkorn auf der Spitze einer Ahle oder ein Gemälde in der Luft.“¹¹⁷

Die Wirkung des achtsamen Sprechens

Wenn man so spricht wie die Mönche im Fall von E und F, schafft man Raum zum Nachdenken. Ohne Mediatoren hätte sich F nicht in Ruhe eine Antwort für E überlegen können. Stattdessen hätte er selbst Beleidigungen und Anschuldigungen ausgestoßen, noch ehe E mit Reden fertig gewesen wäre.

Weil die beiden Mönche die Kommunikation vermittelten, war Zeit zum Nachdenken. F wurde zwar aufgefordert, auf eine schwierige und verworrene Situation zu reagieren, aber er musste sich nicht noch zusätzlich gegen die Anschuldigung wehren, ein Lügner zu sein.

Der gebrauchte Lastwagen. 2. Episode

Einen Augenblick lang ist Herr F verunsichert, aber irgendetwas am ehrwürdigen Phra C flößt ihm Vertrauen ein. Vielleicht ist es sein Lächeln. Bevor er antwortet, denkt er etwas nach. Dann sagt er: „Das Ganze ist ein Missverständnis, wissen Sie. Die Angelegenheit schädigt ja nicht nur Es Geschäft, sondern auch meins, denn er erzählt überall herum, ich hätte ihn übers Ohr gehauen. Heute Morgen erst hat meine Frau das von einer Freundin gehört. Wir leben in einer kleinen Stadt, wissen Sie, und dieser Klatsch ist für mein Geschäft gar nicht gut.“

Phra C sagt: „Sie machen sich also Sorgen darüber, dass Herrn Es Bemerkungen Ihrem Geschäft schaden könnten. Ein Grund mehr, dass wir das Problem möglichst bald lösen, ehe noch mehr passiert. Lassen Sie uns über den Verkauf des Lastwagens reden. Wie sehen Sie denn das?“

F: „Ich habe ihn nicht angelogen, wissen Sie. Wir haben also den Wagen erst einen Tag vorher reingekriegt, und ich habe ihn flüchtig überprüft, aber nicht wirklich inspiziert. Als dann Herr E vorbeikam und so sehr am Wagen interessiert war, habe ich wohl den Eindruck erweckt, ich wäre von seinem guten Zustand vollständig überzeugt. Das hätte ich nicht tun sollen. Aber trotzdem; er hätte mit seiner Beanstandung zu mir kommen müssen, anstatt im Ort rumzuquatschen.“

Phra C: „Sie haben beide ein bestimmtes Interesse: Herr E will einen fairen Handel, und Sie wollen, dass E mit seinen Bemerkungen Ihrer Glaubwürdigkeit im Ort nicht weiter schadet. Was meinen Sie? Wie könnte man das Problem lösen?“

F: „Ich will ihn nicht übers Ohr hauen, und ich will, dass die Leute das auch erfahren. Ich werde den Lastwagen kostenlos

reparieren und E einen anderen leihen, bis seiner fertig ist, aber als Gegenleistung muss E aufhören, mich bei den Leuten anzuschwärzen.“

Phra Cs Argumentationsstil ähnelt hier dem Buddhas. Auch Buddha schafft Raum für den Gegenspieler. Rhys Davids schreibt in seinem Vorwort zum *Kassapa-sihanada Sutta* im *Digha Nikaya* :

„Gautama versetzt sich, soweit es geht, in die geistige Lage des Fragestellers. Er zweifelt keine seiner (in Ehren gehaltenen) Überzeugungen an. Er setzt bei den Wünschen des Gegenspielers an: Was will er tun? Welchen Zustand will er erreichen? Buddha übernimmt sogar den Redestil des Fragestellers. Und dann führt er ihn allmählich zu seinen eigenen, Buddhas, Schlussfolgerungen, indem er den Worten eine neue, höhere Bedeutung beilegt, und indem er sich außerdem auf ethische Forderungen bezieht, die sie gemeinsam anerkennen.“¹¹⁸

Wenn die Mediatorin in ähnlicher Weise die Streitenden kritisiert, eröffnet sie ihnen damit die Möglichkeit, die Themen selbständig zu durchdenken. Während ihnen im Konflikt ständig irgendetwas aufgedrängt wird, fordert die Mediatorin sie auf, selbst zu entscheiden. Da jede für ihr eigenes Heil selbst verantwortlich ist, sollten wir auch jeder zugestehen, ihre eigenen Entscheidungen zu treffen. In unserem Beispiel haben die ehrwürdigen Mediatoren Herrn F nicht gesagt, was er tun soll. Stattdessen haben sie ihn aufgefordert, sich selbst etwas auszudenken. Wenn die Mediatoren Herrn F gesagt hätten, was er tun sollte, hätte es ihm wenig Freude gemacht, die Anweisungen auszuführen. Wahrscheinlich hätte er auch noch einen Gesichtsverlust empfunden. Da die Mönche ihm aber selbst die Initiative überließen, konnte er von sich aus großzügig handeln und dabei noch froh und glücklich sein.

Der gebrauchte Lastwagen. 3. Episode

Als die Mönche sich wieder mit Herrn E treffen, stellen sie ihm Herrn Fs Standpunkt ähnlich klar und taktvoll dar: „Der Werkstattbesitzer Herr F denkt, dass er einen Fehler gemacht habe, als er den Wagen nicht sorgfältig untersuchte. Allerdings ärgert es ihn sehr, dass Sie anderen sagten, er hätte Sie übers Ohr gehauen, da solche Bemerkungen sein Geschäft schädigten. Er meint, dass er keine Möglichkeit gehabt habe, seinen Fehler wieder gutzumachen.

Er bietet Ihnen an, den Lastwagen kostenlos zu reparieren und Ihnen ein anderes Fahrzeug zur Verfügung zu stellen, bis die Reparatur fertig ist, auch das kostenlos. Als Gegenleistung möchte er, dass Sie den Schaden wieder gutmachen, den sein Ruf genommen hat. Ich denke, die Wiedergutmachung könnte darin bestehen, dass Sie noch einmal mit den Leuten sprechen, denen gegenüber Sie die Bemerkungen über Herrn F gemacht haben, und die Sache richtigstellen.

Auch dieser Streitende kann nun seine eigene Entscheidung treffen. Die Mediatoren haben ihn nur mit Informationen versehen, die sich in ihrem freundschaftlichen Gespräch mit Herrn F ergaben. Die beiden Mönche haben die Anschuldigung, Herr F sei ein Lügner und Betrüger, in eine Einladung zur Teilnahme an der Problemlösung umgewandelt.

Konstruktive Konfrontation: eine westliche Technik

Die Mediatorin überbringt alle notwendigen Informationen und gibt der Gegenpartei die Möglichkeit, frei und offen darauf zu reagieren. Das mag ziemlich barsch erscheinen und der östlichen Kultur nicht angemessen sein, deshalb empfehlen wir auch nicht, diese Technik, so wie sie ist, anzuwenden. Sie kann aber als Hilfsmittel dienen herauszufinden, welche Informationen wir unbedingt übermitteln müssen. Das Dhamma soll die Grundlage sein, und die Konfrontationsformel soll unsere Bemühungen unterstützen, den Streitenden beim Treffen von guten Entscheidungen zu helfen.

Hier ist die Formel:

- „Wenn Sie(sachliche Beschreibung des Verhaltens, das Anlass zur Beschwerde gegeben hat),
- dann fühle ich mich/ fühlt sie sich(taktvolles Nennen der negativen Gefühle, die entstanden sind),
- denn(Beschreibung der Folgen des störenden bzw. verletzenden Verhaltens).
- Ich möchte gerne, dass
- Ich würde gerne mit Ihnen zusammen darüber nachdenken. Wäre Ihnen das recht?

Das folgende Beispiel soll zeigen, wie die Formel benutzt werden kann, um den Kern des Problems ohne Feindseligkeit mitzuteilen.

Ich wohnte einmal mit meiner Familie in einer Wohnung im Erdgeschoss. Eine alte Dame wohnte über uns, und wir hatten zwei Garagen, die direkt am Haus nebeneinander lagen. Kurz nachdem wir eingezogen waren, häufte sich vor unserem Garagentor ein Müllberg. Ich dachte, er käme von der Straßenreinigung, aber ich konnte nie jemanden dabei erwischen, wie er Müll vor unsere Garage warf. Eines Abends musste ich schnell zu einer Verabredung. Im Dunkeln sah ich den Müllberg nicht und fuhr darüber. Diese Mal enthielt er Glas, und mein Reifen war platt. Ich kam zu spät zur Verabredung und war wütend. Am nächsten Morgen fand ich die Schuldige. Es war das Dienstmädchen der Dame über uns. Mein Ärger flammte wieder auf, aber es gelang mir, mich zu beherrschen. Ich sagte: „Wenn Sie den Müll vor mein Garagentor werfen, ärgert mich das sehr, denn ich muss täglich darüber fahren. Gestern waren sogar Glasscherben im Müll, und ich bekam einen Platten! Ich möchte gerne, dass Sie den Müll

zwischen unsere Garagen werfen. Wäre Ihnen das recht? Wenn nicht, finden wir sicherlich einen andern Platz für den Müll.“

Wenn ich das Verhalten des Dienstmädchens verurteilt oder getadelt hätte, hätte ich dabei gar nichts gewonnen. Sicherlich wäre es nicht sehr vielversprechend gewesen, wenn ich gesagt hätte:

„Wenn Sie so dämlich sind und den Müll vor mein Garagentor werfen ... und wenn Sie sogar Glasscherben hinschmeißen, dann fehlen mir einfach die Worte!“

Wenn wir weder verurteilen noch tadeln, sondern nur beschreiben, was geschehen ist, überlassen wir es der Gegenpartei, ihre Handlungsweise zu beurteilen oder unsere Beschreibung, wenn nötig, zu korrigieren. Indem wir sagen, welche Lösung wir uns wünschen und die andere Seite zur Stellungnahme auffordern, schaffen wir Raum für Verhandlungen.

Unterdrückung mit *panna* und *metta* begegnen

Das Ziel der Mediation ist es, den Parteien dabei zu helfen, ein Gespräch zu führen, das zu einem gerechten Frieden führt. In vielen Konflikten geben sich die Parteien die größte Mühe, sich gegenseitig unter Druck zu setzen. Die Menschen verletzen einander dann, so sehr sie nur können. Arbeiter streiken, Angestellte müssen die Entlassung fürchten, und - auf einer anderen Ebene - ziehen Parteien gegeneinander zu Felde und führen Bürgerkriege.

Auch wenn die Mediation schon im Gange ist, werden Gewaltakte fortgesetzt, manchmal mit dem Ziel, die eigene Verhandlungsposition zu stärken, manchmal, weil der Konflikt weiter eskaliert. Als Mediatoren sind wir ebenso an der Unverletztheit des Gesprächsprozesses interessiert wie an der Gerechtigkeit des Ergebnisses. Wir brauchen deshalb eine eigene Strategie, um die Unverletztheit des Prozesses zu bewahren, auch wenn die Streitenden sich übel verhalten.

Mediatoren haben zwar nicht die Macht, jemanden zu etwas zu zwingen, aber sie haben andere Möglichkeiten, Einfluss zu nehmen. Moralischen Einfluss haben insbesondere Mönche. Besonders wirksam ist

dieser Einfluss auf den Dörfern, aber auch an anderen Orten kann er Gewicht bekommen. Wie viel Einfluss die Mediatorin nehmen kann, hängt von der Situation der Streitenden ab: Oft bemerken sie erst dann die schmerzhaft Realität eines langanhaltenden Konflikts, wenn sie keine Hoffnung auf einen schnellen und vollständigen Sieg mehr haben. Dann wünschen sich vielleicht beide Parteien eine Vereinbarung, die sie aus ihrem Dilemma befreit. Mediation eröffnet ihnen eine neue Hoffnung, die sie sich mit Waffen und barschen Worten nicht erfüllen konnten. Was können wir Mediatoren tun, damit die Streitenden gut miteinander umgehen?

Wir konfrontieren eine Partei, die ihre Gegner mit Terrorakten einzuschüchtern versucht, damit, wie die Gegenpartei das beurteilt, wie also die Terrorakte den Friedensprozess behindern. Dazu ein Beispiel:

Die ehrwürdigen Mönche C und D wurden um Mediation in einem Arbeitskonflikt gebeten. Nachdem sie zwei Tage lang recht konstruktive Gespräche geführt haben, bekommt einer aus der Belegschaft plötzlich einen Brief des Managers, in dem dieser ihm mit Entlassung droht, wenn er nicht am folgenden Tag an einer Sitzung teilnahme. Die Arbeiter ärgern sich und halten es nun für erwiesen, dass es dem Manager mit dem Verhandeln nicht wirklich ernst sei.

Die ehrwürdigen Mönche C und D gehen zum Manager, Herr M, um mit ihm über den Brief zu sprechen. Herr M sagt, er sei mit seinem Brief völlig im Recht, denn der Mann habe schon einige Male bei den Sitzungen gefehlt. Die Mönche erklären sich dazu bereit, mit dem Mann darüber zu sprechen. Dann kommen sie auf den Brief zurück:

„Auch wenn Sie mit Ihrem Brief im Recht sein mögen, Sie sehen ja, dass er die Lösung in weite Ferne rückt. Nicht nur, dass die Belegschaft sich ärgert, sie scheint auch anzunehmen, dass es Ihnen mit dem Verhandeln nicht wirklich ernst sei. Wie würden Sie die Sache sehen, wenn Sie an ihrer Stelle wären?

Für uns ist es sehr schwierig, weiterhin konstruktive Gespräche zu führen, wenn Sie, ohne uns vorher zu informieren, solche Managementtechniken einsetzen. Wir wollen in Zukunft unbedingt zu

allen Kommunikationsschritten, die Sie auf die Belegschaft hin unternehmen, konsultiert werden. Wir würden unsere Ratschläge darauf beschränken, Sie auf die möglichen Folgen für das Gespräch hinzuweisen.“

Manchmal fühlt sich die schwächere Seite von der stärkeren auf eine Weise in die Enge getrieben, dass sie ihren Fall nicht so entschieden vorbringt, wie er es verdiente. Die Mediatoren helfen der schwächeren Seite, ihren Fall klar vorzubringen, und sorgen dafür, dass die andere Seite das Anliegen versteht.

Wenn eine Seite etwas tun will, das zu einer Ungerechtigkeit führen würde, raten wir ihr von dieser Aktion ab, indem wir unsere Befürchtung, die Aktion sei unfair, deutlich ausdrücken. Wir könnten z.B. sagen:

„Ich denke, es ist nicht gut, dass Herr K getadelt wird, ohne dass seine Schuld erwiesen ist. Andererseits weiß ich, dass Menschen im Konfliktfall einen Sündenbock suchen, obwohl in Wirklichkeit die Ursachen viel breiter gestreut sind.

Wenn Sie jetzt handeln, wo die Wogen so hoch gehen, könnten Sie Herrn K Unrecht tun, fürchte ich. Sie sollten bedenken, wie die anderen darauf reagieren würden. Wir empfehlen Ihnen, dass Sie die Entscheidung dieses Falles aufschieben, bis der Streit vorüber ist. Wenn Sie meinen, das ginge nicht, sollten besser wir Herrn K zu Ihren Beanstandungen befragen.“

Wenn eine Seite mit Gewalt die gesetzlichen oder satzungsgemäßen Rechte der anderen Seite verletzt, regen wir die Betroffenen dazu an, den Rat eines Experten einzuholen. Sobald deutlich wird, dass eine Seite nicht ernsthaft daran interessiert ist, eine Vereinbarung auszuhandeln, empfehlen wir der anderen, sich zu überlegen, was sie tun wird, wenn die Verhandlungen scheitern.¹¹⁹

Streitende: „Wir haben jetzt schon eine Zeitlang an dem Vorschlag gearbeitet. Aber von einer Sitzung zur nächsten reden sich die anderen mit immer neuen Gründen heraus, um nur ja keine verbindlichen

Zusagen zu machen. Sobald wir ein Problem gelöst haben, schaffen sie ein neues. Wir glauben nicht, dass sie wirklich an einer Lösung interessiert sind. Und die Zeit arbeitet gegen uns stärker als gegen sie.“

Mediatoren: „Sie geben Ihnen keine eindeutigen Antworten. Es könnte ja aber sein, dass sie noch am Überlegen sind. Wir tun, was wir können, um sie in Gang zu bringen. In der Zwischenzeit wird es wohl gut sein, wenn Sie sich überlegen, was Sie tun werden, wenn die anderen sich auch nach unserem Versuch, eine klare Antwort zu bekommen, auf keine Verpflichtung einlassen.“

Manchmal versuchen Streitende, die Mediatoren dazu zu benutzen, der anderen Seite Drohungen zu überbringen. Dagegen können wir uns absichern. Zum einen lehnen wir es ab, Briefe zu überbringen, die wir weder gelesen noch besprochen haben. Dann verdeutlichen wir, dass unsere Aufgabe darin besteht, gerechte und friedliche Lösungen zu finden, und nicht darin, Drohungen oder Warnungen zu übermitteln.

Unterdrückung: ein Dilemma für Mediatoren

Manchmal ist eine Seite überwältigend viel stärker als die andere. Wenn eine dominierende Seite unausgesetzt die Rechte der anderen verletzt, obwohl wir deutlich dagegen protestieren, dann wird Mediation zum Werkzeug der Ungerechtigkeit und Unterdrückung. Offene Mediation¹²⁰ setzt die Bereitschaft der Konfliktparteien zur Selbst-Wahrnehmung und zur Kooperation voraus. Manchmal fehlt beides vollständig. Stattdessen versucht die stärkere Partei die schwächere in eine Übereinkunft zu zwingen, die offensichtlich ungerecht ist. Wir dürfen auf keinen Fall Ungerechtigkeit unterstützen, sondern wir müssen erkennen, dass offene Mediation hier ihre Grenze erreicht hat, und die Konsequenzen daraus ziehen. Die können verschieden aussehen:

- Wir drücken unsere wachsende Unzufriedenheit mit dem Verhalten einer oder beider Seiten deutlich aus. Wir sagen offen und ehrlich, mit welcher Absicht wir hauptsächlich die Mediation des Konflikts übernommen haben. Ebenso offen teilen wir den Streitenden mit, wenn wir keine

Möglichkeit zu fairer Mediation mehr sehen. Wenn wir das getan haben, wissen beide Seiten wenigstens, warum wir uns zurückziehen, auch wenn sie nicht damit einverstanden sein sollten.

- Wir helfen der schwächeren Seite beim Durchdenken der besten Handlungsmöglichkeiten im Fall des Scheiterns der Friedensverhandlungen. Wenn nötig, verweisen wir sie an Organisationen, die sich ihres Falles annehmen.

- Wir könnten uns für eine begrenzte Zeit zurückziehen, nämlich so lange, bis sich strategische Bedingungen ergeben haben, unter denen Mediation wieder sinnvoll erscheint. Wenn wir uns die Möglichkeit offen lassen wollen, die Mediation fortzusetzen, dann dürfen wir mit unserer Kritik auf keinen Fall an die Öffentlichkeit treten. Allerdings sollten wir uns nicht scheuen, der stärkeren Partei unsere Gründe unter vier Augen unumwunden darzulegen.

- Ehe wir uns aber zum Werkzeug der Ungerechtigkeit machen lassen, werden wir uns ganz und gar zurückziehen. Wenn wir zum Anwalt einer der Seiten werden, können wir auch später nicht mehr die Aufgaben der Mediation erfüllen. Wir sollten in der Öffentlichkeit möglichst nicht über den Mediationsprozess sprechen. Nur im alleräußersten Notfall dürfen Informationen, die man uns anvertraut hat, in einer öffentlichen Kampagne benutzt werden. Wenn wir das, was uns Streitende im Vertrauen mitgeteilt haben, dazu benutzen, sie in der Öffentlichkeit bloßzustellen, dann beeinflusst das die öffentliche Meinung über Mediatoren und Mediation äußerst negativ.

Kriegssituationen erschweren uns Mediatoren die Entscheidung, ob wir es ethisch verantworten können, uns aus der Mediation zurückzuziehen. Wir geraten unweigerlich in ein Dilemma: Wenn unsere Arbeit höchstwahrscheinlich eine ungerechte Lösung unterstützen würde, aber gleichzeitig den Krieg verkürzen und damit Leben retten könnte, welche Entscheidung wäre dann eher moralisch zu verantworten? Sollen wir uns für die Gerechtigkeit zum Preis von tausenden von Leben entscheiden oder für den Frieden auf Kosten einer Fortsetzung der Unterdrückung? Wenn wir es mit Unterdrückung zu tun bekommen, geraten wir immer in ein Dilemma.

Zusammenfassung

Auch wenn die Ereignisse in der Vergangenheit liegen, führt es weiter, wenn wir Zwischenfälle, die heftige Gefühle erregt haben, noch einmal genau und unaggressiv überdenken. Die schwierige Aufgabe der Mediatoren ist es, *metta* und Achtung für die Parteien zu verwirklichen und gleichzeitig klar und deutlich auch heikle Themen zur Sprache zu bringen, wenn es notwendig ist. Erinnerungen verlieren ihre Bitterkeit, wenn wir ein ausgewogeneres Verständnis für ihr Zustandekommen gewinnen und wenn wir sie uns in einer ruhigen und freundlichen Umgebung wieder ins Bewusstsein rufen. Wir müssen den Streitenden, ohne sie dadurch zu verunsichern, unmissverständlich mitteilen, wenn die Mediationssituation für uns schwer oder gar unerträglich wird. Damit geben wir ihnen die Gelegenheit, frei und konstruktiv darauf zu reagieren.

TEIL 5 BUDDHA ALS MEDIATOR

18 DIE STREITSÜCHTIGEN MÖNCHE VON KOSAMBI

Buddha wirkte bei drei Gelegenheiten als Friedensstifter. Die beiden ausgewählten Fälle zeigen seine über längere Zeit angewandte konsequente Methode. Bei der dritten Gelegenheit, von der wir hier nicht erzählen, scheiterte der Vermittlungsversuch in einem frühen Stadium. Buddha versuchte es dreimal und gelangte dann zu dem Urteil, dass das Gewicht des Karma zu groß sei, als dass Frieden möglich gewesen wäre. In diesem Kapitel betrachten wir den Konflikt zwischen den Mönchen in Kosambi und im nächsten Buddhas Mediation zwischen den Staaten der Koliya und der Sakiya.

Die wichtigsten Quellen für den ersten Konflikt enthalten der *Dhammapada Commentary*,¹²¹ die Erzählungen des *Jataka*¹²² und der *Vinaya Pitaka*.¹²³ Die *Vinaya*-Version ist die ausführlichste und umfasst eine Liste von Empfehlungen, wie künftige Situationen dieser Art behandelt werden sollten. Da die *Dhammapada Commentary*-Version alles im *Jataka*-Text Enthaltene umfasst, werden wir hier nur diese und die des *Vinaya* heranziehen.

Die Gründe des Konflikts

Im *Vinaya* wird das Ereignis verallgemeinert, und die rechtliche Seite wird hervorgehoben. Im *Dhammapada Commentary* dagegen wird detailliert von der Entstehung des Konflikts erzählt. Er wird folgendermaßen eingeführt:

„Denn im Ghosita-Kloster in Kosambi lebten zwei Mönche, jeder mit einer Begleitung von fünfhundert Mönchen. Einer der beiden Mönche war ein *Vinaya*-Lehrer, der andere ein *Dhamma*-Lehrer.“ (DhA, 53)

Jeder der in Kosambi lebenden Mönche war von einem der beiden Altmönche, dem Dhamma-Lehrer oder dem Vinaya-Lehrer, eingeführt worden. Alle Mönche hörten die Lehrreden beider. Der Zwischenfall, der den Konflikt hervorrief, wird folgendermaßen dargestellt:

„Eines Tages ließ der Dhamma-Lehrer, nachdem er sich erleichtert hatte, eine Schüssel mit dem übrig gebliebenen Wasser, in dem er sich gewaschen hatte, im Waschraum stehen und kam heraus.“ (DhA,53)

Der Vinaya-Lehrer fand das Wasser und sprach den Dhamma-Lehrer folgendermaßen an:

„Bruder, hast du das Wasser stehen lassen?’

‘Ja, Bruder.’

‘Aber weißt du denn nicht, dass das eine Sünde ist?’

‘Das weiß ich tatsächlich nicht.’

‘Aber, Bruder, es ist eine Sünde.’

‘Gut, dann will ich Buße dafür leisten.’“ (DhA,54)

Der Dhamma-Lehrer nahm die Schuld auf sich und bot eine Wiedergutmachung an. Damit zeigte er Achtung vor der Autorität des Vinaya-Lehrers. Dessen Antwort scheint zu zeigen, dass er dem anderen seine Unschuld glaubte, wahrscheinlich weil der seine Schuld sofort zugab.

„‘Natürlich, Bruder, wenn du es unabsichtlich, unbedacht gemacht hast, ist es keine Sünde.’

So kam der Dhamma-Lehrer dazu, die Sünde als Nicht-Sünde anzusehen.“ (DhA,54)

Bis dahin gab es keine Eskalation. Der Vinaya-Lehrer lenkte die Aufmerksamkeit des Dhamma-Lehrers auf sein Vergehen. Der gab seine Schuld zu und bot an, sie wieder gutzumachen. Der Vinaya-Lehrer befreite ihn von möglichem Tadel, indem er herausstellte, dass der Dhamma-Lehrer

mit seiner Handlung die Regel nicht missachtete, sondern dass er sie gar nicht kannte.

Die Eskalation beginnt

Aber zu seinen Schülern sagte der Vinaya-Lehrer etwas Seltsames. Und damit begann der Eskalationsprozess:

„Nichtsdestoweniger sagte der Gelehrte der Ordensdisziplin zu seinen Schülern: ‘Obwohl dieser Dhamma-Lehrer eine Sünde begangen hat, sieht er sie nicht ein.’“ (DhA,54)

Wenn wir davon ausgehen, dass er dem Dhamma-Lehrer ehrlich antwortete, müssen wir annehmen, dass diese Äußerung seinem verblendeten Selbst-Bild entsprang. Der Vinaya-Lehrer erhob mit der Bemerkung seinen eigenen Status vor seinen Novizen und setzte den des Dhamma-Lehrers herab, der ihm als Rivale erschien. Wahrscheinlich wollte er ihn gar nicht verleumden, sondern nur in der Achtung seiner Novizen steigen.

Die Novizen des Vinaya-Lehrers, von seinen Worten angestachelt, ergriffen die Gelegenheit, gegen die andere Gruppe ein paar Punkte zu machen. Sie erzählten ihnen von der Anschuldigung:

„Als sie die Schüler des Dhamma-Lehrers sahen, sagten sie: ‘Euer Lehrer hat eine Sünde begangen, aber er sieht sie nicht ein.’“ (DhA,54)

Bald erreichte die Geschichte den Dhamma-Lehrer. Er erkannte den Widerspruch zwischen dem, was der Vinaya-Lehrer ihm direkt gesagt hatte, und dem, was ihm seine Schüler sagten. Er fügte die Anschuldigung hinzu, dass der Vinaya-Lehrer wissentlich eine Lüge verbreite:

„Da sagte der Dhamma-Lehrer : ‘Der Gelehrte der Ordensdisziplin sagte zuerst: <Es ist keine Sünde.> Jetzt sagt er: <Es ist eine Sünde.> Er ist ein Lügner.’“ (DhA,54)

Damit, dass er den anderen einer Lüge bezichtigt, geht der Dhamma-Lehrer über das hinaus, was er wissen kann. Er weiß nur, dass es einen Widerspruch zwischen den beiden Äußerungen gibt. Es könnte auch ein Missverständnis vorliegen. Warum sagte der Dhamma-Lehrer mehr als er tatsächlich rechtfertigen konnte? Warum wies er nicht nur auf den Widerspruch hin und überließ es dem Vinaya-Lehrer, ihn zu erklären? Überinterpretation von Worten, Gesten und Handlungen anderer ist in Konflikten üblich. Sie beruht auf der Selbstzentriertheit des Interpretierenden. Der Umschwung des Vinaya-Lehrers scheint dem Dhamma-Lehrer ein bewusster Versuch zu sein, seine Stellung zu untergraben. Das ist daraus zu ersehen, dass er ihn auf selbstzentrierte Weise interpretiert. Auf die Unsicherheit folgt der Ärger, und schon bezeichnet er den Vinaya-Lehrer als Lügner.

Da der Dhamma-Lehrer sich in die Enge getrieben fühlt, erlebt er verschiedentlich *vibhava-tanha* (Wunsch nach Vernichtung) für das Selbst des Vinaya-Lehrers und *bhava-tanha* (Werdewunsch) für die Wiederherstellung seines eigenen Status. Deshalb will er nicht einfach nur die Situation klären, sondern er will auch den Vinaya-Lehrer herabsetzen, von dem die Bedrohung ausging. Die bestehende Rivalität zwischen den beiden Mönchen führt zur Verzerrung der gegenseitigen Wahrnehmung, sodass es dem Dhamma-Lehrer durchaus zum Charakter des Vinaya-Lehrers zu passen scheint, dass er sich übel verhielt.

„ Die Schüler des (Dhamma-)Lehrers gingen also hin und sagten: 'Euer Lehrer ist ein Lügner.' Auf diese Weise schürten sie den Streit zwischen den beiden Lehrern.“ (DhA,54)

Die Schüler des Dhamma-Lehrers, die Unsicherheit und Ärger über den Tadel an ihrem Lehrer empfanden, hatten nun Munition gegen die Schüler des Vinaya-Lehrers. Da sie die andere Gruppe herabsetzen wollten (und nicht etwa die Wahrheit herausfinden), gaben sie die Anschuldigung sicherlich in besonders anklagendem Ton weiter.

Wir wissen nicht, wie die Beziehung zwischen den beiden Mönchen vorher war. Zur Zeit des Konflikts verkehrten sie jedenfalls nur durch die zweifelhafte Vermittlung ihrer Schüler miteinander. Der Vinaya-Lehrer war

über die Anschuldigung wütend und berief eine Versammlung seiner Parteigänger ein:

„Dann ergriff der Gelehrte der Ordensdisziplin die Gelegenheit und exkommunizierte den Dhamma-Lehrer mit der Begründung, er habe seine Sünde nicht zugegeben.“ (DhA,54)

Der Konflikt erweitert sich

Weil seine Position durch die formelle Erklärung bedroht war, suchte der Dhamma-Lehrer bei Mönchen und Laien nah und fern - wahrscheinlich in den Dörfern, in denen er gepredigt hatte -, Unterstützung. Die Vinaya-Version erzählt, dass der Dhamma-Lehrer einen Boten

„zu den Mönchen der Umgebung schickte, die seine Kameraden und vertrauten Freunde waren, und ihnen sagen ließ: ‘Das ist keine Übertretung, euer Ehrwürden, das ist keine Übertretung; ich bin unschuldig, ich habe keine Schuld; ich kann durch einen (formalen) Akt, der gesetzlich ungültig ist, der rückgängig zu machen ist, der nicht Stand hält nicht exkommuniziert werden. Die Ehrwürdigen mögen meine Parteigänger für die Regel, für die Ordensdisziplin sein.’ Und der Mönch gewann die Mönche der Umgebung, die seine Kameraden und vertrauten Freunde waren, zu Parteigängern.“ (Vin, 2)

Als der Konflikt erst einmal ausgebrochen war, beeinflusste er alle, die mit den beiden Mönchen Kontakt hatten. Im *Dhammapada Commentary* heißt es:

„Von da an bildeten sogar die, die die Mönche mit ihrem Lebensunterhalt versahen, zwei Fraktionen. Sogar die Nonnen bekamen Anweisungen, sogar die Schutzgötter, ihre Freunde und Vertrauten ... es dehnte sich sogar auf die Brahma-Welt aus, sogar die Nicht-Bekehrten formten zwei Fraktionen.“ (DhA,54)

Da alle verblendeten Lebewesen sich ohnehin schon im Konflikt mit der Realität befinden, ist ihre Bereitschaft, sich in einen solchen Streit hineinziehen zu lassen, nicht verwunderlich.

Eine Friedensinitiative

Allerdings waren nicht alle, die der Gemeinschaft angehörten, völlig im Konflikt gefangen. Ein Friedensprozess begann, als ein Mitglied der Mönchsgemeinschaft, der dem Streit eher unbeteiligt gegenüberstand, sich Buddha näherte und die Sichtweisen beider Seiten recht ausgewogen zusammenfasste.

„Ein gewisser Mönch näherte sich Buddha und sagte ihm, dass diejenigen, die den Dhamma-Lehrer exkommuniziert hätten, die Ansicht verträten, dass das dem Gesetz entsprechend erfolgt sei; aber dass die Parteigänger des exkommunizierten Mönchs der Ansicht seien, dass er gesetzwidrig ausgeschlossen worden sei. Diese hätten sich um ihn versammelt, um ihn zu unterstützen, obwohl diejenigen, die die Exkommunikation ausgesprochen hätten, es ihnen verboten hätten.“ (DhA,54f)

Buddha sendet eine Botschaft

Buddha versuchte das Problem dadurch zu lösen, dass er eine Botschaft sandte, vielleicht durch den „gewissen Mönch“, jedenfalls ohne selbst zu gehen:

„Der Erhabene sandte zweimal eine Botschaft: ‘Vereinigt euch wieder!’, aber ihm wurde die Antwort überbracht: ‘Ehrwürdiger, sie weigern sich.’ Beim dritten Mal rief er aus: ‘Der Orden ist auseinander gerissen! Der Orden ist auseinander gerissen!’“ (DhA,55)

Buddha sandte zweimal seine Botschaft, aber sie wurde beide Male zurückgewiesen. Wie ernst Buddha die Zurückweisung nahm, ist aus seinem Ausruf ersichtlich.

Dringende Bitte um ein besser ausgewogenes Verständnis

Da die durch andre überbrachte Botschaft ihren Zweck nicht erfüllt hatte, ging Buddha persönlich zu den Streitenden.

„So sprach er und ging zu ihnen. Er zeigte denen, die die Exkommunikation ausgesprochen hatten, was falsch daran war, und denen, die die Sünde nicht zugegeben hatten, was falsch daran war.“
(DhA,55)

Die Vinaya-Version bietet mehr Einzelheiten. Auch hier wird betont, dass Buddha sich um die Spaltung des Sangha („Ordens“) Sorgen macht. Im Text wird Buddhas Begegnung mit den Mönchen, die auf der Seite des Lehrers der Ordensdisziplin (Vinaya-Lehrer) stehen, dargestellt:

„Als er sich gesetzt hatte, sprach der Herr folgendermaßen zu den Mönchen, die (den Dhamma-Lehrer) exkommuniziert hatten: ‘Denkt nicht so, Mönche: <Es scheint uns so, es scheint uns so, dass ein Mönch bei dem geringsten Anlass exkommuniziert werden sollte.> In diesem Fall, Mönche, hat ein Mönch eine Übertretung begangen. Er sieht die Übertretung nicht als Übertretung an, andere Mönche dagegen sehen die Übertretung als Übertretung an. Wenn die Letzteren nun bedenken würden: <Dieser Ehrwürdige hat viel (von der Lehre) gehört, ihm ist die Tradition weitergegeben worden; er ist ein Experte des Dhamma, ein Experte der Ordensdisziplin, ein Experte der Lehre; er ist weise, erfahren, klug; er ist gewissenhaft, genau, begierig nach (spiritueller) Übung. Wenn wir diesen Mönch ausschließen, weil er die Übertretung nicht erkennt, können wir die Zeremonien nicht weiter mit ihm gemeinsam ausführen. Aus dieser Quelle werden Streit, Zank, Kontroversen, feindliche Auseinandersetzungen für den Orden fließen. Es wird ein Schisma, eine Spaltung, hitzige Auseinandersetzungen, Differenzen im Orden geben.> Mönche, dieser Mönch soll nicht, weil er eine Übertretung nicht einsieht, von Mönchen exkommuniziert werden, die zum Schisma neigen.“ (Vin, 1. 4-7)

Buddha wiederholt den Satz der Mönche „So scheint es uns“. Das legt nahe, dass seine Bemerkung am Ende eines Gesprächs mit den Mönchen steht, in dem sie ihre Gründe für ihr Handeln erklären sollten. Buddhas Antwort besteht aus den folgenden Elementen:

- Buddha interpretierte den Streit neu, sodass die Vinaya-Mönche sich nicht mehr für Experten der Ordensdisziplin halten konnten, die ein Urteil über einen von der Disziplin abweichenden Mönch fällen dürften. Er tat das, indem er die von ihnen behauptete Tatsächlichkeit als bloßen Anschein darstellte und ihr Urteil als eine Meinungsäußerung. Buddha behandelte ihren Streit als einen Streit, der sich zwischen zwei Mönchsgruppen mit gleichem Status abspielte.
- Buddha forderte seine Hörer dazu auf, den von der Disziplin abgewichenen Mönch nicht nur als solchen anzusehen, sondern im Zusammenhang mit seiner Gelehrsamkeit und seiner Unbescholtenheit. Buddha regte sie also zu einem besser ausgewogenen Verständnis an. Die Fehler einer Person sollen uns nicht blind für ihren Wert werden lassen.
- Buddha drängte die Mönche dazu, den Konflikt und die Meinungsverschiedenheiten, die aus ihren Handlungen im Orden entstehen würden, in Betracht zu ziehen. Es war ja nicht nur ein persönlicher Streit, sondern er wirkte sich auf die größere buddhistische Gemeinde aus. Wir sagten schon, dass der Hinweis auf die wahrscheinlichen Folgen der gegenwärtigen Handlungen ein wirksames Gegenmittel gegen *upadana* sei.
- Buddhas abschließende Äußerung drückt seine Besorgnis darüber aus, dass die Mönche zum Schisma neigten, wenn sie an der Exkommunikation festhielten, und dass sie damit auf die Teilung des Ordens zusteuerten.

Buddha empfahl den Mönchen, die „Übertretung“ im Zusammenhang der Folgen ihres Handelns für die Einheit des Ordens zu sehen.

Buddha ergriff Partei für den Dhamma-Lehrer und sagte zu den Mönchen:

„Ihr Mönche, die ihr eine Übertretung begangen habt, glaubt nicht, dass ihr sie nicht büßen müsstet, indem ihr denkt: <Wir haben uns nichts zu Schulden kommen lassen> ... Wenn, Mönche, jener Mönch (der Dhamma-Lehrer) über die anderen Mönche denkt: <Diese Ehrwürdigen haben viel (von der Lehre) gehört, ihnen ist die Tradition weitergegeben worden; sie sind Experten des Dhamma, Experten der Ordensdisziplin, Experten der Lehre; sie sind weise, erfahren, klug; sie sind gewissenhaft, genau, begierig nach (spiritueller) Übung. Meinetwegen oder wegen eines anderen sollen sie nicht aus Begierde, Hass, Dummheit oder Angst einem falschen Kurs folgen. Wenn diese Mönche mich dafür exkommunizieren, weil ich die Übertretung nicht einsehe, wenn sie die Zeremonien nicht weiterhin mit mir gemeinsam ausführen, ... aus dieser Quelle werden Streit, Zank, Kontroversen, hitzige Auseinandersetzungen für den Orden fließen. Es wird ein Schisma, eine Spaltung, feindliche Auseinandersetzungen, Differenzen im Orden geben.> Mönche, dieser Mönch (der Dhamma-Lehrer) soll nicht dadurch, dass er seine Übertretung nicht einsieht, die Exkommunikation durch Mönche provozieren, die zum Schisma neigen.> Mönche, ein Mönch, der sonst ein Schisma bewirken würde, sollte die Übertretung bekennen, wenn auch nur im Vertrauen auf die anderen.' Dann erhob sich der Herr von seinem Sitz und brach auf.“
(Vin,7)

Hier sucht Buddha den Anhängern des Dhamma-Lehrers ihren Beitrag zum Konflikt auf folgende Weise zum Bewusstsein zu bringen:

- Buddhas Eingangsbemerkungen zielten darauf ab, die selbstgerechte Haltung der Gruppe zu untergraben, die das Spiegelbild der autoritären Pose derer war, die die Exkommunikation ausgesprochen hatten. Buddha bittet die Mönche, den Streit als

Meinungsverschiedenheit zwischen guten Mönchen desselben Status anzusehen.

- Buddha regte die Mönche dazu an, sich ein besser ausgewogenes Bild von der anderen Gruppe zu machen und sie im bestmöglichen Licht zu sehen. Er forderte die Mönche dazu auf, die anderen, die sie anklagten, zu achten und in dem, was diese sagten, das Richtige zu suchen. Sie sollten die Anklage nicht defensiv zurückweisen. Seine abschließende Bemerkung, dass „ sie das Vergehen bekennen sollten, wenn auch nur im Vertrauen auf die anderen“, d.h., um den anderen entgegenzukommen, trifft den Nagel auf den Kopf.
- Buddha regte die Gruppe schließlich dazu an, die dauerhaften Wirkungen ihres Handelns auf den Orden oder den Sangha zu bedenken, so sehr sie sich auch im Recht fühlten.

Warnung vor der Spaltung

Buddhas Rat blieb unbeachtet. Die beiden Gruppen hielten ihre Andachten getrennt. Buddha reagierte damit, dass er aufzählte, welche Folgen ihr Handeln für die Einheit haben könnte. Einiges spaltet eine Gemeinschaft, anderes vereint sie:

„‘Diese Mönche gehören zu einer anderen Gemeinschaft als der euren, und ihr gehört zu einer anderen Gemeinschaft als der ihrigen. Mönch, es gibt zwei Gründe dafür, zu einer anderen Gemeinschaft zu gehören: entweder schließt man sich wegen seiner eigenen Vorstellungen einer anderen Gemeinschaft an, oder ein ganzer Orden exkommuniziert einen, weil man nicht einsieht, nicht büßt und nicht einlenkt. Mönch, es gibt diese beiden Gründe dafür, derselben Gemeinschaft anzugehören, entweder schließt man sich wegen seiner selbst derselben Gemeinschaft an, oder ein ganzer Orden nimmt einen Mönch wieder auf, den er exkommuniziert hat ...’“ (Vin, 1. 9).

Die beiden Gruppen waren also schon im Begriff, zu getrennten Gemeinschaften zu werden, aber noch stand es in ihrer Macht zu entscheiden, ob sie dabei bleiben wollten, den Orden zu teilen, oder ob sie Schritte zur Einheit unternehmen wollten.

Der *Dhammapada Commentary* erzählt, dass Buddha

„ihnen einen Fastentag auferlegte und andere Zeremonien innerhalb der Grenzen (des Klosters), und er legte die Regel fest, dass die, die in den Refektorien oder woanders stritten, im Refektorium auf getrennten Sitzen Platz nehmen müssten.“ (DhA,55)

Lehrreden über Eskalation

Aber die Gemeinschaft wurde nicht wieder hergestellt. Es gab unziemliche Zwischenfälle und einige Gewaltanwendungen im Refektorium, „mitten im Haus“. Die Streitereien schädigten den Ruf des Klosters in der Öffentlichkeit. Sie erregten die Besorgnis der „bescheidenen Mönche“, die sich nicht an der Sache beteiligten. Buddha war bestürzt und ging noch einmal zu den Mönchen:

„Dann erzählten diese (bescheidenen) Mönche dem Herrn, was im Kloster vor sich ging. Er fragte: ‘Ist es wahr, was man sagt, Mönche, dass es zu Schlägen gekommen ist?’

‘Ja, es ist wahr, Herr.’

Er tadelte diese Mönche und wandte sich an die anderen, indem er sagte: ‘Mönche, wenn der Orden gespalten ist, wenn Unfreundlichkeit herrscht, solltet ihr euch still hinsetzen und denken: <Wenigstens wollen wir uns in Gesten und Reden gegeneinander nicht unpassend verhalten; wir wollen es nicht zu Schlägen kommen lassen.> Mönche, selbst wenn der Orden gespalten ist, müsst ihr euch nach der Regel verhalten und freundlich nebeneinander sitzen.’“ (Vin, 1. 1-2)

Der Text enthält zwei Lehren über den Umgang mit Eskalation:

- Wenn wir bemerken, dass ein Streit zu eskalieren beginnt, können wir Maßnahmen ergreifen, um zu verhindern, dass es schlimmer

wird. Buddha rät den Streitenden zu denken: „Wenigstens wollen wir uns nicht unpassend gegeneinander betragen ... wir wollen uns nicht schlagen.“ Indem man den Eskalationsprozess aufhält, schafft man Raum für Bemühungen um die Problemlösung.

- Wenn Beziehungen zu entgleisen drohen, können wir uns wieder im Dhamma befestigen, indem wir ein freundliches, zwangloses Gespräch führen „indem wir uns nebeneinander setzen.“ Durch das Dhamma beratene Freundlichkeit verbessert die Beziehung.

Die Mönche von Kosambi weisen Buddhas Hilfe zurück

Buddha drängte die streitenden Mönche dazu, das Problem so zu lösen, wie es in ihrer spirituellen Erfahrung verwurzelt war. Aber die Mönche stritten weiter über die Berechtigung der Exkommunikation. Dabei kannten sie die wirklichen Ursachen des Konflikts überhaupt nicht. Schließlich ging einer der Mönche der Vinaya-Lehrer-Partei zu Buddha und bat ihn, zu ihnen zu kommen, um die rechtliche Seite der Frage zu klären. Buddha legte den Mönchen nahe, ihren Streit beizulegen, aber er bekam eine außergewöhnlich harte Abfuhr:

„Und der Erhabene begab sich zu jenen Mönchen hin und sprach also zu ihnen:

‘Genug, ihr Mönche: gemieden sei Zank und Streit, gemieden Zwist und Hader.’

Also ermahnt wandte sich ein anderer der Mönche an den Erhabenen und sagte:

‘Möge, o Herr, der Erhabene, der Wahrheit Gebieter, hingehen: selbstgenügsam möge, o Herr,

der Erhabene seliger Gegenwart genießen; wir werden uns in diesem Zank und Streite, Zwist

und Hader verständigen.’“¹²⁴

Im Gegensatz zu Buddhas Versuch, das Dhamma auf den Konflikt anzuwenden, rät der Mönch Buddha zu etwas, das man Nicht-Dhamma

nennen muss: es sich bequem zu machen, ohne sich um die anderen zu kümmern. Nichts hätte Buddhas Anliegen stärker entgegengesetzt sein können, denn er wollte ja gerade die Verwandlung des Konflikts durch spirituelle Veränderung erreichen.

Buddha drängte zum zweiten Mal zur Versöhnung, aber er wurde wieder zurückgewiesen. Alle Mediatoren erleben das manchmal. Wie sehr die Mönche verblendet und wie weit sie Buddha entfremdet sind, zeigt sich darin, dass anscheinend niemand der Zurückweisung widersprach. Die Mönche waren so in der Verteidigung ihres Selbst und in dem Wunsch, einander herabzusetzen, befangen, Buddhas Rat, der in Selbstlosigkeit wurzelte, völlig an ihnen vorbeiging. Buddha verkündigte eine Botschaft, die niemand hören wollte. Sein Wunsch nach Frieden und Einheit des Ordens trennte ihn von den Mönchen, die sich nun dem „Schisma zuneigten“.

Zwei Parabeln über Konflikte

Buddha antwortete mit zwei Parabeln. Die erste spricht das Selbst-Interesse des Zuhörers an. Ihre Botschaft ist: Konflikte bedrohen die Sicherheit von Menschen. Eine Wachtelmutter fleht einen vagabundierenden Elefanten an, ihr Nest nicht zu zertrampeln. (Der Elefant ist Devadatta in einer früheren Inkarnation)¹²⁵ Aber der Elefant zerstört es mitsamt ihrer Brut. Daraufhin verschwört sich der kleine Vogel mit anderen Tieren, um den Elefanten auf qualvolle Weise zu töten.

„Genug, Mönche! Hört auf mit dem Streiten! ... Wegen eines Streits brachte eine kleine Wachtel Verderben sogar über einen Elefanten.“
(DhA,56)

Die Geschichte soll die Gefahr verbildlichen, in die der Konflikt zwischen den Mönchen die Kosambi-Gemeinschaft und den gesamten Orden gebracht hat.

Die zweite Parabel handelt vom Prinzen Dighavu, dessen Eltern der König Brahmadata grausam ermordet hatte. Der Prinz verkleidete sich als Stalljunge und schlich sich in den Hof des Königs ein. Als endlich die Gelegenheit für ihn gekommen war, den König zu erschlagen, tat er es nicht, sondern vergab ihm. Der König war von dem Großmut des Prinzen tief bewegt, gab ihm sein Land zurück und dazu noch seine Tochter zur Frau. Buddha fuhr fort:

„Wenn dieses, Mönche, die Selbstbeherrschung und der Edelmut von Königen ist, die das Zepter führen, die das Schwert führen, dann, Mönche, lasst euer Licht weiter scheinen, sodass ihr, die ihr im Dhamma und in der Ordensdisziplin, in der ihr so wohl unterwiesen seid, weit vorankamt, ebenso selbstbeherrscht und edelmütig seid.“
(Vin, 2.19)

Wenn die Mächtigen, die vom Schwert leben, solche Seelengröße zeigen, um wie viel großzügiger sollten Mönche denken, die der Welt entsagt haben!

Als Buddha zum dritten Mal zurückgewiesen worden war, überlegte er sich, was er nun tun sollte. Der *Vinaya* erzählt, dass er folgendermaßen urteilte: Weil ihre Abhängigkeit zu groß war, war es nicht möglich, sie zu überzeugen (vgl. den Abschnitt *upadana* in Kapitel 2):

„Da dachte der Herr: ‘Diese närrischen Männer sind ja wie verrückt; es ist nicht leicht, sie zu überzeugen.’ Er erhob sich von seinem Sitz und brach auf.“

Der *Dhammapada Commentary* erzählt von Buddhas Gefühlen zu dieser Zeit. Mediatoren erleben oft die Frustration und Ausweglosigkeit von Konflikten, besonders dann, wenn sie sehen, wie die Streitenden sich die Gelegenheit zum Friedensschließen entgehen lassen.

„Aber trotz seinen Ermahnungen konnte er sie nicht vereinigen. Daraufhin überlegte er, unzufrieden mit der bedrängten Lage, in der er sich befand: ‘Unter den gegenwärtigen Bedingungen bin ich bedrängt und gestoßen und führe ein unangenehmes Leben. Dazu kommt noch, dass diese Mönche überhaupt nichts auf das geben, was ich sage. Ich werde mich von den Aufenthaltsorten der Menschen zurückziehen und ein Leben in Einsamkeit führen.’“ (DhA,56)

Buddhas Aufbruch von Kosambi

Von Buddhas Aufbruch von Kosambi wird in den beiden Texten auf verschiedene Weise erzählt. Im *Dhammapada Commentary* heißt es:

„Nachdem er seinen Almosengang in Kosambi beendet hatte, nahm er, ohne sich von der Mönchsgemeinde zu verabschieden, seine Schale und sein Gewand und ging ganz allein zum Dorf Balakas, des Salzarbeiters.“

Buddha ging „ganz allein“. An keiner anderen Stelle des *Tripitaka*¹²⁶ wird ein solcher Aufbruch seit der Einrichtung des Sangha dargestellt. Wahrscheinlich machte er auch seinen Almosengang allein. Mit der Art und Weise, wie er aufbrach, und damit, dass er sich nicht verabschiedete, teilte der Buddha den Mönchen nonverbal mit, wie ernst die Lage war. Mit Worten hatte er ihnen das nicht mitteilen können, denn sie hatten nicht auf ihn gehört. Buddha hätte nicht deutlicher zeigen können, wie unzufrieden er damit war, dass die Mönche ihn und das Dhamma zurückgewiesen hatten.

Es war also kein Wunder, dass die Laienanhänger die Mönche tadelten, als sie den Tempel besuchten und Buddha nicht mehr dort vorfanden.

„Ist es möglich, Ehrwürdige, dass ihr, die ihr vom LEHRER selbst als Mönche angenommen wurdet, euch weigertet, das zu tun, was er von euch verlangte?“

‘Genau so ist es, Brüder.’

Die Leute sagten: ‘Diese Mönche, die vom LEHRER selbst als Mönche angenommen wurden, wollten ihren Streit nicht beilegen, als der LEHRER es von ihnen verlangte. Diesen Mönchen werden wir ganz gewiss weder einen Sitzplatz anbieten, noch werden wir sie respektvoll grüßen, noch ihnen eine andere Höflichkeit erweisen.’ Von da an erwiesen sie ihnen auch nicht das kleinste Zeichen von Höflichkeit mehr.“ (DhA,57)

Die Laienbrüder und die übrigen Einwohner von Kosambi übten starken Druck auf die Mönche aus, weil Buddha sich aus dem Ort zurückgezogen hatte. Nach dem *Dhammapada Commentary* war es dieser Druck, der die Mönche wieder zur Vernunft brachte.¹²⁷

„Die Mönche bekamen so wenig zu essen, dass sie fast verhungerten, und es bedurfte nur weniger Tage, um sie zur Vernunft zu bringen. Dann bekannten sie einander ihre Sünden, baten die Laienanhänger um Vergebung und sagten: ‘Brüder, wir haben uns wieder versöhnt; behandelt uns so wie zuvor.’

‘Ehrwürdige, habt ihr den LEHRER um Vergebung gebeten?’

‘Nein.’

‘Nun, dann bittet den LEHRER um Vergebung, und sobald der LEHRER euch vergeben hat, werden wir euch wieder behandeln wie zuvor.’

Aber da die Regenzeit gerade auf ihrem Höhepunkt war, konnten sie nicht zum LEHRER gehen, sodass sie die Zeit sehr unbequem verbrachten.“ (DhA,57)

Eine mögliche Interpretation, die mit Buddhas Lehre übereinstimmt, ist, dass Buddha wollte, die Mönche sollten aus den Folgen ihres Verhaltens lernen. Wenn Buddha in Kosambi geblieben wäre, nachdem sie seine Anweisung, das Dhamma auf ihren Konflikt anzuwenden, zurückgewiesen hatten, hätte er sie damit vor den Folgen ihres Handelns geschützt. Buddha wusste sicherlich, welchen Aufruhr sein einsamer Aufbruch auslösen würde. Aber er forderte die Dorfgemeinschaft nicht dazu auf, die Mönche zurückzuweisen. Hätte er das getan, dann wäre ihnen ihr Unglück als Erfolg seiner Manipulation und nicht als Ergebnis ihres eigenen Handelns erschienen. Genau das aber war es, was sie lernen sollten.

Im *Vinaya* wird Buddhas Aufbruch dramatisiert, nicht durch seine Plötzlichkeit, sondern durch die Lehren, die er davor erteilt. Die folgende Blütenlese stammt aus dem *Majjhima Nikaya* und dem *Dhammapada* .

„Wenn alle im Chor das Maul aufreißen, hält sich niemand für einen Narren; und niemand denkt um, auch wenn der Orden sich teilt.“

„Mit wanderndem Witz durchstreifen die Neunmalklugen das Feld des Gesprächs; mit bis zu den Ohren aufgerissenem Mund - aber was sie dazu treibt, wissen sie nicht.“

„Die auf dem Gedanken herumreiten: Dieser Mensch hat mich beschimpft, verletzt, überwältigt, beraubt! In ihnen wird sich der Zorn nicht beruhigen.“

„Die nicht auf dem Gedanken herumreiten ... In ihnen wird sich der Zorn beruhigen.“

„Nein, nicht durch Zorn werden zornige Launen beruhigt, weder jetzt noch irgendwann, sondern durch Nicht-Zorn werden sie beruhigt. Das ist ein ewiges Gesetz.“

„Die Menschen erkennen nicht, dass wir hier (im Leben, in der Zeit) geradegebogen werden, aber die, die das erkennen, deren Streit wird beruhigt.“

„Sogar Rohlinge, die verstümmeln und morden, Vieh, Pferde und Besitz stehlen und Königreiche ausplündern, leben in Eintracht miteinander. Warum könnt ihr es nicht?“

„Hat man den abgeklärten Freund gefunden,
Der mitgeht, mutig mitbestrebt in Tugend,
Entgangen aller dräuenden Bedrängnis
Mit ihm zufrieden wandern mag der weise Mann.

Muss man den abgeklärten Freund vermissen,
Der mitgeht, mutig mitbestrebt in Tugend,
Als König, der sein Königreich verloren,
Alleinig wandern mag man wie der wilde Ilph. (Elefant)

Allein ist bessere Wanderschaft,
Mit Toren schließt man keinen Bund;
Alleinig wandre man und meide böse Tat,
Geworden selbstgenügsam wie der wilde Ilph.¹²⁸

Ein Besuch bei Mönchen, die in Harmonie miteinander leben

In beiden Versionen wird erzählt, wie angenehm sich das, was Buddha fern von Kosambi erlebte, von dem unterschied, was er dort durchgemacht hatte. In beiden Texten wird es durch verschiedene Geschichten veranschaulicht.

Eine Geschichte im *Vinaya* hebt den Gegensatz besonders hervor. Buddha besuchte drei Mönche, die ehrwürdigen Anuruddha, Nandiya und Kimbala, in ihrer Klause im Östlichen Bambuswäldchen. Als er fragte, ob ihr Umgang miteinander freundlich sei, bekam er die folgende Antwort:

„Freilich, o Herr, vertragen wir uns, einig, ohne Zwist, mild geworden, und sehn uns sanften Auges an.’

‘Inwiefern aber, Anuruddha, vertragt ihr euch ...und seht euch sanften Auges an?’

‘Da gedenk’ ich, o Herr, also: Erreicht habe ich’s, wohl getroffen, fürwahr, der ich mit solchen wahren Asketen vereint lebe. Und ich Glücklicher, o Herr, diene diesen Ehrwürdigen mit liebevoller Tat ..., mit liebevollem Wort ..., mit liebevoller Gesinnung ...Und also verweilend ... denke ich: Wenn ich nun meinen eigenen Willen aufgäbe und mich nur dem Willen dieser Ehrwürdigen unterwürfe? ... Verschieden sind zwar unsere Körper, aber ich glaube, wir haben nur einen Willen.’¹²⁹

Auf weitere Fragen erfuhr Buddha, dass die drei Mönche ihr Zusammenleben so geregelt hatten, dass es ohne Reibereien ablief:

„Wer da zuerst von uns, o Herr, vom Almosengang aus dem Dorfe zurückkehrt, der bereitet die Plätze und setzt Trinkwasser, Waschwasser und den Spülnapf vor. Wer zuletzt vom Almosengang aus dem Dorfe zurückkehrt, und es ist noch Speise übrig, und er verlangt danach, so nimmt er davon; wo nicht, so wirft er sie fort, ... Dann ordnet er die Sitze, räumt Trinkwasser, Waschwasser und Spülnapf weg und fegt den Speiseplatz rein.’¹³⁰

Diese selbstlose Lebensweise stand im vollkommenen Gegensatz zu dem selbstzentrierten Raufen und Ringen im Kloster. Buddha gefiel das.

„Als der Herr den ehrwürdigen Anuruddha mit einer Rede über das Dhamma entzückt, erfreut, aufgemuntert, beglückt hatte, erhob er sich

von seinem Sitz und machte sich auf den Weg nach Parileyya.“
(Vin,4.4)

Danach überlegte er:

„Früher, bedrängt durch die Mönche von Kosambi, die Veranlasser von Zank, Streit, Kontroversen, feindlichen Auseinandersetzungen, Rechtsfragen im Orden, lebte ich nicht angenehm; aber jetzt, wo ich ganz alleine bin, lebe ich angenehm, jenen Mönchen entzogen, den Veranlassern von Zank ... im Orden.“ (Vin, 4.4)

Die Mönche kommen in Savatthi an

Die Kosambi-Mönche erreichten Buddha bei seiner Rückkehr nach Savatthi. Der König hatte ihm angeboten, ihn vor den Mönchen zu schützen, indem er ihnen den Eintritt in die Stadt verwehrte. Aber Buddha dachte trotz der früheren Zurückweisung großzügig von ihnen:

„Erhabener, ich werde diesen Mönchen nicht gestatten, mein Land zu betreten.’

‘Großer König, diese Mönche sind gute Menschen. Nur wegen des Streits, den sie miteinander hatten, schenkten sie meinen Worten keine Aufmerksamkeit. Jetzt kommen sie, um mich um Vergebung zu bitten. Lass sie kommen, großer König.’“ (DhA, 64)

Die Antwort scheint im Gegensatz zu seinem früheren Rückzug zu stehen, aber tatsächlich zeigt sie keine Inkonsequenz. Als sein Rat abgewiesen worden war, hatte er sich zurückgezogen. Aber als die Streitenden ihn aufsuchten, war er ganz und gar bereit, ihnen zu helfen.

In der *Vinaya* -Version wird erzählt, dass verschiedene Personen Buddha fragten, wie sie mit der Delegation aus Kosambi umgehen sollten. Am Ende kommt immer dabei heraus, dass sie mit Buddha sprechen dürfen. In jedem Fall antwortet Buddha, die Frager sollten allen Seiten zuhören und dann selbst entscheiden, was dem Dhamma entspreche und was nicht. In unserem Text unterlässt es Buddha, den Fragern vorzuschlagen, sie sollten

über die Mönche urteilen. Als Anathapindhika, der Hausbesorger, fragt, wie er die Besucher aus Kosambi behandeln solle, antwortet Buddha:

„Du tust gut daran, Hausbesorger, wenn du beiden Seiten Geschenke gibst, das Dhamma von beiden Seiten hörst. Wenn du das Dhamma von beiden Seiten gehört hast, wähle die Sichtweisen und die Bestätigung und die Überzeugung und die Grundsätze jener Mönche, die Sprecher des Dhamma sind.“ (Vin, 5.7)

Buddha achtet gewissenhaft darauf, keinen Druck auszuüben. Aber es gibt eine Ausnahme: Als die Mönche schließlich Savatthi betreten, sorgt Buddha dafür, dass sie von der Bevölkerung gedemütigt werden.

„Der LEHRER zeigte mit dem Finger auf sie und sagte: ‘Da sind sie! Da sind sie!’ Die dazu kamen, zeigten auch mit dem Finger auf einen Mönch nach dem anderen, bis die vor Scham die Köpfe nicht mehr heben mochten. Dann warfen sie sich dem Erhabenen zu Füßen und baten ihn um Vergebung.“ (DhA,64)

Hier verhält sich Buddha den Mönchen gegenüber völlig anders als sonst, sodass man versucht ist anzunehmen, die Stelle sei irrtümlich in die Erzählung gelangt.

Versöhnung

Die Versöhnung begann folgendermaßen:

„Während der exkommunizierte Mönch über das Dhamma und die Ordensdisziplin nachdachte, kam ihm in den Sinn: ‘Es ist eine Übertretung ... Ich habe mich vergangen ... Ich wurde durch einen (formalen) Akt exkommuniziert, der legal ist ...’“ (Vin, 5.10)

Die Mönche, die auf der Seite des Dhamma-Lehrers standen, fragten Buddha um Rat, und er sagte ihnen:

„ ‘Dies ist eine Übertretung, Mönche. ... Aber da der Mönch, der sich verging und exkommuniziert wurde, seine Übertretung einsieht, darum, Mönche, sollen sie ihn wieder aufnehmen.’“ (Vin, 5.11)

Sie näherten sich den Mönchen, die den Dhamma-Lehrer exkommuniziert hatten, und fassten ihre Aufforderung, ihn wieder aufzunehmen, in folgenden Worten zusammen:

„ ‘Ehrwürdige, lasst uns jetzt Einmütigkeit im Orden üben, um den Fall beizulegen.’“ (Vin, 5.12)

Die Vinaya-Gruppe fragte Buddha nach der angemessenen Prozedur, um die Sache beizulegen. Buddha betonte die Einmütigkeit des Ordens in dieser Entscheidung:

„ ‘Und so, Mönche, soll die Einmütigkeit geübt werden: Alle sollen sich versammeln, sowohl die Kranken als auch die Gesunden, niemand darf fehlen. Wenn alle versammelt sind, soll der Orden durch einen erfahrenen und kenntnisreichen Mönch belehrt werden: <Geehrte Herren, der Orden soll mir zuhören ... dieser Mönch hat sich vergangen und wurde exkommuniziert, aber er sieht seine Übertretung ein und wird wieder aufgenommen. Wenn es dem Orden recht erscheint, soll er Einmütigkeit üben ... um den Fall beizulegen. Dies ist der Antrag ... Wenn die Ausübung der Einmütigkeit allen Ehrwürdigen gefällt, sollen sie schweigen; wem sie nicht gefällt, der soll sprechen. Einmütigkeit ist erreicht ... Uneinigkeit ... Schisma ist überwunden. Es gefällt den Ehrwürdigen, deshalb schweigen sie. So verstehe ich das.’ Dann wird die Zeremonie noch einmal ausgeführt und der Patimokkha rezitiert.’“ (Vin, 5.14)

Die für Mediatoren unerlässlichen Eigenschaften

Buddha beantwortet Upalis Fragen: Erstens sei die Einmütigkeit nur legal, wenn der Orden den Fall untersucht habe und „zu den Wurzeln vorgedrungen“ sei. Zweitens solle die Einmütigkeit „im Geist“ bestehen, d.h. eine wirkliche Einigung in Übereinstimmung mit dem Dhamma sein, und nicht nur eine kleine Clique im Orden umfassen. Danach nennt und erklärt

Buddha die Eigenschaften, die ein Mönch besitzen soll, der einen Konflikt im Sangha bearbeitet. Teilweise stimmen die dort genannten Merkmale mit denen einer (guten) Mediatorin überein. Die entscheidenden Zeilen werden hier zitiert.¹³¹

1. Die erste notwendige Voraussetzung für eine Mediatorin ist es, achtsam zu leben und ihre persönlichen Angelegenheiten in Ordnung zu halten:

„In Angelegenheiten und Verhandlungen des Ordens und bei Untersuchungen, was für ein Mann wird dafür am ehesten gebraucht? Wodurch wird ein Mönch zur Leitung befähigt?

Vor allem muss er tadellos in seiner moralischen Haltung sein, sich umsichtig betragen und seine Kraft wohl beherrschen.“

2. Mediatoren sollten so leben, dass sie über mögliche Vorwürfe von Streitenden erhaben sind und nicht leicht angeschwärzt oder in Verruf gebracht werden können:

„Gegner tadeln ihn nicht wegen (Nicht-Einhaltens) der Regeln, denn es gibt nichts, was man gegen ihn vorbringen könnte.“

3. Mediatoren müssen sich klar und deutlich ausdrücken. Sie müssen, wenn nötig, mit moralischer Autorität sprechen:

„Er hat die Gegner unter Kontrolle, und die Menge wird von ihm belehrt. Er verleugnet seine eigene Überzeugung nicht. Er ist geschickt in Frage und Antwort. Er verletzt nicht.“

4. Die Mediatorin verletzt nicht, das heißt, dass sie mit ihrer Geschicklichkeit im Fragenstellen und in ihrer Führung keinen Druck auf die Streitenden ausübt, sondern an ihr Verantwortungsgefühl appelliert. Im Streitfall von Kosambi haben wir gesehen, dass Buddha sich trotz seiner Enttäuschung über die Engstirnigkeit der Mönche auf die angemessene Anwendung des

Dhamma beschränkte und sich im Übrigen auf die Entwicklung der Ereignisse verließ.

5. Eine Mediatorin muss dazu in der Lage sein, Botschaften richtig von einer Streitenden zur anderen zu transportieren:

„Dazu fähig, die Pflichten eines Botschafters zu verrichten ...“

6. Die Mediatoren brauchen Hintergrundwissen über die Angelegenheiten der Organisationen, in oder zwischen denen sie mediierten:

„und gut informiert über das, was sie ihm über die Angelegenheiten des Ordens mitteilen ...“

7. Mediatoren sollten bescheiden sein:

„Wenn ihn eine Gruppe von Mönchen beauftragt, gehorcht er, aber deshalb denkt er nicht: 'Ich tue das.'“

8. Mediation in Rechtsangelegenheiten erfordert ausreichende Gesetzeskenntnisse der Mediatoren:

„Was auch immer geschieht, ob es sich um eine Übertretung handelt oder darum, wie sie wieder gutzumachen ist, beider Analysen sind ihm gut überliefert. Er ist bewandert in den Erscheinungsformen von Übertretung und Wiedergutmachung.

Er wird fortgeschickt, weil er seine Arbeit getan hat, und er hat Verständnis dafür. Er wird weggeschickt, und das ist der Grund: die Wiederherstellung eines Menschen, der seine Strafe abgebüßt hat, auch das weiß er, denn er ist fähig zur Analyse.“

„Er wird weggeschickt, und das ist der Grund“ kann gute Kenntnisse in den Erfordernissen legaler Handlungen meinen (wie in diesem Fall in Beziehung zur Exkommunikation des Dhamma-Lehrers) oder es kann nahelegen, dass Mediatoren selbst Sanktionen aussprechen - wahrscheinlich das Erstere.

9. Eine Mediatorin sollte Streitende verschiedener gesellschaftlicher Stellung gleich, mit Achtung und Mitgefühl behandeln:

„Mit Achtung für ältere Mönche, für neu ordinierte, für Ältere und Menschen mittleren Alters, ein Helfer vieler und klug. Ein solcher Mönch ist zur Leitung geeignet.“

Das ist besonders wichtig, denn in Konflikten nutzen Streitende ihre übergeordnete Stellung stärker aus bzw. sind durch ihre untergeordnete Stellung stärker benachteiligt als im täglichen Leben.

Zusammenfassung

Friedenstiften verläuft selten auf sanfte Weise. Wir sahen, wie Buddha überlegen auf schwierige und demütigende Ereignisse reagierte, da er die Anwendung des Dhamma auf die Wurzeln des Konflikts beherrschte. Die Eigenschaften, die Mediatoren auch heutzutage brauchen, um erfolgreich zu arbeiten, sind keine anderen als die, die Buddha - wie in den Texten überliefert - dem Upali beschrieb.

19 MEDIATION ZWISCHEN DEN STAATEN DER KOLIYA UND DER SAKIYA

In diesem Kapitel wollen wir einen Konflikt näher betrachten, in den Buddha sich einschaltete. Der Streit brach zwischen den einander benachbarten Staaten der Koliya und der Sakiya aus und brachte sie an den Rand eines Krieges. Wir wollen versuchen, aus Buddhas Vorgehensweise Elemente herauszufinden, die auch heutige Mediatoren für ihre Arbeit gebrauchen können. Die Erzählung ist in zwei Versionen überliefert, die einander überschneiden. Die eine steht im *Kunala Jataka*¹³² und die andere im *Dhammapada Commentary*.¹³³ Die Erzählungen ergänzen einander.

Die Situation

Die Sakiyas und die Koliyas wohnten an den beiden Ufern des Flusses Rohini. Auf beiden Seiten des Flusses lagen die Felder und dahinter die Hauptstädte der beiden kleinen Staaten. Die Hauptstadt der Sakiya hieß Kapilavatthu, die andere Ramagama. Die königlichen Familien der beiden Staaten hatten untereinander geheiratet. Beide waren mit Gautama Sakyamuni, dem Buddha, verwandt. Vor dem Konflikt hatten die beiden Staaten sehr gut zusammengearbeitet. Sie hatten gemeinsam einen Damm errichtet, den sie für die Bewässerung ihrer Felder brauchten. Die Texte erzählen von keiner Uneinigkeit über den Besitz des Flusses.

Die freundliche Beziehung wurde in den Wochen vor der Ernte durch eine Dürre getrübt. Der Wasserstand der Rohini war niedrig. Die Menschen sorgten sich darum, ob es in nächster Zeit regnen würde. Die Texte erwähnen nicht, dass sie Angst vor einer Hungersnot gehabt hätten, aber es heißt, dass sie sich darum sorgten, wie viel von dem Reis zur Reife gelangen würde, wenn die Dürre anhielte.

Ein Vorschlag

Ein koliyanischer Feldarbeiter oder Vogt machte den folgenden Vorschlag: Da das Wasser nicht ausreiche, die Ernte beider Staaten zur Reife zu bringen, solle alles Wasser auf das koliyanische Land geleitet werden. Der Text erwähnt nicht, welchen Ausgleich die Sakiyas bekommen sollten - vielleicht die halbe Ernte -, wir können jedoch davon ausgehen, dass dergleichen vorgesehen war. Aber die Sakiyanischen Feldarbeiter befürchteten eine schlechte Ernte. Sie hatten Angst, dass die Koliyer das Wasser für sich behalten wollten. Sie drückten ihre Befürchtungen so aus:

„‘Wenn ihr eure Vorrathshäuser gefüllt habt, so werden wir nicht imstande sein rotes Gold, blaue Edelsteine und dunkle Kahapanas (Kupfermünzen) mitzunehmen und mit Rückenkörben u. dgl. an eurer Haustüre zu verweilen. Auch unser Getreide wird durch die Bewässerung gedeihen, gebt dies Wasser uns!’“ (J,412; Dutoit)

Wenn sie dem Plan folgten, würden die Sakiyas von den Koliyas abhängig. Sie müssten ihre Schätze gegen Reis eintauschen und als Tagelöhner arbeiten. Das würde einen Verlust der Selbstachtung bedeuten („an eurer Haustüre verweilen“).

Der Konflikt eskaliert

Zu diesem Zeitpunkt wäre das Problem noch leicht zu lösen gewesen. Wenn sie die Sache gemeinsam angegangen wären, hätten sie sicherlich eine beiderseits annehmbare Lösung gefunden. Z.B. hätte man zuerst die Felder mit dem besten Ertrag bewässern und verabreden können, dass man die Ernte teilen würde. Die Parteien stritten für und gegen den einzigen Vorschlag, der gemacht worden war, statt andere Lösungsmöglichkeiten zu erdenken und zu diskutieren. Jede der beiden Seiten befürchtete, dass die andere die Oberhand gewänne. Das selbstsüchtige Anhaften wurde durch die Angst vor Verlust und Auflösung verstärkt.

Sie waren in eine Sackgasse geraten:

„‘Wir werden es euch nicht geben ...’

‘Auch wir werden es nicht hergeben!’“ (J,412; Dutoit)

Die Verhandlungen kamen zum Stillstand, und die Gefühle kochten. Gelegentlich gab es sogar Faustkämpfe.

„Als so der Wortwechsel sich verstärkte, stand einer auf und gab einem andern einen Schlag; auch dieser gab dem andern einen. So schlugen sie auf einander und vermehrten den Streit, indem sie dabei die Abstammung ihrer Königsfamilien verletzten.“ (J, 412; Dutoit)

Beleidigungen entstammen dem *Paticca-samuppada*-Zyklus im *vibhavatanha* (Begehren nach Vernichtung), wo jede Partei die andere herabsetzen oder zerstören will. Wenn eine Seite die andere auf diese Weise schwächt, wird ihr eigenes Selbst-Bild vergleichsweise sicherer und wertvoller. Da es ein Streit zwischen Gemeinwesen und nicht zwischen einzelnen war, wurde das

Selbst-Bild des Gemeinwesens - das bedeutet: der Königsfamilien - angegriffen:

„‘Geht nur mit euren Bewohnern von Kapilavatthu! Die wie Hunde, Schakale und ähnliche Tiere mit ihren Schwestern beisammen wohnen, was werden deren Elefanten oder Pferde, deren Schilde oder Waffen uns machen?’ Die Feldarbeiter aus dem Sakiyastamme aber sagten: ‘Geht ihr nur jetzt mit euren aussätzigen Kindern! Die hilflos und übelgeraten wie Tiere auf dem Kola-Baume wohnten, was sollen uns deren Elefanten oder Pferde, deren Schilde und Waffen machen?’“ (J, 412; Dutoit)

Jetzt gehen die Beleidigungen schon so weit, dass den anderen ihr Menschsein abgesprochen wird. Sie werden mit Schakalen und wilden Tieren verglichen. Wenn aus dem Konflikt ein Krieg entstände, würde diese Einstellung es rechtfertigen, dass Menschen, die seit Generationen friedlich zusammengelebt haben, einander töten.

Die Königsfamilien werden in den Konflikt hineingezogen

Den Prinzen und ihren Ratgebern wurde von allem berichtet. Ihre Hauptsorge war es, ihren guten Name gegen die Beleidigungen zu verteidigen. Beide konnten die Kränkungen nicht überzeugend zurückweisen, weil sie den Sagen ihrer gemeinsamen Geschichte entnommen waren. Seltsamerweise wurde das Wasserproblem überhaupt nicht erwähnt. Auch in den gegenseitigen Herausforderungen am nächsten Morgen ist es bemerkenswerterweise nicht vorhanden.

Aus diesen Herausforderungen geht hervor, dass beide Seiten dazu entschlossen waren, die Achtung vor ihrem Königshaus durch Gewalt zu erzwingen. Da Worte die andere Seite nicht zur Vernunft bringen und die Illusion des Selbst als Weltmittelpunkt nicht wieder aufbauen konnten, würden sie ihr „Gesicht“ mit Waffengewalt zurückgewinnen.

„Da sagten die Sakiyas: ‘Wir werden ihnen die Stärke und Kraft von denen zeigen, die mit ihren Schwestern beisammen wohnen,’ und

zogen kampfbereit aus der Stadt. Auch die Koliyas dachten: 'Wir wollen die Stärke und Kraft von denen zeigen, die auf dem Kola-Baum wohnten,' und zogen auch zum Kampfe gerüstet aus ihrer Stadt.“ (J, 412-3 ; Dutoit)

Die Regierungen beider Staaten bereiteten sich auf den Krieg vor, nicht um eine bestimmte Wasserpolitik durchzusetzen oder sich dagegen zu wehren, sondern wegen der Beleidigung ihrer Königshäuser.

Buddha entscheidet sich einzugreifen

Von Buddhas Entscheidung zum Eingreifen wird in den beiden Texten verschieden erzählt. In der *Jataka* -Version geht es vor allem um die Wirksamkeit seines Eingreifens:

„Als er zur Zeit der Morgendämmerung die Welt betrachtete, sah er, wie jene zum Kampf bereit ausziehen wollten. Da er dies bemerkte, überlegte er: 'Wenn ich dorthin gehe, wird da dieser Streit zur Ruhe kommen oder nicht?' und er erkannte: 'Ich werde, wenn ich dorthin komme, um den Streit zu schlichten, drei Jatakas erzählen; dann wird der Streit aufhören.'“ (J, 423 ; Dutoit)

In beiden Texten wird die Erwartung einiger hundert junger Männer, die dem Sangha angehören, erwähnt. Die Erzählung im *Dhammapada Commentary* betont das Leiden, das wahrscheinlich über die Menschen käme, wenn Buddha nicht eingriffe:

„'Wenn ich nicht zu ihnen gehe, werden diese Männer einander erschlagen. Es ist meine unumgängliche Pflicht, zu ihnen zu gehen.'“ (DhA,255)

Augenblickliche Wirkung von Buddhas Gegenwart

Als Buddha erschien, zeigten die Sakiyas zuerst Bestürzung und Scham:

„‘Der Meister, der älteste unserer Verwandten, ist gekommen; hat er gesehen, dass wir die Pflicht haben zu streiten?’“ (J,413 ; Dutoit)

Gleich Kindern, die bei einer Unart ertappt werden, waren beide Seiten durch Buddhas Gegenwart wie gelähmt und erlebten eine innere Wandlung.

„Da kam ihnen folgender Gedanke: ‘Es ist uns nicht möglich, nachdem der Meister gekommen ist, auf den Körper eines anderen einen Speer zu schleudern; die Bewohner von Koliya sollen uns töten oder braten!’ Und sie warfen die Waffen weg. Auch die Bewohner von Koliya taten ebenso.“ (J, 413 ; Dutoit)

Buddhas spirituelle Unantastbarkeit kontrastierte mit der Schlechtigkeit und Verrücktheit der Führer und ließ sie dadurch deutlich hervortreten. Die Koliyas wurden nicht mehr mit Tieren verglichen, sondern sie wurden wieder als Menschen angesehen.

Buddha fragt nach den Gründen des Konflikts

In der *Jataka*-Version erzählt der Sakiya-König Buddha, dass es in dem Streit um Wasser gehe. Mit der Antwort will er das Gesicht wahren, wir wissen, dass sie nicht ganz wahr ist. Im *Dhammapada Commentary* fragt Buddha den Sakiya-König nach dem Grund des geplanten Krieges. Das Gespräch entbehrt nicht eines gewissen Humors:

„Da sagte der LEHRER zu seinem Verwandten: ‘Worum geht es in dem Streit, großer König?’

‘Das wissen wir nicht, Ehrwürdiger.’

‘Wer weiß es dann?’

‘Der Heerführer wird es wissen.’

Der Heerführer sagte: ‘Der Vizekönig wird es wissen.’

So fragte der LEHRER einen nach dem anderen, bis er schließlich an einen Sklaven kam. Der Sklave antwortete: ‘Im Streit geht es um Wasser, mein Herr.’“ (DhA,256)

Der geplante Krieg war moralisch nicht zu rechtfertigen, und der Sakiya-König war tief verwirrt. Seine Beamten versuchten nicht, die Situation mit der Dürre zu erklären. Sie wussten, dass der wahre Grund verletzter Stolz war. Erst der Sklave konnte das Wasser nennen. Damit hatte der Konflikt begonnen. Die Beamten wollten ihre Vorgesetzten nicht damit in Verlegenheit bringen, dass sie über die Beleidigungen sprachen. Das Gesicht war gewahrt, aber der wirkliche Grund für die Kriegsvorbereitungen wurde verhehlt.

Der König muss sein Wertesystem überprüfen

Buddha stellte den Königen die zu erwartenden Folgen eines Krieges dar und forderte sie dazu heraus, ihre Werte offenzulegen:

„Dann fragte der LEHRER den König: ‘Wie viel ist Wasser wert?’

‘Sehr wenig, Ehrwürdiger.’

‘Wie viel sind die Khattiyas (Krieger) wert, großer König?’

‘Sie sind unschätzbar, Ehrwürdiger.’

‘Es passt ja nicht, dass Khattiyas, deren Wert unschätzbar ist, wegen eines bisschen Wassers erschlagen werden sollen.’

Sie schwiegen. Dann sagte der LEHRER zu ihnen: ‘Große Könige, warum tut ihr so etwas? Wenn ich heute nicht hier wäre, würde der Fluss bald vom Blut eurer Untertanen über die Ufer treten. Ihr habt sehr übel gehandelt. Ihr lebt in Feindschaft und gebt den fünf Arten des Hasses nach. Ich lebe frei von Hass ...’“ (DhA,256)

Das Ereignis wird mit dem folgenden Vers kommentiert:

„O lass uns glücklich leben, frei von Hass zwischen denen, die hassen;
zwischen denen, die hassen, lass uns frei von Hass leben ...“ (DhA,256)

Die Wurzel des Konflikts

Im Gespräch mit Buddha erwähnt keiner der beiden Könige, dass die Beleidigungen ihrer Königshäuser sie zum Kriegführen reizten. Nach Buddhas Lehre ist verletzter Stolz durch Verblendung bedingt. Am Ende des Gesprächs spielt Buddha darauf an:

„Im Streit ist keine Befriedigung. Infolge eines Streites, ihr Großkönige, wurde eine Baumgottheit mit Hass gegen einen schwarzen Löwen erfüllt, und dieser Hass blieb für drei ganze Weltalter.‘ Und er erzählte das Phandana-Jataka.“ (J,414 ; Dutoit)

Aus dem Text geht nicht eindeutig hervor, ob diese Worte vom König oder von Buddha gesprochen werden, aber da sie eine andere *Jataka*-Geschichte einleiten, sind sie wohl Buddha in den Mund gelegt. Die Geschichte, auf die hier Bezug genommen wird, handelt von einem schwarzen Löwen und einem Baumgeist, die durch ihren fortwährenden Zank einen Wagenbauer auf die Idee bringen, sie alle beide zu töten, und die ihn auch noch mit den nötigen Informationen darüber versehen, wie er die Idee in die Tat umsetzen kann, um dann aus der Löwenhaut einen Radreifen herzustellen.

Möglicherweise ist das eine Anspielung auf Sagen über die Königshäuser. Die Koliyas sollten von einem Baumgeist abstammen, und Buddha sagt, dieser Streit sei bis in die Gegenwart „herabgekommen“. Streit bringt den daran Beteiligten nur Leiden. Die einzigen Gewinner wären die beiden illusorischen Ego-Identitäten der Königshäuser, die beleidigt wurden. Sie existieren nur im verblendeten Geist und sind von einer Generation zur anderen weitergegeben worden.

Obwohl Buddha die Situation schon gleich als durch Verblendung bedingt interpretiert, bringt er das Thema doch erst am Ende des Gesprächs zur Sprache. Er äußert zunächst moralische und praktische Bedenken, aber seine letzte Bemerkung ist zweifellos die tiefste. Das Thema, dass man durch Konflikt keine Befriedigung findet, wird später noch in zwei andern Geschichten aufgegriffen. In einer heißt es, dass ein Tier, das den schwachen Punkt eines anderen herausgefunden habe, ihm schaden könne, gleich, wer von beiden das stärkere sei. Die zweite wiederholt die Aussage, Einigkeit mache stark:

„Bei den Einträchtigen, ihr Großkönige, konnte niemand einen Mangel (eine schwache Stelle) entdecken; als sie aber miteinander stritten,

brachte sie ein junger Jäger ums Leben und nahm sie mit fort, im Streit liegt keine Befriedigung.“ (J,414 ; Dutoit)

Der „junge Jäger“ ist wahrscheinlich Mara. Uneinigkeit bringt Unglück.

Eine weitere, immer wieder hervorgehobene Lehre betont die Bedeutung der Achtsamkeit:

„Man darf einem anderen nicht (blind) folgen. So folgten der Rede eines einzigen Hasen die Scharen der Vierfüßler ... und sprangen in den Ozean. Darum darf man einem andern nicht folgen.“ (J,414 ; Dutoit)

Hiermit bezieht sich Buddha darauf, wie sich der Ärger zwischen den Feldarbeitern und den Königshäusern beider Seiten ausbreitete. Die amüsante Geschichte, wie Buddha nacheinander den König, den Heerführer, die Generäle und den Ratgeber befragt, enthält dieselbe Lehre wie die *Jataka*-Geschichte:¹³⁴ Ein Hase, den eine herabfallende große Frucht erschreckt hat, versetzt die anderen Tiere damit in Panik, dass er erzählt, die Erde ginge unter. Die Moral von der Geschichte ist, dass die Dinge außer Rand und Band geraten, wenn wir unachtsam sind.

Was man daraus lernen kann

Einige Aspekte von Buddhas Eingreifen sind auch für die heutige Praxis von (Mönch-)Mediatoren von Bedeutung:

Zur rechten Zeit reagieren

Buddha bemerkte den Konflikt schon zu der Zeit, als sich die ernst zu nehmenden Gewalttaten zu entwickeln begannen. Sein rechtzeitiges Eingreifen verhinderte eine bewaffnete Auseinandersetzung, die für Jahre die Beziehungen zwischen den Sakiyas und den Koliyas vergiftet hätte. Konflikte eskalieren und geraten dann sehr schnell außer Kontrolle. Es ist entscheidend, dass man so früh wie möglich in einen Konflikt eingreift, und sei es nur, indem man Kontakt zu den Parteien aufnimmt. Buddha zog die Dringlichkeit des Falles in Betracht, als er sich für die Mediation entschied.

Spirituelle Unantastbarkeit

Buddhas spirituelle Unantastbarkeit hatte beträchtliche Wirkung auf die Streitenden. Obwohl die Könige große militärische Macht besaßen, war doch Buddha der mächtigere, aber auf andere Weise als sie. In seiner Gegenwart sahen die Könige ein, dass das, was sie gerade tun wollten, unrecht war. Als die Streitenden ihr eigenes Verhalten mit den Augen Buddhas betrachteten, war der Zyklus der Eskalation durchbrochen. Mönche berichten von ähnlichen Erfahrungen: In ihrer Gegenwart ließen Menschen von ihrem Streit ab. Danach waren Gespräche möglich.

Unvoreingenommenes Mitgefühl

Obwohl Buddha zur Familie der Sakiya gehörte, zweifelte keiner der Beteiligten daran, dass er in dem Streit neutral bleiben würde. Sicherlich erkannten die Menschen, dass Buddha über dem kleinlichen Streit stand. Sie erkannten, dass Buddha aus Mitgefühl mit allen Leidenden in den Streit eingriff und nicht zu Gunsten nur einer der Parteien. Mitgefühl ist ein sehr wichtiges Werkzeug der Mediatoren.

Eine Gelegenheit, das Dhamma zu lehren

Buddha benutzt den Konflikt als Gelegenheit, das Dhamma auf gleichzeitig subtile und praktische Weise zu lehren. Er leitet den König dazu an, seine eigenen Motive und Werte zu hinterfragen. Indem Buddha den heikelsten Punkt - dass nämlich die Könige wegen der Beleidigungen ihrer Namen miteinander kämpfen wollen - im Gewand einer Geschichte zur Sprache bringt, konnte er auf die Sinnlosigkeit von Streit hinweisen, ohne dass die Könige ihr Gesicht verloren. Seine Bemerkung ist eher ein Scherz als ein moralisches Urteil.

Konfliktparteien geraten häufig in Situationen, in denen ihre Weltsicht ernstlich in Frage gestellt wird, und kommen dann nicht umhin, etwas dazu zu lernen. Aber das Lehren muss sehr taktvoll erfolgen. Dem Mönch-Mediator entspricht es mehr, das Dhamma zu lehren, indem er es anwendet, als dadurch, dass er es predigt.

Zusammenfassung

Der Rohini-Konflikt entstand aus einem Streit über die Verteilung von Wasser, aber bald drehte es sich um den Stolz zweier Königshäuser. Als sich

Buddha überlegte, ob er in dem Streit medieren sollte, dachte er an die Konsequenzen, die es hätte, wenn er es nicht täte, und an seine Fähigkeit, Frieden zu stiften. Die Gegenwart Buddhas brachte eine Feuerpause, als beide Seiten die Niedrigkeit ihres Handelns einsahen. Buddha ermöglichte es dem Sakiya-König, im Gespräch eine tiefere Einsicht in sein eigenes Wertesystem zu gewinnen. Der Sakiya-König verhehlte den wahren Grund des Streites. Buddha ließ das zu und bewahrte ihn damit vor einem Gesichtsverlust. Aber mit seiner Bemerkung am Ende des Gesprächs spielte er doch auf diesen Aspekt des Konflikts an. In Buddhas Mediation finden Mediatoren mit spirituellem Hintergrund auch heute noch beherzigenswerte Empfehlungen.

TEIL 6 PRAKTISCHE RICHTLINIEN ZUM LEITEN VON MEDIATIONSPROZESSEN

20 IN DIE MEDIATION EINTRETEN

Nicht alle Mediationen haben ein Ende, aber alle haben einen Anfang. Sowohl die Mediatoren als auch die Streitenden müssen sich entscheiden: Ist Mediation für diesen Fall das geeignete Verfahren? Sind die in Frage kommenden Mediatoren die richtigen Personen, um den Fall zu bearbeiten? In diesem Kapitel wollen wir uns mit den frühen Stadien des Mediationsprozesses beschäftigen.

Wenn die Mediation anfängt, ist sie noch ein dünner Faden, der erst später durch dazugesponnene Fasern verstärkt wird. Wenn Streitende sich für Mediation entscheiden, können sie damit rechnen, dass sie eher den Konflikt vernünftig regeln, als dass sie ihre feindliche Auseinandersetzung fortsetzen werden, und dass es weniger Probleme geben wird.

Wann braucht man Mediation?

Wenn zwei Parteien konstruktiv über ihre gemeinsamen Probleme sprechen können, brauchen sie keine Mediation. Nur wenn direkte Kommunikation zwischen den Streitenden schwierig oder unmöglich wird, ist Mediation ein geeignetes Verfahren. In manchen Fällen sprechen die Parteien gar nicht mehr miteinander. In anderen führen die Gespräche zu immer größerer Feindschaft und Bitterkeit. In wieder anderen Fällen beschränkt sich der Konflikt auf einen Punkt, bei dessen Diskussion die Parteien sich regelmäßig in die Haare geraten, während ihre Beziehung sonst stabil bleibt.

Aus verschiedenen Gründen kann Mediation für Streitende an Interesse gewinnen. Einer der Gründe ist, **dass Konflikte leicht außer Kontrolle geraten**. Wir sagten schon, dass das verblendete Selbst seinem Wesen nach unsicher ist und dass Konflikte seine Unsicherheit noch vergrößern. Der Umgang zweier verblendeter Selbst-Bilder miteinander, die beide versuchen, die Realität um sich als Mittelpunkt herum anzuordnen,

kann leicht entgleisen. Da aber Unwissenheit herrscht, kommt das immer überraschend. ***Bei einem Konflikt, der außer Kontrolle gerät, entstehen unvorhersehbare und oft unannehmbare Kosten.*** Wenn die Streitenden erkennen, welche hohen Kosten ihre Gewalt-Strategien verursachen, wächst ihre Bereitschaft dazu, nach einer friedlichen Regelung zu suchen.

Dazu das folgende erdachte Beispiel:

In seiner ersten Kabinettsrede nach der Wahl legt der neue Sicherheitsminister seine Pläne dar, die Rebellion niederzuschlagen, die im Gebiet einer ethnischen Minderheit ausgebrochen ist:

„Da die Wanta-Unabhängigkeits-Armee (WUA) von keiner der im Parlament vertretenen Parteien repräsentiert wird, sehe ich keine andere Möglichkeit als einen militärischen Eingriff.

Die Wirkung davon wird sein, dass die WUA geschwächt und die Gemäßigten gestärkt werden. Wenn die WUA die Bevölkerung nicht mehr unterdrücken kann, werden die gemäßigten Politiker der Minorität bereit sein, sich auf Verhandlungen einzulassen, die unsere Regierung ihnen anbieten wird.

Ich versichere dem Kabinett, dass die Angelegenheit innerhalb eines Jahres auf befriedigende Weise geregelt sein wird, wenn der Finanzminister die Mittel bewilligt, die ich angefordert habe.“

Die logische Argumentation des Sicherheitsministers und das Vertrauen, das die anderen Minister zu ihm haben, veranlasst das Kabinett dazu, die angeforderten Mittel bereitzustellen. Zu diesem Zeitpunkt denkt der Minister noch, er könnte das Problem dadurch lösen, dass er Entschlossenheit zeigt und ein wenig die militärischen Muskeln spielen lässt. Er glaubt tatsächlich, dass ein Jahr für die Lösung des Problems genügen würde. In Gedanken genießt er schon den Erfolg und stellt sich vor, dass die Mehrheit im Staat ihn als starke Führungspersönlichkeit sehen wird; vielleicht könnte er eines Tages ja sogar Premierminister werden. Hätte ihm zu diesem Zeitpunkt eine Organisation ein Mediationsverfahren angeboten, hätte er es gewiss abgelehnt.

Aber der Sicherheitsminister hat sich geirrt. Der Konflikt wird immer unübersichtlicher und unkalkulierbarer. Zwar gelingt es zunächst, die Rebellen militärisch zu besiegen, aber gleichzeitig wächst in großem Ausmaß der Zulauf zu ihren Waffen. Der Einfluss der gemäßigten Politiker der Minorität nimmt ab, weil die Öffentlichkeit über die harte Vorgehensweise der Sicherheitskräfte verärgert ist. Deswegen wagen die gemäßigten Politiker es nicht, mit der Regierung in ein Gespräch einzutreten.

Einige Monate später - weder ist Frieden in Sicht noch finden Verhandlungen statt - gibt es einen Bombenanschlag in der Hauptstadt. Es ist nur eine kleine Bombe, aber sie erschüttert die öffentliche Meinung stärker als das Gebäude, in dem sie detoniert. Dem Minister bereitet vor allem der Strategie-Wechsel der WUA Sorge: Sie beschränkt sich nicht mehr darauf, die Regierungstruppen aus den Minderheiten-Gebieten zu vertreiben, sondern sie beginnt, eine offensive Strategie zu verfolgen.

Dem Minister bereitet das schlaflose Nächte. „Wenn es ihnen jetzt gelingt, eine kleine Bombe zu bauen und zu installieren, dann werden es in ein paar Wochen oder Monaten vermutlich ein paar größere sein.“ Bombenanschläge in der Hauptstadt wären für ihn ein viel schwerer wiegendes politisches Problem, als es Unruhen in Gebieten der Minderheiten sind. Er stellt sich schon die Schlagzeile vor: „Oppositionsführer sagt, Bombenanschläge in der Hauptstadt seien ein unverkennbares Zeichen für das vollständige Scheitern der Sicherheitspolitik der Regierung.“

Konflikte verursachen Kosten. Dazu gehören: versäumte Arbeitsstunden, Abbruch langdauernder Beziehungen, erlittene Schäden, finanzieller Verlust, Tod und Zerstörung. **Die vollständigen Kosten eines Konflikts treten oft erst dann zu Tage, wenn die Streitenden schon fest in die Situation verstrickt sind. Die Strategien und Waffen, in die die Streitenden das meiste Vertrauen gesetzt haben, verfehlen nun nicht nur die gewünschte Wirkung, sondern verschlimmern noch die Situation.** Es gibt Beispiele dafür, dass eben die Maßnahme, von der man erwartet hatte, mit ihrer Hilfe könnte man eine

Separatistengruppe unterwerfen, sie im Gegenteil stärkte. Das ist besonders ärgerlich.

Nachdem ein Jahr vergangen war, musste der Minister erkennen, dass sich die Lage ernstlich verschlechtert hatte. Zwar ließen seine öffentlichen Ansprachen keine Unsicherheit erkennen, aber tatsächlich durchlebte er beträchtliche Selbstzweifel.

Der Minister befindet sich im *jara-marana*. Sein Selbst-Bild, das er mit der Entscheidung vor einigen Monaten verbunden hat, beginnt zu zerbrechen. Er erkennt, welche Leiden diese Entscheidung mit sich brachte. Jetzt ist die Gelegenheit für eine Veränderung gekommen! Wenn die Mediatoren sich ihm zu diesem Zeitpunkt näherten, fänden sie ihn wahrscheinlich dazu bereit, über einen möglichen Friedensprozess nachzudenken.

Ein weiterer Grund dafür, dass Streitende Mediation in Anspruch nehmen, ist ***eine solche Verschlechterung ihrer Kommunikation miteinander, dass jedes Gespräch in feindlichen Auseinandersetzungen endet. Gute Kommunikation hängt davon ab, dass Gier, Hass und Verblendung auf einem erträglichen Niveau gehalten werden.*** In dem Maße, in dem die Gier zunimmt, nehmen Offenheit und Sachlichkeit ab. Wenn der Hass größer wird, werden Wohlwollen und Achtung kleiner. Wenn die Verblendung zunimmt, nimmt die Einfühlsamkeit ab.

Haben Menschen Probleme miteinander, über die sie sprechen können, brauchen sie keine Mediation. Wenn aber Kommunikation entweder gar nicht mehr stattfindet oder jeweils in einer Katastrophe endet, dann ist Mediation angebracht, denn sie ermöglicht ein Fortschreiten zum Lösen der Probleme.

Der wichtigste Beitrag, den die Mediatorin leistet, ist es - nach Buddhas Lehre - die *kusala-mula* (heilsamen Wurzeln des Handelns) zu setzen. Damit schafft sie die Grundlage für gute Kommunikation.

Oft fürchten Streitende, die einen Konflikt beilegen wollen, dass ihre Schritte in Richtung Versöhnung als Schwäche ausgelegt würden. Die andere Seite könnte ihren Druck verstärken, wenn sie Schwäche vermutet.

Die Mediatorin bietet in ihrer Vermittlung einen Weg an, auf dem die Streitenden Möglichkeiten eines Kompromisses erproben können, ohne dass sie in den Verdacht geraten, sie würden klein begeben.

Anfangskontakte

Die Art und Weise, in der die Mediatorin den Kontakt mit den Streitenden aufnimmt, spielt für den gesamten Mediationsprozess eine entscheidende Rolle. Dabei darf sie keinen Fehler begehen. Normalerweise entsteht der Kontakt auf eine der drei folgenden Arten:

- a) die Streitenden laden die Mediatorin ein,
- b) ein gemeinsamer Freund der Streitenden spricht mit der Mediatorin oder
- c) die Mediatorin ergreift selbst die Initiative.

a) die Streitenden laden die Mediatorin ein

Der Mediatorin ist es am liebsten, wenn sie von beiden Streitenden gemeinsam eingeladen wird. Dann gibt es kein Misstrauen am Anfang, und es ist sehr wahrscheinlich, dass beide Seiten zusammenarbeiten wollen, um den Konflikt zu lösen.

Anders ist es, wenn eine Seite die Mediatorin einlädt, ohne sich mit der anderen vorher darüber verständigt zu haben. Mediation kann nur dann stattfinden, wenn beide Parteien einvernehmlich und aktiv zusammenarbeiten. Deshalb dürfen wir über keinen wesentlichen Konfliktpunkt sprechen, ehe beide Seiten ihre Teilnahme zugesagt haben. Streitende haben es gar nicht gerne, wenn Unberufene ihre Nase in ihre Angelegenheiten stecken. Schließlich wollen wir ja als Vermittler angesehen werden und nicht als Schnüffler. Wir müssen deutlich sagen, dass Mediation darauf beruht, dass beide Seiten sie annehmen. Bis dahin erkunden wir in allen Gesprächen nur die Bedingungen für Mediation. Diese Gespräche gehören noch nicht zum eigentlichen Mediationsprozess. Wenn wir die zweite Partei zum ersten Mal treffen, wollen wir ehrlich sagen können, dass wir mit der anderen Partei bisher nur ein allgemeines Gespräch geführt haben, auch wenn sie uns um unsere Teilnahme gebeten hat. Wir drücken das etwa so aus:

„Gestern hat Ihr Kollege uns um Mediation gebeten. Er hat uns kurz seine Sichtweise der Situation dargelegt. Wir haben noch nicht über Einzelheiten gesprochen. Natürlich ist uns klar, dass wir bisher Ihre Sichtweise noch gar nicht kennen gelernt haben.“

b) ein gemeinsamer Freund der Streitenden spricht mit der Mediatorin

Manchmal fordern uns gemeinsame Freunde der Streitenden zur Mediation auf. Im besten Fall stehen sie beiden Seiten gleich nahe und verfolgen keine eigenen Interessen. In dem Fall entwickelt sich schnell ein Vertrauensverhältnis. Aber gemeinsame Freunde sind nicht immer das, was sie scheinen. Es kann sein, dass sie die Situation für ihre eigenen Ziele ausnutzen oder uns dazu gebrauchen wollen, ihre Stellung bei den Streitenden zu verbessern. Wir müssen unsere Beziehungen zu den Streitenden selbst aufbauen, unabhängig von allen anderen dritten Parteien.

c) die Mediatorin ergreift selbst die Initiative

Oft leiten die Mediatoren selbst das Gespräch ein. Sie drücken zunächst ihre Besorgnis aus. Dann führen alle drei Parteien ein Erkundungsgespräch. Im besten Fall gelangen beide Streitenden dabei zu der Ansicht, dass Mediation ihnen helfen könnte. Manche Streitenden sind zu Anfang misstrauisch. Sie denken vielleicht, dass unser Interesse doch recht aufdringlich sei oder dass wir der anderen Seite einen Vorteil verschaffen wollten. Das einzig wirksame Gegenmittel ist, dass wir den Streitenden ermöglichen zu verstehen, warum wir ihnen das Mediationsangebot machen. Wir zeigen das jetzt an einer Kriegssituation, aber dasselbe Prinzip wirkt auch in Konflikten zwischen Personen.

In der Frontlinie steht eine Schule. Die WUA hat von einer Stelle in der Nähe aus operiert, und das hat zu einigen direkten Angriffen des Militärs auf die Schule geführt. Es gab Verwundete unter Lehrern und Schülern.

Die Lehrerschaft wendet sich an beide Seiten mit der Bitte, eine Sicherheitszone um die Schule einzurichten. Der Geschichtslehrer, ein Spezialist der Wanta-Geschichte, hat einen weitreichenden Vorschlag

für die Lösung des gesamten Konflikts ausgearbeitet. Die Lehrer sprechen zuerst mit den Rebellen. Ihr Führer hört ihnen respektvoll zu, und dann sprechen sie über den Lösungsvorschlag. Das Gespräch endet mit konstruktiver Kritik der Rebellen, die sich dazu bereit erklären, später in der Woche den überarbeiteten Vorschlag entgegenzunehmen.

Beim nächsten Gespräch wird der neuen Fassung des Vorschlags eine ganz andere Aufnahme zuteil. Die Rebellen unterbrechen die Darstellung und sagen, sie laufe auf Ergebung hinaus. Dann möchten sie wissen, mit wem zusammen der Lehrer daran gearbeitet habe und ob ein Politiker daran beteiligt sei.

Warum nehmen die Rebellen den Vorschlag zur Einrichtung einer Sicherheitszone an, benehmen sich aber feindselig, als ein weiter gefasster Friedensplan zur Sprache kommt? Das kommt daher, dass die Rebellen zwar **Verständnis** dafür haben, wenn Lehrer um die Sicherheit ihrer Schule besorgt sind, aber den weiter gefassten Vorschlag betrachten sie als höhere Politik. Die Rebellen misstrauen den Motiven der Lehrer. Unser Vergleichspunkt ist der: Wir sollten Streitende in die Lage versetzen zu verstehen, warum wir Mediation anbieten. (Der Vergleichspunkt ist die Akzeptanz bei Verstehen. So wie der Rebellenführer das Bedürfnis nach Sicherheit versteht und darum den Wunsch der Lehrer nach einer Sicherheitszone akzeptiert, so wollen Streitende verstehen, welches Bedürfnis die Mediatoren treibt, ihnen Mediation anzubieten, bevor sie das Angebot akzeptieren.)

Wer im Sinne des Dhamma Frieden stiften will, hat glaubhaft zu versichern, dass ihm daran liege, durch Menschen geschaffenes Leiden zu vermindern.

Entscheidung, ob die Mediatorin in einen Konflikt eingreifen soll

Wir müssen uns Zeit nehmen, die Sache zu durchdenken, und dürfen uns nicht von den Streitenden drängen lassen. Wir müssen uns klar darüber werden, ob Mediation wirklich die geeignete Form der Bearbeitung des Konflikts ist und ob wir die am besten geeigneten Mediatoren wären. Bevor

Buddha entschied, ob er den Konflikt zwischen dem Koliya- und dem Sakiya-Königshaus mediiieren sollte, bedachte er zweierlei:

- Er überlegte sich, wie groß das vom Konflikt bewirkte Leiden würde, wenn er nicht eingriffe. Mediation ist notwendig, wenn ein Konflikt - mit Sicherheit oder großer Wahrscheinlichkeit - Leiden bewirken würde und wenn die Streitenden nicht in der Lage sind, ihn selbst zu lösen. Mediation wird umso dringender notwendig, je größer das (zu erwartende) Leiden und je unfähiger die Streitenden sind, mit dem Konflikt allein zurechtzukommen.

- Er überlegte sich, ob sein Eingreifen Erfolg haben könnte. Wir können nur dann bei der Lösung eines Konflikts helfen, wenn die Fähigkeiten und Erfahrungen unseres Mediations-Teams den möglichen Anforderungen des Konflikts gewachsen sind. Bei einem Streit zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer wäre es gut, wenn wir jemanden mit Erfahrungen im Management und Arbeitsrecht im Team hätten. Wenn das nicht so ist, sollten Experten als Berater erreichbar sein.

Nachdem auch wir uns diese beiden Punkte überlegt haben, sollten wir uns fragen, ob Mediation für den vorliegenden Fall die am besten geeignete Maßnahme sei.

Wodurch wird Mediation schwierig oder als Methode ungeeignet?

Es gibt Umstände, die Mediation als Methode der Konfliktlösung schwierig oder ungeeignet erscheinen lassen. Wenn wir uns trotzdem dafür entscheiden, sollten wir jedenfalls wissen, was wir tun. Wir geben ein Beispiel:

Während einer Auseinandersetzung zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmern schlägt ein Manager eine Arbeitnehmerin mit einem Lineal ins Gesicht. Die übrigen Arbeitnehmer streiken und fordern die Entlassung des Managers. Der fürchtet, dass ein Gericht ihn zur Zahlung einer Entschädigungssumme verurteilen würde, und bittet deshalb um Mediation.

Die Mediatoren sprechen zuerst mit beiden Seiten. Dabei ergibt sich, dass die Arbeitnehmerin einen rechtlichen Anspruch gegen den Manager hat. Deshalb raten ihr die Mediatoren, parallel zur Mediation eine Rechtsberatung aufzusuchen.

Der Manager könnte die Mediation zum Anlass nehmen, seine Umgangsformen mit den Beschäftigten zu überdenken. Die Mediatoren wissen, das Ergebnis der Mediation könnte für die Arbeitnehmerin sein, dass sie weniger Entschädigung bekäme, als ein Gericht ihr zusprechen würde. Durch die Beteiligung eines Rechtsanwalts wird in jedem Fall ihr Recht geschützt und der Übergang zu Rechtsmaßnahmen erleichtert, falls die Mediation scheitern sollte.

In Kriegssituationen, in denen das Rechtssystem zusammengebrochen ist, kann Mediation vielleicht unnötigen Schaden abwenden. Findet die Mediation ohne Stützung durch ein Rechtssystem statt, müssen wir uns der verschiedenen Kräfte bewusst sein, die die Situation beeinflussen. Wenn das Rechtssystem selbst ungerecht ist, durchdenken wir in der Mediation mögliche Reformen.

Machtgefälle

Wenn es ein starkes Machtgefälle gibt und uns die stärkere Partei um Mediation bittet, müssen wir sehr vorsichtig sein. Es besteht dann die Gefahr, dass sie den Mediationsprozess für sich ausnutzen will. Als Mediatoren unterstützen wir die schwächere Partei dadurch, dass wir ihre Sichtweise stärker hervorzuheben, als es ihr allein bis dahin möglich war, und indem wir darauf achten, dass der Mediationsprozess nicht von der stärkeren Partei gelenkt wird.

Unzuverlässigkeit in Betracht ziehen

Ein negatives Kriterium, auf das wir achten müssen, ist das bekanntermaßen aggressive Verhalten einer oder beider Parteien und das wiederholte Nichteinhalten von Vereinbarungen oder Nichteinlösen von Versprechen. In solchen Fällen müssen wahrscheinlich alle Vereinbarungen durch Sanktionen gestützt werden. Aber jede Form von Zwang würde eine grundsätzliche

Abkehr vom Dhamma bedeuten und uns auf das Gebiet der „Mediation mit Muskelkraft“ führen, wohin wir uns im Rahmen dieses Buches durchaus nicht begeben wollen.¹³⁵

Herr H besitzt ein Hotel, in dem viele junge Leute Alkohol konsumieren. Sie lärmten bis spät in die Nacht, und außerdem verbreitete sich das Gerücht, dass dort Drogen verkauft würden. Die Nachbarn wenden sich an Mediatoren.

Sie haben sich vorher schon oft bei Herrn H beschwert. Jedes Mal versicherte er höflich, der Zustand werde sich bessern, aber innerhalb von ein oder zwei Tagen wurde es immer wieder genauso laut wie vor der Beschwerde. Einmal verwarnte ihn die Polizei, aber auch das ignorierte er.

Die Nachbarn wussten sich nicht anders zu helfen, als Steine auf das Hoteldach zu werfen, wenn das Getöse ganz und gar unerträglich wurde.

Das Problem mit unzuverlässigen Streitenden ist, dass, wie gut unsere Regelungen auch sein mögen, unsere Bemühungen so lange vergebens bleiben, wie eine Seite die Vereinbarung nicht einhält. Andererseits führt es zur klareren Formulierung der Bedingungen der Vereinbarung, wenn im folgenden Mediationsgespräch das vorangegangene Scheitern aufgegriffen wird. Vielleicht verändert Herr H durch Einsicht seine Verhaltensweise.

Vorurteile im Hintergrund

Manchmal stehen Vorurteile im Hintergrund eines an sich oberflächlichen Konflikts. Sie betreffen die ethnische Zugehörigkeit, die Kaste, die Klasse oder etwas anderes. Dadurch wird die Mediation erschwert. Vorurteile sind durch Ego-Geburten in früheren Zyklen entstanden. Sie stammen vielleicht aus früheren Generationen. Sie beruhen auf Konkurrenz Erfahrungen zwischen Gemeinschaften, auf Ungerechtigkeiten oder auf Krieg.

Das Dhamma lehrt, dass wir nicht notwendig in Vorurteilen gefangen bleiben müssen, nicht einmal, wenn sie durch extreme Erfahrungen entstanden. ***Bedeutungs-Bildung findet in jedem Augenblick statt. Ursachen***

in der Vergangenheit behalten ihre Kraft nur dadurch, dass die entsprechenden Einstellungen in der Gegenwart erneut zusammengesetzt werden. Wir „deconditionieren“ (wie die Lernpsychologen sagen) unseren Geist, indem wir achtsam auf unsere gegenwärtigen Erfahrungen sind. Mediation bietet uns die Gelegenheit, bei unseren Gesprächen in die Tiefe zu gehen. Damit ermöglichen wir den Streitenden tiefere Wahrnehmungen.

Wenn beide Seiten Mediation als Methode der Bearbeitung ihres Konflikts annehmen, bezeigen sie damit schon einmal ihr gemeinsames Interesse daran, das Problem friedlich zu lösen. Während wir das im Vordergrund stehende Problem behandeln, kommen auch alte Vorurteile zur Sprache. Im folgenden Beispiel benutzt die Mediatorin eine gegenwärtige Erfahrung dazu, einem uralten Vorurteil entgegenzuwirken:

„Ich habe Sie so verstanden, dass Sie glauben, Menschen aus dem Chato-Distrikt lügen und betrügen, wenn sie Geschäfte machen. Zwar sagen das die Leute, aber ich weiß nicht, ob es stimmt. Trifft es denn auf das Verhalten von Herrn Z zu? Hat er sie belogen oder betrogen? Sie erzählten von einer Gelegenheit, bei der es Ihnen so schien, aber die Sache hat sich als Missverständnis herausgestellt. Gibt es ein anderes Ereignis, bei dem er sie hintergangen haben könnte? Wird Ihre Meinung über Herrn Z vielleicht stärker durch das beeinflusst, was die Leute über die Einwohner des Chato-Distrikts sagen, als durch Herrn Zs tatsächliches Verhalten?“

Die Mediatoren stellen sich selbst und die Mediationsmethode vor

Die Beziehungen zwischen jedem einzelnen der Streitenden und den Mediatoren sind die Bausteine für die neue Beziehung zwischen den Streitenden. Wenn wir uns und unsere Arbeit vorstellen, legen wir damit den Grundstein für diese Beziehung.

Menschen bewerten sich ständig gegenseitig. Die Streitenden suchen bei den Mediatoren aber nicht deren Urteil, sondern vor allem Freundlichkeit, Neutralität und Verständnis. Am besten führt man sich ein, indem man achtsam und ehrlich ist. Wenn wir uns zu sehr darum bemühen,

einen guten Eindruck zu machen, führt das nur zu einer gezwungenen Nettigkeit auf Kosten von Echtheit.

Menschen im Konflikt neigen dazu, andere als Verbündete oder Gegner anzusehen. Wir müssen offen darüber sprechen, wer wir sind und warum wir Mediation anbieten. Vor allem muss klar werden, dass die Rolle der Mediatorin nicht darin besteht, eine der beiden Seiten zu unterstützen, sondern darin, beiden dabei behilflich zu sein, zu einer Einigung zu kommen. Wenn der Mediationsdienst, den man anbietet, zum Programm einer Organisation - dem buddhistischen Tempel, der Kirche oder einer Nicht-Regierungs-Organisation - gehört, muss man das gleich am Anfang mitteilen. Auch wenn die Initiative aus einer religiösen Lehre erwächst, muss das gesagt werden. Ein buddhistischer Mönch könnte herausstellen:

- Leiden vermindern ist ein wesentliches Anliegen von Buddhas Lehre.
- Buddhas Lehre hilft bei der Konfliktlösung. Konflikte entstehen aus Gier, Hass und Verblendung. Diese Wurzeln müssen wir angehen, wenn wir dauerhafte Lösungen finden wollen.
- Buddha war selbst in einigen Konflikten Mediator.

Darüber hinaus knüpft er an die allgemeine Erfahrung an, dass ein gemeinsamer Freund oder eine neutrale Person beim Konfliktlösen helfen kann.

Den Mediationsprozess vorstellen

Wir müssen klar herausstellen, worin unsere Rolle besteht und worin nicht. Falsche Erwartungen der Streitenden kann man zu Anfang leicht korrigieren. Wenn sich ihre Erwartungen aber erst später als falsch erweisen, bekommen sie das Gefühl, die Mediatoren hätten sie fallen lassen. Wirkungsvoller als lange einleitende Reden ist es, die Fragen der Streitenden zu beantworten. Deshalb fordern wir sie dazu auf, Fragen zu stellen und alle Zweifel auszusprechen, die sie an uns und der Methode haben. Wir wollen die Fragen beantworten, die sie tatsächlich im Kopf haben und nicht die, die wir bei ihnen vermuten.

Wenn wir den Mediationsprozess vorstellen, sollte das Folgende enthalten sein:

- Die Aufgabe der Mediatoren ist es, ein konstruktives Gespräch zwischen den Streitenden in Gang zu bringen oder zu erleichtern. Es ist nicht Mediatorenaufgabe, Schiedsrichter oder Ratgeber zu spielen. Buddhistische Mönche könnten das folgendermaßen ausdrücken:

„Als Mönche wollen wir Ihnen beiden helfen, das Problem auf buddhistische Weise zu erhellen. Wir werden Ihnen beiden dabei behilflich sein, mögliche Lösungen zu erdenken, und wir werden Nachrichten zwischen den Parteien hin und her tragen. Aber wir werden nichts an Ihrer Stelle entscheiden. Ihre Entscheidungen müssen Sie selbst treffen.“

Wenn die Mediatoren Empfehlungen gäben, hätte das zwar den Vorteil, dass schnell Entscheidungen fielen, aber es hätte den Nachteil, dass die Streitenden weniger am Entscheidungsprozess beteiligt wären. Wenn sie dagegen die Entscheidungen selbst erarbeitet haben, halten sie Vereinbarungen eher ein, denn dann fühlen sie sich dafür verantwortlich.

Wir müssen eindeutig erklären, dass Mediation vollständig freiwillig ist. Wir mediieren nur, wenn alle betroffenen Parteien der Mediation zugestimmt haben. Wenn sie im Laufe der Zeit mit uns unzufrieden werden, sind wir bereit, uns zurückzuziehen.

- Von Anfang an erklären wir, dass wir die Absicht haben, zu beiden Parteien gleichwertige Beziehungen aufzubauen. Wenn wir mediieren wollen, müssen wir eine gute Verständigung mit beiden Seiten aufbauen und erhalten. Darauf weisen wir gleich im ersten Gespräch deutlich hin. Wir müssen die Streitenden darüber informieren, dass wir ihre Gegner aufsuchen werden und sicher stellen, dass sie das verstehen und akzeptieren. Sie müssen es von uns und dürfen es nicht von anderen hören. Man könnte das folgendermaßen ausdrücken:

„Wenn wir in dieser Angelegenheit helfen sollen, dann müssen wir mit allen Beteiligten sprechen. Sind Sie damit einverstanden? Wir wissen den Namen des Werkstattbesitzers. Gibt es noch mehr Personen, mit denen wir sprechen sollten?“

Die Terminplanung belegt die Fairness:

„Wir haben ein Gespräch mit ihm für morgen früh vereinbart. Können wir uns mit Ihnen vielleicht morgen Nachmittag treffen?“

- Die Streitenden müssen wissen, ob eine Spende oder Bezahlung von Ihnen erwartet wird oder ob die Mediation kostenlos ist. Wenn wir uns darüber nicht klar ausdrücken, kann das zu einem Konflikt zwischen den Mediatoren und den Streitenden führen.

Zusammenfassung

Zu Beginn der Mediation müssen wir sehr behutsam vorgehen. Die Streitenden dürfen auf keinen Fall einen falschen Eindruck bekommen. Gemeinsame Freunde beider Streitenden sind eine große Hilfe, wenn sie echte Freunde sind, aber sie gefährden den Mediationsprozess, wenn sie ihre eigenen Ziele verfolgen. Ehe wir uns entscheiden, ob wir einen Mediationsauftrag annehmen, müssen wir feststellen, ob Mediation das für den Fall geeignete Verfahren ist und ob wir als Mediatoren der Aufgabe gewachsen sind. Bevor uns die Streitenden vertrauen können, müssen sie erfahren, wer wir sind, warum wir Mediation anbieten und was sie vom Mediationsprozess zu erwarten haben. Das erste Gespräch entscheidet über die Offenheit und Freundlichkeit der Atmosphäre.

21 EINE NEUE GESPRÄCHSQUALITÄT

Streitende nehmen die Mediation nur dann ernst, wenn sie das Gespräch, der dort stattfindet, als gut beurteilen. Sie werden mit Mediatoren, die nur Propaganda und Plattitüden von sich geben, nicht lange Nachsicht üben. Wenn sie den Mediationsprozess fortsetzen sollen, muss er schon der Mühe wert sein. Die Qualität des Gesprächs wird vor allem durch die Freundlichkeit und das ernsthafte Interesse der Mediatoren an den Problemen bestimmt.

Freundlichkeit

Einige Leser werden in Meditation oder Gebet Augenblicke erleben, in denen ihre Gedanken zur Ruhe kommen. Dann erfahren sie wahrscheinlich auch die Frische, freundliche Wärme und Freude bei der Wahrnehmung der Welt. Die Schriften unterteilen diese Erfahrungen in vier erhabene Verweilzustände (*brahma-vihara*). Sie werden meditativ gepflegt und auf uns selbst und alle anderen Wesen ausgedehnt. Die *brahma-vihara* sind *metta* (Güte), *karuna* (Mitgefühl), *mudita* (Mitfreude) und *upekkha* (Gleichmut und tiefe Ruhe).¹³⁶ Mit „Freundlichkeit“ meinen wir, dass sich in unserer Beziehung zu den Streitenden diese vier Eigenschaften auswirken. Die Freundlichkeit, die wir für andere empfinden, ist dann direkt mit unserer Erfahrung in Gebet oder Meditation verbunden. Wenn wir *metta*, *karuna*, *mudita* und *upekkha* im stillen Kämmerlein pflegen, gehen sie von selbst in die alltäglichen Erfahrungen ein. Wir können sie dann auch als Mediatoren verwirklichen.

Im Friedensprozess sind wir auf verschiedene Weise freundlich:

- Wir schaffen in der Mediation eine entspannte und freundliche Atmosphäre, die im Gegensatz zu den wilden und hasserfüllten feindlichen Auseinandersetzungen steht. In Konflikten erleben die Streitenden einander negativ. Sie schließen dann daraus, die andere wäre wirklich schlecht.

„Herr G bereitet mir Schmerzen und Ängste. Er bringt mich dazu, dass ich mich unsicher fühle, also ist Herr G ein böser Mensch.“

Mediation dagegen stellt ganz andere Erfahrungen bereit. Es ist durchaus möglich, dass die Streitenden zuerst denken, die Gegner hätten die Mediatorin nur getäuscht. Aber wenn dann eine gute Erfahrung auf die andere folgt, finden sie eine bessere Erklärung. Auch Herr G wird nun angemessener beurteilt:

„Herr G ist entweder ein Lügner, oder er ist doch nicht so schlecht, wie ich dachte. Er scheint zu einem Kompromiss bereit zu sein.“

- Wir fördern Vertrauen und Freundlichkeit zwischen den Streitenden. Das wirkt dem negativen Eindruck entgegen, den Streitende oft voneinander haben. Zwar können wir nicht für den guten Charakter der Gegenpartei garantieren, aber wir weisen auf Zeichen von Freundlichkeit oder Fairness in ihren Worten und Handlungen hin. Gleichzeitig müssen wir unbedingt den Anschein vermeiden, wir würden Partei für sie ergreifen. Wir tun das am besten, indem wir die Bemerkung des Sprechers paraphrasieren und ihn bitten, die Richtigkeit der Paraphrase zu überprüfen:

„Sie denken, dass der Werkstattbesitzer Sie beim Kauf des Wagens absichtlich getäuscht hat und dass man ihm nicht trauen kann. Vielleicht haben Sie Recht, ich weiß es nicht, aber als ich mit ihm sprach, schien er ehrlich betroffen darüber, dass ein Kunde so etwas von ihm denkt. Er erklärte mir, er habe den Wagen erst kurz zuvor gekauft. Zwar hatte er ihn durchgesehen, aber er war keine weite Strecke damit gefahren.“

Wenn Streitende daran zweifeln, dass die andere Seite meint, was sie sagt, sollten wir nicht versuchen, diese Sorge beiseite zu schieben. Stattdessen sollten wir die Skepsis der Streitenden positiv betrachten und sie dazu anregen zu überprüfen, ob sie sich auf das verlassen können, was die anderen gesagt haben. Statt also zu sagen:

„Sie sollten Gs Worten nicht misstrauen!“,

fragen wir:

„Sie glauben also, er sei Ihnen gegenüber unaufrichtig. Was würden Sie für einen Beweis seiner Aufrichtigkeit ansehen?“

Wir sagen dann zu Herrn G:

„Herr H hat sehr positiv auf den Inhalt Ihres Vorschlags reagiert, aber er ist unsicher, ob Sie ihn wirklich in die Praxis umsetzen wollen. Als wir ihn fragten, was er als Zeichen dafür nehmen würde, dass Sie es ernst meinen, sagte er, dass Meinen Sie, Sie könnten sich darauf einlassen?“

Natürlich genügt guter Wille allein nicht. Streitende halten Mediatoren oft für gutwillige Menschen, die übertrieben optimistisch und unfähig dazu sind, die Unaufrichtigkeit und Gerissenheit der Gegenseite richtig einzuschätzen oder die „Unlösbarkeit“ des Problems einzusehen. Einige sind davon überzeugt, dass in der Mediation nur die Oberfläche des Problems berührt und nicht wirklich etwas verändert würde. Vom Mediatoren-Standpunkt aus ist das keine schlechte Voraussetzung. Wir möchten ja gar nicht, dass die Streitenden zu sehr auf unsere Lösungsfähigkeiten vertrauen. Wir ziehen es vor, dass sie es für möglich halten, die andere Seite betrüge sie - genauso wie sie oder jemand anderer es in derselben Lage tun würde! Alles, was wir von ihnen verlangen, ist Offenheit, eine gewisse Ruhe (*upekkha*) und die Bereitschaft, es mit der Mediation zu versuchen.

Die Beziehung zwischen den Streitenden während der Mediation

In manchen Fällen ist die direkte Kommunikation zwischen den Streitenden abgebrochen. Im folgenden Beispiel findet destruktive direkte Kommunikation parallel zur Mediation statt. Es handelt sich um einen Streit zwischen Management und Belegschaft:

Während die Mediation im Gange ist, schickt der Manager einem Mitglied der Belegschaft die schriftliche Anweisung, am folgenden Tag zu einer Besprechung zu erscheinen. Am Ende der Mitteilung steht, dass die Nichtbefolgung dieser Anweisung als Arbeitsverweigerung aufgefasst würde, die zur Entlassung führe. Diese Bemerkung ist so ungewöhnlich und unpassend, dass die Adressatin sie als Herausforderung versteht. Die Belegschaft ist überrascht und schockiert. Sie hatten geglaubt, dass das Management tatsächlich das Gespräch suchte, aber dieser Brief lässt sie nun daran zweifeln. Sie verstehen die Mitteilung als Teil einer umfassenderen Strategie, die darin besteht, einzelne Arbeitnehmer zu isolieren und unter Druck zu setzen. Sie befürchten Entlassungen.

Da es der Belegschaft unwahrscheinlich vorkommt, dass ein echtes Gespräch stattfinden wird, entwickelt sie ihre eigene Strategie, um der Bedrohung entgegenzutreten.

Die Aktion bewirkt eine beträchtliche Schwächung des Mediationsprozesses. Der Friedensprozess-Zyklus von *alobha-metta-amoha* (Nicht-Gier, Güte, Nicht-Täuschung) ist geschwächt, und der Konflikt-Zyklus von *lobha-dosa-moha* (Gier, Hass und Verblendung) ist gestärkt.

Die Mediatoren erklären, dass eine Atmosphäre der Zusammenarbeit und eine gute Arbeitsbeziehung für das Gelingen der Mediation ausschlaggebend seien. Wenn die Streitenden ernsthaft am Lösen des Konflikts interessiert sind, müssen sie auch ernsthaft zu einer Atmosphäre der Zusammenarbeit beitragen. Die Mediatoren sollten verlangen, **dass alle Kommunikation über heikle Themen über sie erfolgt**. Das gibt ihnen die Möglichkeit, auf die wahrscheinlichen Auswirkungen der einzelnen Aktionen auf den Friedensprozess hinzuweisen. Zwar bleibt es den Streitenden überlassen, darüber zu entscheiden, was sie mitteilen wollen, aber die Mediatoren sollten sie wenigstens auf wahrscheinliche Folgen hinweisen.

Es ist unrealistisch zu erwarten, dass eine Partei ihre Feindseligkeiten einstellen wird, solange sie glaubt, der Konflikt werde zu ihren Gunsten ausgehen. Wenn die Machtverhältnisse unklar sind oder wenn beide Seiten

verzweifelt versuchen, ihre Verhandlungsstärke zu vergrößern, ist die Versuchung zum Weiterkämpfen groß. Selbst wenn beide Seiten wirklich den Frieden herbeisehnen, setzen sie manchmal ihre feindlichen Auseinandersetzungen fort. Die Mediatoren müssen sich entscheiden: Sie können darauf bestehen, dass die feindseligen Handlungen abgebrochen werden, solange die Mediation dauert. Wenn sie damit keinen Erfolg haben, müssen sie allerdings akzeptieren, dass die Parteien weiter Druck aufeinander ausüben. Aber sie bauen gleichzeitig auf das Interesse der Streitenden am Frieden, denn das kann ja durchaus echt sein. In vielen Fällen gibt es keine andere Möglichkeit, jedenfalls für den Anfang. Die Aufgabe der Mediatoren ist es, auf eine Vereinbarung hinzuwirken, die den Streitenden - im Gegensatz zu einer Fortsetzung der feindlichen Auseinandersetzung - anziehend und zuverlässig zu sein scheint.

Das ernsthafte Interesse der Mediatoren an den Problemen

Vom Standpunkt der Streitenden aus ist es ein weiteres Merkmal guter Gespräche, wenn sich die Mediatoren ernsthaft mit den Problemen beschäftigen, um die es geht. Merkmal eines schlechten Gesprächs ist es, wenn er nur Selbst-Rechtfertigungen und Propaganda der Gegner enthält, wie fein auch die Worte sein mögen. Ein gutes Gespräch beginnt damit, dass die Mediatorin Antworten überbringt, die die andere Seite sorgfältig bedacht und formuliert hat. Noch besser wird das Gespräch, wenn in diesen Antworten auf die Sorgen der Streitenden eingegangen wird. Dann erscheint der Friedensprozess auch den Streitenden als eine realistische Möglichkeit, das Problem zu lösen. Mit zwei verschiedenen Strategien können wir Gespräche verbessern:

- Beim ersten Gespräch mit den Streitenden bekommen wir Mediatoren meist viel Selbstrechtfertigung und Propaganda zu hören. Wir müssen dann selbst herausfinden, worin der Konflikt eigentlich besteht. Wir hören gut zu und stellen Fragen, wenn etwas unklar ist. Indem wir unser eigenes Verständnis klären, helfen wir den Streitenden, ein vollständigeres Bild von dem zu bekommen, was sich ereignet hat und was sie denken. Wenn alle die Sache gut verstanden haben, wird ihnen klar, dass eine oberflächliche Selbst-

Rechtfertigung unangemessen ist. Wenn erst sowohl die Mediatoren als auch die Streitenden genau wissen, worum es geht, gibt es für Propaganda weder Bedarf noch Platz. Dann können sich die Mediatoren auf die wahren Belange beider Seiten konzentrieren. Genau das ist ein „gutes Gespräch“.

- Im Allgemeinen erhoffen sich die Streitenden von der Mediation eine befriedigende Lösung ohne die hohen Kosten und Unannehmlichkeiten eines Konflikts. Wenn die Streitenden sich im Laufe der Mediation allmählich einer Vereinbarung über Themen nähern, die in der Vergangenheit Probleme geschaffen haben, ist das der beste Hinweis darauf, dass Mediation dieses Ziel erreichen wird. Mit anderen Worten: Einige der Probleme, die den Streitenden in einem früheren Stadium der Mediation unlösbar zu sein schienen, sehen sie in einem späteren Stadium als lösbar an.

Zusammenfassung

Die Qualität des Gesprächs wird durch die Freundlichkeit der Mediatoren und ihr ernsthaftes Interesse an den Problemen der Streitenden bestimmt. Es ist nicht die Aufgabe der Mediatoren, die Streitenden einander anzupreisen. Aber wir machen sie auf die versöhnlichen Gesten der anderen aufmerksam. Wir helfen ihnen dabei, die konstruktiven Vorschläge der andern auszuprobieren, d.h. mit deren gutem Willen zu experimentieren. Streitende machen neue Erfahrungen miteinander. Wir müssen destruktive Kommunikation, die parallel zum Mediationsprozess stattfindet, erkennen und davon abraten. Ein gutes Gespräch führt zu tieferem Nachdenken, das in den Antworten beider Seiten erkennbar wird, und zu beträchtlichem Gewinn beider Parteien während des Mediationsprozesses.

22 DIE STREITENDEN KOMMEN ZU EINEM GEMEINSAMEN GESPRÄCH ZUSAMMEN

In den Einzelgesprächen haben wir die *kusala-mula* (heilsamen Wurzeln des Handelns) *amoha* (Nicht-Verblendung), *adosa* (Nicht-Hass) und *alobha* (Verzicht) in unsere Beziehungen zu den Streitenden einzupflanzen versucht. In diesen Gesprächen mit den Mediatoren bekommen die Streitenden einen besseren Zugang zu den Gedanken und Gefühlen der Gegner, und sie erfahren, wie es ist, mit anderen bei einer Problemlösung zusammenzuarbeiten. Der Nachteil ist, dass Einzelgespräche die Streitenden voneinander isolieren. Da sie, wenn die Mediation vorüber ist, wieder miteinander leben, arbeiten oder Geschäfte machen müssen, ist es wünschenswert, dass sie noch während des Mediationsprozesses zu einem gemeinsamen Gespräch zusammenkommen. Die Schwierigkeiten, die daraus entstehen, dass Gegner einander wieder treffen, werden dann noch während des Friedensprozesses, also gemeinsam mit den Mediatoren, angegangen.

Wenn Streitende einander wieder begegnen, werden durch die körperliche Gegenwart (*phassa*, Berührung) des Gegners unvermeidlich alte Gefühle und Einstellungen geweckt. Die Streitende sieht das Gesicht wieder, das sie hassen gelernt hat. Sie hört Ausdrücke wieder, die sie früher nicht ausstehen konnte, sodass sie automatisch abschaltete. Sie muss erneut den Tonfall hören, den sie so bedrohlich fand. Die selbstzentrierten Zyklen der Bedeutungs-Bildung drehen sich wieder. Aber während der Mediation hat sich viel ereignet. Jede Seite hat die Absichten der anderen hinterfragt und erprobt und weiß genau, welche Verpflichtungen die andere eingegangen ist und welche Konzessionen sie gemacht hat. Wahrscheinlich sind beide nun achtsamer als vor der Mediation. Außerdem treffen sie sich jetzt zu einem gemeinsamen Zweck: Sie wollen das Problem lösen.

Das Zusammenwirken des heilsamen mit dem unheilsamen Zyklus ist immer interessant und aufregend. Die Energien der beiden Zyklen sind dieselben. Der Unterschied liegt darin, dass im unheilsamen Zyklus das Selbst

herrscht, während es im heilsamen in gewissem Maße aufgegeben worden ist. Deshalb kann prinzipiell ein Zyklus in den anderen verwandelt werden. Lange Entwicklungsprozesse enden dann in erstaunlich kreativen und positiven Veränderungen. Ebenso kann ein Kompromiss, der als gesichert galt, wegen eines kleinen Zwischenfalls, der neue Kränkung oder Unsicherheit hervorgerufen hat, scheitern.

Wenn sich die Streitenden schließlich im gemeinsamen Gespräch zusammenfinden, sollte ihnen bewusst sein, das Ziel der Mediation besteht darin, dass sie beim Finden einer Lösung erfolgreich zusammenarbeiten.

Eine Tagesordnung erarbeiten

Bevor die Mediation anfang, verliefen die Gespräche zwischen den Streitenden meist chaotisch. Beide sprachen mehr als sie zuhörten und sprangen von einem Streitpunkt zum anderen, ohne irgendetwas sorgfältig zu untersuchen. Die Einzelgespräche mit den Mediatoren helfen den Streitenden dabei, mit mehr Überlegung an die Streitpunkte heranzugehen. Es ist sehr nützlich, wenn in den Einzelsitzungen eine Tagesordnung für das gemeinsame Gespräch ausgearbeitet wird. Dabei halten wir einerseits die Fortschritte und andererseits die Bedürfnisse fest, die noch zu erfüllen sind. Vor dem gemeinsamen Gespräch sollte man sich auf eine Tagesordnung geeinigt haben, die die Belange beider Parteien berücksichtigt. Eine gute Tagesordnung bewirkt Verschiedenes: Sie macht es den Streitenden möglich, auf den Gedanken der Einzelgespräche aufzubauen. Sie vermindert die Angst, Sichtweisen könnten nicht berücksichtigt werden. Sie trägt viel zu einem konstruktiven Gespräch bei. Die Tagesordnung bedeutet auch für die Mediatoren eine große Erleichterung des gemeinsamen Gesprächs.

Die Tagesordnungspunkte ordnen

Bei manchen Konflikten wird die Reihenfolge der Tagesordnungspunkte zum Problem, weil eine Seite denkt, sie könnte von der besonderen Stellung eines Punktes etwas gewinnen. Zwar gelten die drei folgenden einfachen Prinzipien der Anordnung nicht für alle Konflikte, aber sie können von Nutzen sein:

- Oft ergibt sich eine **logische Reihenfolge**. Z.B. ist es nicht sinnvoll, die Farbe eines Autos zu diskutieren, bevor man sich auf seinen Kauf geeinigt hat.

- In den Einzelgesprächen hat sich Gemeinsames und Trennendes ergeben. Wenn man **mit den Gemeinsamkeiten beginnt**, hat man einen bequemeren Einstieg.

- Man sollte festlegen, wie lange über **jeden Punkt** gesprochen werden soll, damit ihm **die nötige Aufmerksamkeit** gewidmet wird. Wir stellen gemeinsam mit den Streitenden einen ungefähren Zeitplan auf.

Die Streitenden vorbereiten

Die Streitenden wissen genau, dass die Situation durch die Mediation stabiler geworden ist, als sie vor ihrem Beginn war. Sie müssen aber bedenken, dass das gemeinsame Gespräch die Stabilität entweder stärken oder schwächen oder sogar zerstören kann. Deshalb ist eine sichere Grundlage notwendig:

- Wir heben hervor, wie wertvoll es ist, eine funktionierende Beziehung aufzubauen, und geben Anregungen, wie man das macht. Wir könnten sagen:

„Sie haben beide in den letzten Tagen (Wochen) eine Menge Arbeit geleistet. Wenn unser heutiges Gespräch gut läuft, bauen Sie jetzt gemeinsam eine gut funktionierende Beziehung für die Zukunft auf. Fällt Ihnen ein, was Sie dazu beitragen können, eine gute Grundlage dafür zu schaffen?“

- Wenn sich in der Vergangenheit eine der Streitenden durch bestimmte Bemerkungen der anderen herausgefordert fühlte, ist es sinnvoll, wenn man sie dazu anregt, sich eine Reaktion für den Fall auszudenken, dass das wieder geschieht, z.B.:

„Ich erinnere mich, dass Sie mir erzählten, wie Gs Unhöflichkeit Sie damals so sehr geärgert hat, dass Sie das Zimmer verließen. Falls er wieder so etwas sagt, wie könnten Sie darauf am besten reagieren?“

Wenn andere dritte Parteien dabei sind

Wir müssen vorher wissen, wer am Gespräch teilnehmen wird und aus welchem Grund. Manchmal möchte eine Streitende eine Ratgeberin oder eine Freundin mitbringen. Zusätzliche Personen, die nichts mit dem, was sich im Gespräch ereignet, zu tun haben und die nur zu ihrer Unterhaltung dabei sein wollen, sind eine Plage! Jemand, der bis dahin nicht am Mediationsprozess beteiligt war, sollte nicht zugelassen werden. Berater dagegen, die an Einzelgesprächen teilgenommen haben und in längerer Beziehung zu einer der Streitenden stehen, werden zugelassen. Zuschauer und Gratulanten sind unerwünscht. Die Rolle von neu Hinzukommenden muss definiert werden. Sie sind keine neutralen Beobachter, denn sie unterstützen ja eine Seite. Alles, was sie zur Unterstützung einer der Parteien sagen oder tun könnten, stört das Gleichgewicht des Mediationsprozess. Wenn eine Streitende meint, sie brauche unbedingt emotionale Unterstützung, um das Gespräch durchzustehen, machen wir vielleicht eine Ausnahme. Jedenfalls muss die Rolle der neu hinzugekommenen Person definiert werden.

Wenn wir eine dritte Partei zulassen, müssen wir ihr das Folgende vorher erklären:

- die Bedeutung des Gesprächs
- die Verpflichtung zur Vertraulichkeit aller Beteiligten
- welche Rolle sie spielen wird: Emotionale Unterstützung ist akzeptabel, aber Bemerkungen über die Gesprächsthemen sind zu unterlassen, denn sie könnten die Abfassung der Vereinbarung verzögern oder gefährden.

Wenn der Streit eine juristische Dimension hat, werden die Streitenden normalerweise schon in einem früheren Stadium der Mediation ihren Rechtsanwalt konsultiert haben. In dem Fall kann er auch am gemeinsamen Gespräch teilnehmen. Seine Rolle ist klar, und er weiß, was er zu tun hat.

In jedem Fall müssen beide Parteien vorher wissen, welche Personen am Gespräch zusätzlich teilnehmen sollen, und sie müssen deren Anwesenheit zustimmen. Alle Beteiligten müssen klar definierte Rollen in

Bezug auf eine der Streitenden haben, damit nicht die Gefahr besteht, dass sie die Herrschaft an sich reißen und den Mediationsprozess dazu benutzen, ihre eigenen Anliegen zu verfolgen.

Das gemeinsame Gespräch

1. Anordnung der Sitzgelegenheiten

Wir denken an das gespannte Verhältnis, in dem die Streitenden zu Beginn der Mediation zueinander standen und ergreifen ein paar einfache Vorsichtsmaßnahmen, um **unnötige Konfrontationen zu vermeiden**. Es ist besser, wenn die Streitenden im Kreis oder im rechten Winkel zueinander sitzen als einander direkt gegenüber. Die Mediatoren müssen so sitzen, dass sie mit allen Anwesenden Blickkontakt halten können. Sie sollen auch buchstäblich nicht auf der Seite einer Partei sein (sitzen).

2. Praktische Einzelheiten

Wir sollten die Streitenden darum bitten, dem vereinbarten Ablauf des Gesprächs im Voraus zuzustimmen. Wir haben Folgendes zu klären:

- Wann müssen die einzelnen gehen? Wie sollte die Tagesordnung zeitlich gestaltet werden, damit alle Punkte besprochen werden können? Oder sollte man sich darauf einigen, nur einige der Punkte in dieser Sitzung zu besprechen?

- Sind alle damit einverstanden, dass die Mediatoren das Gespräch leiten oder möchte jemand, dass das eine andere Person macht? Die Mediatoren werden sich um Fairness bemühen, aber falls sich irgendjemand unfair behandelt fühlt, sollte sie/er das sagen.

- Alle kommen an die Reihe, sodass es durchaus nicht notwendig ist, jemand anderen zu unterbrechen. Damit niemand vergisst, was sie/er sagen will, liegen Papier und Stifte bereit.

- Alle haben die vereinbarte Tagesordnung geprüft und sind mit Inhalt und Reihenfolge einverstanden.

3. Für eine gute Atmosphäre sorgen

Wir richten die Gesprächsatmosphäre an den *kusala-mula* aus.

***Alobha* und Tagesordnung**

Wir wenden *alobha* (Nicht-Gier, unvoreingenommene Großzügigkeit) an, indem wir das gemeinsame Gespräch so einrichten, dass die Interessen aller wohlüberlegt berücksichtigt werden. Das beginnt selbstverständlich schon in den vorangegangenen Einzelgesprächen. Während dieser Gespräche helfen die Mediatoren den Streitenden dabei, ihre Wünsche unter Berücksichtigung der Folgen und der Bedürfnisse der anderen zu formulieren. Im gemeinsamen Gespräch wird dann weiter dafür gesorgt, dass die Wünsche und Bedürfnisse beider Parteien ernst genommen und soweit wie möglich erfüllt werden.

In ihrer Einführung stellen die Mediatoren eine Verbindung zwischen den Einzelgesprächen und dem gerade beginnenden gemeinsamen Gespräch her:

„In den Einzelgesprächen haben Sie erkundet, wie Sie besser zusammenarbeiten könnten. Ihre Fortschritte sind Ihnen allen bewusst. Jetzt sind wir an einen Punkt gelangt, wo Sie eine Vereinbarung treffen werden, die wir alle als fair ansehen und die Ihnen als Grundlage für Ihre künftige Beziehung dienen wird.“

***Adosa* und mit Eskalation fertig werden**

Wir üben *sati* (Achtsamkeit) und *metta* (Güte) und stellen damit eine entspannte und freundliche Atmosphäre her. Für den Anfang ist es besser, wenn wir zuerst ganz entspannt über allgemeine Themen sprechen und nicht gleich zur Sache kommen. Ich erzähle z.B. eine amüsante Episode aus meinem Familienleben. Meine drei kleinen Kinder sorgen immer für genügend Stoff. Ein entspanntes Gespräch ist eine gute Gelegenheit, *metta* auf uns selbst und die Streitenden auszudehnen. Wenn wir erst einmal *metta* üben, stellt sich Freundlichkeit ganz von selbst ein.

Wir müssen genau auf das Gleichgewicht zwischen den Streitenden achten und Einschüchterungen verhindern. Wenn jemand versucht, eine andere Person einzuschüchtern, müssen wir gleich darauf aufmerksam

machen und die Streitenden darum bitten, zunächst die Mediatorin und nicht einander anzusprechen. Man könnte sagen:

„Ich muss Sie an dieser Stelle unterbrechen. Ich verstehe, dass Sie jetzt wütend sind, aber Sie üben damit, vielleicht unabsichtlich, Druck auf Herrn K aus. Es wird besser sein, wenn Sie Ihre Worte erst einmal an mich richten.“

Wenn jemand Vorwürfe äußert, versuchen wir das Gespräch wieder auf Gegenwart und Zukunft zu lenken, d.h. auf die Vereinbarung, die die Grundlage für eine nützliche und funktionierende Beziehung bilden soll. Die Vergangenheit muss schließlich akzeptiert werden, aber in diesem Gespräch soll es um die Gestaltung der Zukunft gehen.

Amoha und Einfühlung

Wir setzen *amoha* (richtiges Verstehen) in die Praxis um, indem wir dafür sorgen, dass beide Parteien sowohl ihre eigene Rolle in der Situation als auch die Perspektive der anderen verstehen. Beim Vorbereiten des gemeinsamen Gesprächs gingen wir mit den Streitenden die Tagesordnung durch und besprachen die verschiedenen Ansichten zu jedem einzelnen Punkt.

Da die Streitenden sich in gemeinsamen Gesprächen oft viel provozierender verhalten als in Einzelgesprächen, müssen wir aufmerksam beobachten, ob sie in ihrer Defensivität eventuell wieder hinter die in den Einzelgesprächen gewonnenen Erkenntnisse zurückfallen und die anderen verkennen. Wir sollten jeden wichtigen Gesprächsbeitrag paraphrasieren, damit wirklich alle verstehen, worum es geht.

Das Gespräch soll möglichst einfühlsam und fair geleitet werden, und gleichzeitig müssen wir ganz geschäftsmäßig Tagesordnung und Zeit im Blick behalten. Manchmal müssen wir das Gespräch auf die Tagesordnung zurücklenken. Schwierige Punkte dürfen nicht beschönigt oder so lange aufgeschoben werden, bis zu wenig Zeit für sie übrig ist. Die Mediatorin muss dafür sorgen, dass die Tagesordnungspunkte eingehend besprochen werden. Wir könnten sagen:

„Entschuldigung, ich denke, wir haben uns mit dem wirklichen Problem noch nicht sorgfältig genug beschäftigt.“

Am Ende des gemeinsamen Gesprächs fassen wir zusammen, was die Streitenden entschieden haben, und listen alle Themen auf, die noch besprochen werden müssen. Wir halten das in einer Tagesordnung für das nächste Gespräch fest. Jede Partei bekommt ein Exemplar davon in die Hand, oder es wird ihr später zugeschickt.

Vereinbarungen

Die Form von Vereinbarungen ist unterschiedlich in verschiedenen Kulturen und Zusammenhängen, sodass es unangemessen wäre, hier eine besondere Form vorzuschreiben. Viele Vereinbarungen sind informell und gewinnen ihre Kraft dadurch, dass beide Parteien sie als gerecht ansehen. Ihre Dauerhaftigkeit bekommen sie durch ihre tagtägliche Anwendung. Andere Vereinbarungen werden in Gegenwart von Rechtsanwälten geschlossen, sodass ihr Inhalt einklagbar ist.

Wichtig ist vor allem, dass aus dem Text eindeutig hervorgeht, was vereinbart worden ist. Die Vereinbarung muss in allen Einzelheiten aufgeschrieben werden, damit wirklich alles klar und deutlich ist. Die Streitenden sind gezwungen, sich genau auszudrücken, wenn sie einen Text schriftlich formulieren müssen. In der Vereinbarung muss festgelegt sein, was jede Partei zu tun hat: **Wer** wird **was** und **bis wann** tun? Wenn die Vereinbarung sehr komplex ist, trennt man besser die verschiedenen Stufen der Durchführung voneinander. Wenn eine Stufe erreicht ist, wird die nächste erklommen. Die Verpflichtungen jeder Partei auf jeder Stufe werden ausdrücklich festgelegt. Man sollte auch eine Überwachung der Durchführung des Vereinbarten vorsehen. Das könnte ein paar Monate später in einem Gespräch mit den Mediatoren erfolgen.

Zusammenfassung

Gemeinsame Gespräche müssen als Beginn einer neuen Beziehung zwischen den Streitenden angesehen werden und verdienen deshalb alle Mühen der Vorbereitung. Es geht gleichzeitig um eine Verständigung über die

Streitpunkte und um die (Wieder-)Herstellung der Beziehung zwischen den Parteien. Wichtig ist vor allem, dass die (ehemals) Streitenden das Gespräch als Gelegenheit zu einer tiefgreifenden positiven Veränderung ansehen und als Chance, eine funktionierende kooperative Beziehung aufzubauen.

SCHLUSSFOLGERUNGEN

Der berühmte britische Labourabgeordnete Lord Philip Noel-Baker¹³⁷ sagte einmal, der Rüstungswettlauf zwischen den NATO- und den Warschauer Pakt-Staaten entspringe einem „Trieb“ und nicht vernünftigen politischen Erwägungen. Die führenden Politiker in Ost und West reagierten auf ihren wechselseitigen Verfolgungswahn; keine Seite habe eine Vision von einem friedlichen Zusammenleben. Nach buddhistischer Auffassung verbringen wir einen großen Teil unseres Lebens unter der Herrschaft unserer Triebe. Konflikte machen das noch schlimmer. Das Dhamma lehrt vor allem, dass der Mensch Verantwortung übernehmen solle. Verantwortung übernehmen bedeutet, dass wir darauf hinarbeiten, die Welt mit dem inneren Bewusstsein, das wir als gut und wahr erkannt haben, in Übereinstimmung zu bringen.

Buddhas Lehre hält keine Patentlösungen für das Friedenstiften bereit. (Wenn es so wäre, hätte sich der Streit der Mönche von Kosambi umgehend lösen lassen.) Die gesamte Menschheitsgeschichte wäre sonst zweifellos anders verlaufen. Aber das Dhamma weist uns einen Weg, mit Konflikten umzugehen, der gleichzeitig praktisch und spirituell ist. Das hat dieses Buch hoffentlich zeigen können. Die Logik ist einfach. Konflikte haben ihre Wurzeln in spiritueller Unwissenheit und Ungeschicklichkeit. Deshalb kann Frieden nur durch tiefere Selbst-Wahrnehmung und die Anwendung dieser neuen Erkenntnis auf den Konflikt geschaffen werden.

Buddhas Lehre ist durchaus der Komplexität der modernen Welt gewachsen, aber wir entkräften das Dhamma, indem wir es auf den Lebensbereich einschränken, den wir für religiös halten. In Wirklichkeit aber gehört das Dhamma dorthin, wo es Leiden gibt, denn es handelt von der Befreiung vom Leiden. Das Dhamma gehört in die Herzen und Gedanken der Menschen. Es gehört dorthin, wo Menschen sind, und es gehört in ihr Tun. Gewiss gehört das Dhamma auch in den *wat* (Tempel), aber es gehört ebenso auf den Markt und aufs Schlachtfeld. Wenn wir das Dhamma von den wirklichen Problemen trennen, dürfen wir uns nicht darüber wundern, wenn es bedeutungslos zu sein scheint.

Zwar gibt es keine Patentlösungen, aber es gibt positive Veränderungen. Wenn man das Dhamma anwendet, wird es zu einer sicheren Grundlage für das Experimentieren mit Veränderungen. Mahatma Gandhi nannte seine Autobiographie „Meine Experimente mit der Wahrheit“.¹³⁸ Genau das ist der Geist, in dem wir das Dhamma anwenden sollen. Zwar bleiben seine spirituellen Wurzeln immer dieselben, aber es wird dem Problem entsprechend angewandt. Buddha stand vor demselben Problem. Wir fühlen bei seinen wiederholten Bemühungen die entschiedene Anstrengung mit, durch das Dhamma seine eigenen Mönche in Kosambi wieder zusammenzubringen.

Bei der Lektüre des *Tripitaka*¹³⁹ war ich von dem darin herrschenden Geist des Friedens beeindruckt, der sowohl tief als auch dynamisch ist. Ich fühlte mich an die letzten Worte des englischen Quäkers James Nayler erinnert:

„Ich fühle einen Geist, der keine Freude daran findet, etwas Böses zu tun, noch Unrechtes zu rächen, sondern dem es Freude bereitet, alles zu ertragen in der Hoffnung, am Ende das zu genießen, was ihm angehört. Seine Hoffnung ist es, allen Zorn und Streit zu überleben. Seine Hoffnung ist es auch, das Üble und Gemeine und alles andere, was im Gegensatz zu seinem Wesen steht, zu überdauern. ... Da er nichts Böses in sich trägt, empfindet er es auch anderen gegenüber nicht. Wenn er betrogen wird, erträgt er es, denn sein Grund und Ursprung sind der Segen und die Vergebung Gottes.“¹⁴⁰

Die Parallele zum Dhamma ist offensichtlich. Friedenstiften hat vielleicht kein Ende, aber es hat einen Anfang, und der muss hier, jetzt, in diesem Gemüt und Herzen und in dieser Situation liegen. Es gibt keinen anderen Ort und keinen anderen Zeitpunkt, um damit anzufangen.

EINFÜHRUNG DES AUTORS, SEINE DANKSAGUNG UND VERSCHIEDENE VORWORTE

JOHN A. MCCONNELL, EINFÜHRUNG

Dieses Buch soll ein Führer für Buddhisten sein, die in der Friedensarbeit aktiv werden wollen. Es richtet sich an „dritte Parteien“ in einem Konflikt. Eine „dritte Partei“ besteht aus einer oder mehreren nicht in den Konflikt verwickelten Person/en. Das Buch soll all die beraten, die gerne beim Lösen eines Konflikts helfen möchten, aber nicht wissen, wie sie das anfangen sollen. Es handelt davon, wie wir aus peinlich berührten Zuschauern bei einem Kampf oder Streit zu Menschen werden können, die zu einem konstruktiven Dialog beitragen.

Die Methode ist im Grunde einfach. Sie wird schon so lange angewendet, wie Konflikte die menschliche Gesellschaft heimsuchen: Wir erleichtern den Streitenden die Verständigung miteinander und helfen ihnen dadurch beim Problemlösen. Wir bedienen uns der freundlichen Beziehungen zu ihnen, um ihnen dabei zu helfen, die Turbulenzen einer direkten Auseinandersetzung zu umgehen. Die Verständigung mit der Hilfe einer behutsamen Friedenstifterin ist etwas ganz anderes als der aufgeheizte Schlagabtausch oder die ärgerliche Nicht-Verständigung während eines Streits. Die Probleme verschwinden natürlich nicht plötzlich, aber in der Mediation können die Streitenden in einer Atmosphäre, die Zusammenarbeit fördert und unnötige Konfrontationen ausschließt, eine neue Sichtweise gewinnen.

Das Buch kann allen denen dienen, die ihrer Mediation eine spirituelle Grundlage gegeben haben oder geben wollen. Zwar ist es auf buddhistische Mönche und Nonnen und Buddhisten, die für Nicht-Regierungs-Organisationen arbeiten, ausgerichtet, besonders auf die in

den Ländern des Theravada-Buddhismus {„Der Theravada (Lehre der 'Staretzen') ist die einzige noch bestehende Hinayana-Schule, und er stützt sich auf den Pali-Kanon.“ (Hecker 1991, S. 3)}, aber auch christlichen Friedenstiftern kann es von Nutzen sein. Meine eigene Arbeit als Mediator wurde sicherlich durch die für das Buch notwendige Vertiefung meiner Kenntnisse von der Lehre Buddhas sehr bereichert.

Dafür, dass wir uns besonders auf die Rolle buddhistischer Mönche und Nonnen bei der Friedenstiftung beziehen, gibt es zwei Gründe. Der erste ist: Der Sangha { Der Sangha umfasst die Gemeinschaft der Mönche und Nonnen und die Gemeinschaft der Laienanhänger Buddhas, die die Lehre ernstnehmen. Ursprünglich wurde das Wort in Verbindung mit den demokratischen und republikanischen Staaten zu Lebzeiten Buddhas gebraucht. Vgl. Trevor Ling, *The Buddha* (London: Wildwood House, 2973), 129-133} stellt eine spirituelle Tradition dar, die sowohl die Transzendenz, das Überschreiten weltlicher Belange, als auch das Mitgefühl mit allem Lebendigen betont. Die Verbindung dieser beiden Werte bildet eine gute Grundlage für Mediation. Zweitens spielt der Sangha eine besondere Rolle in buddhistischen Gesellschaften: In den Dörfern bittet man für gewöhnlich Mönche darum, beim Schlichten eines Streites zu helfen.

Unsere Absicht ist es nun, eine Methode der Mediation darzustellen, die sich von Buddhas Lehre, dem Dhamma, herleitet. Buddhas Lehre enthält einen reichen Schatz von großem und gleichzeitig praktischem Wert für die Friedenstiftung.

Entscheidend ist die Absicht, mit der wir etwas tun. Das Verlangen nach Achtung und Anerkennung hat den spirituellen Fortschritt schon vieler ernsthafter Wahrheitssucher zunichte gemacht. Ebenso können egoistische Wünsche das geschickteste Bemühen bei der Konfliktlösung in ein falsches Licht rücken. Das Dhamma lehrt, dass sowohl Ursprung als auch Umwandlung des

Konflikts in unserem eigenen Herzen und Geist liegen bzw. stattfinden. In uns selbst muss also das wahre Friedenstiften beginnen. Positive spirituelle Veränderungen können zur Grundlage von Friedenstiftung werden. Wir wollen in diesem Buch darstellen, wie diese Veränderungen zu erreichen sind.

Verschiedene Formen der Intervention einer dritten Partei bei einem Konflikt

Wir wollen die im Buch dargestellte Mediation von anderen Formen des Eingreifens dritter Parteien in einen Konflikt abgrenzen, um damit zu verdeutlichen, was Mediation in unserem Sinne ist und was nicht.

Verteidigung

Am bekanntesten ist die dritte Partei als Verteidigerin der Interessen der einen Partei gegen die der anderen. Das geschieht aus verschiedenen Motiven. Vielleicht denkt jemand, die eine Seite sei schwächer und brauche Hilfe, oder er ist einer Seite aus irgend einem Grund verpflichtet, oder aber jemand tritt aus beruflichen Gründen für die Interessen der einen Seite ein, wie es z.B. Rechtsanwälte tun. In jedem Fall spricht die Verteidigerin zugunsten oder zur Unterstützung einer der Streitenden. In einem solchen Fall handelt es sich nicht um Mediation, weil die Verteidigerin nur eine Seite vertritt. In der Mediation dagegen nehmen wir uns beider Parteien an und behandeln sie gleich.

Rechtsprechung

In Rechtsfällen handelt es sich meist um eine Tat in der Vergangenheit. Beide Seiten stehen in Konkurrenz miteinander. Die Richterin untersucht den Fall und urteilt auf Grund von Satzungen. Die Ausführung des Urteils wird durch das Gesetz überwacht. Auch in diesem Fall handelt es sich nicht um Mediation, denn Richter bemühen sich mit Hilfe des geltenden Rechts um die Aufklärung und Beurteilung

von Taten, die in der Vergangenheit begangen wurden. Sie kümmern sich wenig darum, komplizierte Vereinbarungen für die Zukunft auszuhandeln. In der Mediation dagegen liegt der Schwerpunkt darauf, dass die Parteien zu einer tragfähigen Beziehung und/oder zu einer Vereinbarung für die Zukunft finden. Während Rechtsprechung nicht ohne Konfrontationen auskommt, schafft Mediation eine kooperative Atmosphäre.

Schiedsgericht

Als Schiedsrichter können Menschen oder Kommissionen wirken, die von allen am Streit beteiligten Parteien akzeptiert werden. Die Parteien bitten die Schiedsrichterin darum, eine Regelung zu finden, und sie verpflichten sich im Vorhinein dazu, sich mit der Entscheidung zufrieden zu geben. Sie tun das in dem Glauben, dass die Regelung fair sein werde. Auch in diesem Fall handelt es sich nicht um Mediation, weil der Schiedsrichterin sowohl die Verantwortung für den zu einer Regelung führenden Prozess als auch die Entscheidung über sein Ergebnis überlassen wird. In der Mediation dagegen tragen die Streitenden die volle Verantwortung sowohl für die Verhandlungen als auch für ihre Ergebnisse und Vereinbarungen.

Mediation mit Muskelkraft

Eine Mediatorin, die Muskelkraft gebraucht, benutzt ihre Macht oder ihren Einfluss sowohl dazu, die Streitenden bei der Stange zu halten, als auch dazu, sie zu zwingen, eine Vereinbarung anzunehmen. Zwar können die Streitenden ihre eigenen Entscheidungen treffen, aber die Mediatorin kann die Parteien in ihre eigene Richtung lenken. Wenn unser Arbeitgeber uns zum Akzeptieren einer bestimmten Vereinbarung drängt oder der Diplomat einer Supermacht mit Sanktionen winkt, ist es gar nicht so leicht, nein zu sagen.

Die Vorteile liegen auf der Hand: Streitende, die von „unvernünftigen“ Forderungen nicht abgehen wollen oder die unfaire Taktiken benutzen, können zur Besserung gezwungen werden. Und

wenn die Mediatoren stark genug sind, ein bestimmtes Ergebnis zu erzwingen, werden sie vermutlich auch stark genug dazu sein, die Parteien zum Einhalten der Vereinbarungen zu veranlassen.

Allerdings wiegen die Nachteile schwerer: Die Mediatoren üben Macht über die Streitenden aus. Wenn die Mediatoren sich schon erlauben, die Situation zu beherrschen, dann ist es nur noch ein kleiner Schritt dazu, dass sie ihre eigenen Ziele im Mediationsprozess verfolgen. Wenn sie das tun, werden wahrscheinlich die Interessen der Streitparteien auf der Strecke bleiben. Wenn die Mediatoren eine Lösung erzwingen, ist unter Umständen eine der beiden Parteien mit dem Ergebnis unzufrieden. Wenn dann der Druck zum Einhalten der ungeliebten Vereinbarung dazukommt, wird der Ärger noch größer. Außerdem brechen gewaltsam zustande gebrachte Vereinbarungen meist auseinander, sobald die Mediatoren keinen Einfluss mehr ausüben können.

Offene Mediation

Streitende nehmen freiwillig an der Mediation teil, weil sie etwas Gutes davon erwarten. Die Mediatorin ist „die gute Freundin“. Sie bringt Wohlwollen mit und Interesse am Friedensschließen. Sie pendelt zwischen den Streitenden. Dabei klärt sie Missverständnisse auf, überbringt Botschaften und erkundet, wie sich die Streitenden einer Konfliktlösung nähern könnten. Da vieles, was besprochen wird, recht heikel ist, spielt Vertraulichkeit eine große Rolle.

Die Streitenden treffen ihre Entscheidungen selbst: Die Mediatorin kann weder Teilnahme noch Lösung erzwingen. Dadurch dass die Streitenden die Verantwortung selbst übernommen haben, ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass sie ihre Vereinbarungen auch einhalten.

Einzig und allein „offene Mediation“ steht im Einklang mit Buddhas Lehre und der von ihm geübten Praxis. Wenn wir im

Folgendes das Wort Mediation gebrauchen, meinen wir damit ausschließlich offene Mediation.

Der Mediationsprozess

Medieren bedeutet, sich da einzuschalten, wo die Beziehungen zwischen den Parteien so schlecht (geworden) sind, dass ein konstruktives Gespräch über das Problem zwischen ihnen nicht möglich ist. Buddhistisch gesprochen heißt das, dass die Beziehung zwischen den Parteien durch Gier, Hass und Verblendung so verdorben ist, dass die Menschen sich nicht alleine aus dieser Situation befreien können. Der bloße Gedanke an den anderen weckt so viel Groll und Ärger, dass es den Beteiligten unmöglich ist, das Problem vernünftig zu durchdenken.

Wie wirkt Mediation? Die Mediatoren gehen als gute Freunde, die gerne beim Lösen des Konflikts helfen möchten, auf beide Parteien zu. Dadurch wird eine neue Form der Kommunikation geschaffen, die sich äußerst günstig von der zwischen den Streitenden abhebt. Welches sind nun die besonderen Merkmale der durch Mediation vermittelten Kommunikation? Es sind Zusammenarbeit, Achtsamkeit und freundliche Atmosphäre.

Zusammenarbeit

In dem Augenblick, in dem Streitende sich auf Mediation einlassen, fangen sie bereits an zusammenzuarbeiten, selbst wenn sie außerhalb der Mediation weiterstreiten und -kämpfen. Sie sind damit einverstanden, dass sie indirekten Kontakt (durch die Mediatoren) zueinander aufnehmen. Je offener sie den Mediatoren ihre Gedanken, Gefühle und Pläne mitteilen, desto enger wird ihre Zusammenarbeit miteinander.

Achtsamkeit

Konflikte setzen unsere Achtsamkeit herab. Die Reaktionen sind so schnell und die Gefühle so stark, dass die Achtsamkeit auf der Strecke

bleibt. Mediation fördert die Selbstwahrnehmung der Streitenden, denn indem die Mediatoren selbst Handlungen, Gedanken und Gefühle der Parteien wahrnehmen, fördern sie damit gleichzeitig die Achtsamkeit der Streitenden auf sich selbst und aufeinander.

Freundliche Atmosphäre

Die hasserfüllte Atmosphäre eines Konflikts verzerrt die Vorstellungen der Streitenden voneinander und lässt Ärger und Spannungen entstehen. Während der Mediation haben die Streitenden in den Mediatoren gute Freunde zur Seite. In freundlicher Atmosphäre können Dinge gesagt und getan werden, die überall da undenkbar wären, wo Hass und Verdächtigung herrschen.

Den Streitenden mag die Mediation zunächst als ein schwaches und unwirksames Mittel erscheinen, verglichen mit dem Hauen und Stechen eines Streites. Wegen ihres Wohlwollens und ihrer Aufrichtigkeit mögen die Mediatoren zunächst hilflos erscheinen. Schließlich haben sie ja keine Macht über den „Feind“, der stets im schlechtesten Licht erscheint! Streitende lassen sich oft nur auf Mediation ein, weil sie keinen anderen Ausweg wissen und denken, Mediation sei vielleicht besser als gar nichts. Zu Anfang ist Mediation nichts als ein dünner Faden, über einen Abgrund gespannt, zwar hübsch, aber viel zu schwach. Die Stärke der Mediation nimmt erst in ihrem Verlauf zu.

Am Anfang der Mediation zweifeln die Streitenden oft an der Aufrichtigkeit des Wunsches der anderen Seite, an der Mediation teilzunehmen. Später sind sie dann überrascht zu sehen, wie stark sich die anderen im Mediationsprozess engagieren. Eine geschickte Mediatorin kann die Zweifel der Streitenden aufgreifen und damit den Prozess fördern. Wenn Verdächtigungen geäußert werden, fordern die Mediatoren zum Fragenstellen auf. Damit machen sie den Streitenden Mut, nach allem zu fragen, was sie bewegt. Art und Inhalt der Antworten zeigen dann, wie ernst die andere Seite den

Mediationsprozess nimmt. Zum dünnen Faden werden neue Fasern hinzugesponnen, so dass er immer stärker wird. Allmählich gewinnen die Streitenden die Überzeugung, dass die Mediation eine wirkliche Alternative bietet.

Es ist ein langer Weg bis zu einer Vereinbarung. Die Parteien müssen sich mit der Zeit davon überzeugen, dass das Ergebnis der Mediation wirklichkeitsnah und zuverlässig ist. Mit den Mitteln, die sie selbst anwenden, um den Kampf zu gewinnen, könnten die Streitenden dieses Ziel nicht erreichen. Nachbarn müssen schließlich einsehen, dass es besser ist, wenn sie zu einer Vereinbarung über eine umstrittene Grenze kommen, als wenn sie sich gegenseitig anschreien oder mitten in der Nacht einen Zaun auf dem umkämpften Gelände errichten.

Es ist die Aufgabe der Mediatorin sicherzustellen, dass der Ablauf der Mediation der realen Situation angemessen ist. Nur wenn das seidene Seil beiden Seiten gut befestigt ist, können die Streitenden ihm ihr Gewicht anvertrauen. Das Ziel dieses Buches ist es zu zeigen, wie das bewerkstelligt werden kann.

Aufbau des Buches

Das Buch soll zeigen, wie das Dhamma als geistiger Hintergrund der Konfliktmediation praktische Wege weisen kann. In Teil 1 zeigen wir, wie buddhistische Begriffe gebraucht werden können, um Konflikte zu verstehen, und was sie zur psycho-spirituellen Grundlegung der Friedenstiftung beitragen. Im Teil 2 wird die Beispielgeschichte „Die mächtigen Mangobäume“ erzählt. Obwohl der Konflikt in der Geschichte einfacher liegt als die Konflikte im wirklichen Leben, trägt sie doch zur Veranschaulichung einiger theoretischer Bemerkungen im folgenden Text bei. Teil 3 zeigt praktische Wege der Anwendung des Dhamma auf die Konfliktanalyse und -lösung. Teil 4 handelt von den

für die Mediation notwendigen Fähigkeiten: zuhören, einfühlsam sprechen, Ausgewogenheit bewahren und Vertrauen schaffen bzw. Vertraulichkeit zusichern. Buddha selbst mediierte in einigen Fällen. Von den beiden wichtigsten wird im Teil 5 erzählt. Teil 6 gibt praktische Anleitungen zum Bewältigen des Mediationsprozesses. Dabei geht es um den Aufbau von vertrauensvollen und freundlichen Beziehungen der Mediatoren zu den Streitenden zum Nutzen der Mediation.

Bemerkungen zu den Beispielen und den Textziten

Wenn im Text nicht anders angegeben, sind alle Beispiele frei erfunden. Nirgendwo beziehen wir uns auf ein historisches Ereignis oder einen realen Mediationsprozess. Die Beispiele sind nicht an ein einzelnes Land gebunden. Der Autor hat in Süd-, Südostasien und in Europa gelebt und gelehrt. Die Beispiele fußen auf seinen Erfahrungen in den verschiedensten Umfeldern.

Die Zitate aus den buddhistischen Schriften sollen die Bedeutung der Lehren Buddhas für die Analyse und Lösung von Konflikten zeigen. Wir haben uns deshalb auf die Texte beschränkt, die etwas für die Friedienstiftung hergeben. Alle Zitate stammen, wenn nicht anders angegeben, aus den Übersetzungen der Pali-Text-Gesellschaft (P.T.S.). (*Anm.1*) Wenn wir aus buddhistischen Schriften zitieren, benutzen wir die folgenden Abkürzungen:

A	Anguttara Nikaya
D	Digha Nikaya
Dh	Dhammapada
DhA	Dhammapada Kommentar
J	Jataka
M	Majjhima Nikaya
S	Samyutta Nikaya
Sn	Sutta Nipata
Vin	Vinaya Pitaka
Vism	Visuddhi-magga (<i>Anm.2</i>)

In den Anmerkungen werden Titelabkürzungen, Teile und Seitenzahlen genannt.

Anmerkungen

(1) Der Pali-Kanon oder der Tipitaka (Dreikorb)

A. Der Korb der Ordenszucht (Vinaya-pitaka)

B. Der Korb der Lehrreden (Sutta-pitaka)

I. Längere Sammlung (Digha-Nikaya)

II. Mittlere Sammlung (Majjhima-Nikaya)

III. Gruppierte Sammlung (Samyutta-Nikaya)

IV. Angereihte Sammlung (Anguttara-Nikaya)

V. Kürzere Sammlung (Khuddaka-Nikaya)

1. Khuddaka-patha

2. Dhammapadam

3. Udana

4. Itivuttaka

5. Suttanipata

6. Vimana-vatthu

7. Peta-vatthu

8. Theragatha

9. Therigatha

10. Jataka

11. Niddesa

12. Patisambhida-magga

13. Apadana

14. Buddha-vamsa

15. Cariya-pitaka

C. Der Korb der Analytik (Abhidhamma-pitaka) (Hecker 1991, S. 2)

(2) Visuddhimagga: „Um 500 n.Chr. von dem Mönch Buddhaghosa auf Ceylon als scholastisches Kompendium verfasst, die summa theologica des Theravada.“ (Hecker 1991, S. 37)

INGRID VON HEISELER, VORWORT DER ÜBERSETZERIN

Auch bei uns „im Westen“ heißt es, dass neben guten Techniken vor allem die Haltung der Mediatoren den Verlauf einer Mediation bestimme: gute Mediatoren sind freundlich, fair und selbstkritisch.

Aber woher nehmen?

Auf diese Frage antwortet das Buch von John A. McConnell:

Die buddhistische Psychologie kann einerseits die Haltung der Mediatoren begründen und andererseits ihr Verständnis für den Konfliktprozess und die an ihm beteiligten Menschen vertiefen.

Konflikte schaffen Leiden. Die Lehre Buddhas, das Dhamma, gehört überall da hin, wo es Leiden gibt, denn sie handelt von der Befreiung vom Leiden, schreibt der Autor. Als Christ bezieht er sich nicht auf das buddhistische Ziel des Eingehens ins Nibbana (Sanskrit: Nirvana), sondern er hebt den Wert des Dhamma für diesseitige Friedensprozesse hervor:

Sie müssen hier und jetzt in unseren Herzen und in der gegebenen Situation beginnen.

Wenn das Dhamma aus seiner religiösen Isolierung herausgeholt wird, zeigt sich, dass es Mittel und Wege zur Lösung von Konflikten auch in unserer modernen Welt anbietet. Mit Hilfe des Dhamma werden die Wurzeln der Konflikte in großer Tiefe beleuchtet, so dass die weiten Wege zurück in die Vergangenheit und in den Fernen Osten der Mühe wert sind.

„Anwendung des Dhamma“ heißt zuallererst Anwendung von „Achtsamkeit“: Mediatoren gehen achtsam mit den Streitenden, mit dem Mediationsprozess und mit sich selbst um. Für die Streitenden bedeutet das, dass Achtsamkeit ihnen einen Zuwachs an Selbstwahrnehmung ermöglicht, sodass sie sich über die Gefühle klar

werden, die zu ihrem konfliktträchtigen Verhalten geführt haben und die es aufrechterhalten. Sie begreifen den Konflikt als einen Prozess, an dem sie selbst beteiligt sind. Für den Mediationsprozess bedeutet es, dass die Mediatoren seinen Verlauf aufmerksam verfolgen, die Ergebnisse am Ende zusammenfassen und nach den Sitzungen darüber nachdenken. Im Umgang mit sich selbst heißt das für die Mediatoren: Sie achten auf ihre Gefühle und Gedanken. Sie zwingen sich nicht in eine Rolle und sonnen sich auch nicht darin, sondern sie richten ihre Aufmerksamkeit darauf, wie sich die für förderliche Mediation nötigen Einstellungen in ihnen entwickeln.

Im Gegensatz zur üblichen westlichen Praxis geht der Autor davon aus, dass die Mediatoren zwischen den Konfliktparteien pendeln. Auf den Wert der Pendelmediation weist der Autor im Abschnitt „Der Wert der Vertraulichkeit im Mediationsprozess“ ausführlich hin: „Vertraulichkeit schafft den Raum, in dem heikle Themen in allen Einzelheiten erörtert werden können, ohne dass heftige Gegenreaktionen das Gespräch lahmlegen. Die Streitenden fühlen sich weniger gehemmt, ihre wahren Gedanken bekanntzugeben.“

Die Zitate aus der buddhistischen Literatur gebe ich in den mir zugänglichen deutschen Übersetzungen wieder. Viele Zitate musste ich allerdings selbst übersetzen.

Zur Verwendung femininer und maskuliner Formen: Im Deutschen ist es ja noch komplizierter als im Englischen, in jedem Fall beiden Geschlechtern gerecht zu werden. „mediator“ müsste mit Mediator/Mediatorin oder ähnlich wiedergegeben werden usw. Das Dilemma besteht zwischen dem Bestreben, die Lesbarkeit des Textes nicht zu beeinträchtigen, und dem Vermeiden von „Sexismus“. Manche Autoren versuchen die Jahrtausende lange Vernachlässigung der weiblichen Bezeichnungen dadurch auszugleichen, dass sie

konsequent nur noch diese benutzen. Ich möchte etwas anderes versuchen. Die im Buch geforderte „Ausgewogenheit“ kann sich auch im Sprachgebrauch spiegeln: Ich benutze die in Frage stehenden Bezeichnungen im Singular in der weiblichen und im Plural in der männlichen Form. Wie an alles Ungewohnte wird die Leserin sich erst daran gewöhnen müssen.

Ich hoffe aber, dass es Anklang bei allen Lesern finden wird.

*KURT SÜDMERSEN, VORWORT DES HERAUSGEBERS DER DEUTSCHEN
BUCHAUSGABE*

(für den Deutschen Zweig des Internationalen Versöhnungsbundes)

Wir leben in einer Welt, in der immer mehr Menschen nicht dort leben können, wo sie sich zu Hause fühlen. Dass Wissen über Möglichkeiten, gewaltmindernd in Konflikte einzugreifen, ist eine soziale Kompetenz, die in dieser Situation immer wichtiger wird. Erkenntnisse darüber, wie andere Kulturen mit ihren Konflikten umgehen, werden dabei zu einer notwendigen Voraussetzung, um überhaupt etwas Sinnvolles tun zu können.

Wenn ich ein klares Bewusstsein darüber erlange, aus welchem kulturellen Hintergrund heraus ich handele, werde ich die Möglichkeit haben, die Fülle unterschiedlicher Erfahrungen und Erkenntnisse anderer Kulturen in mein eigenes Handeln zu integrieren.

John McConnell hat uns mit seinem Buch einen Schatz geborgen, dessen Reichtum wir nach und nach erkennen, wenn wir das Buch als Hand- und Arbeitsbuch benutzen. Ich wünsche mir, dass alle, die Mediation erlernen und in ihrem Alltag anwenden, dieses Buch verwenden, um ihr eigenes Verständnis von Mediation und die heilende Kraft von Versöhnungsprozessen vertiefen.

Hier wird uns ein klares Bild gezeichnet, das uns Menschen und ihre Konflikte tief und besser verstehen lässt. Der Hintergrund dieses Buches ist das erfahrungsgesättigte Wissen, das in der buddhistisch fundamentierten Menschlehre gesammelt wurde. Dieses Wissen ist durchdrungen von Wohlwollen, Freundlichkeit und Güte gegenüber allen Wesen, gerade der Haltung, die uns in Mediationsprozessen eine wirkliche Konflikttransformation ermöglicht.

Ich danke allen, die am Entstehen dieses Buches mitgewirkt haben. Es war für mich eine schöne Erfahrung, dass so viele Menschen bereit

waren, Zeit und unentgeltliche Arbeit zu investieren, um das Buch zu ermöglichen. Ganz besonders danke ich Jahn McConnel für seine großzügige Bereitschaft, uns die englische Version ohne Einschränkungen zur Verfügung zu stellen. Danken möchte ich auch Ingrid von Heiseler für ihre engagierte Übersetzung, es hat mir viel Freude gemacht, mit ihr zusammenzuarbeiten. Birgit Ottow danke ich für ihre Arbeit mit John McConnell in Myanmar und für das kritische Lesen des Manuskriptes. Hans Werner Holtmann hat den schönen Umschlag gestaltet; ihn bei diesem kreativen Prozess zu beobachten, war eine besondere Freude. Vielen Dank dafür! Cornelia Timm danke ich für das Korrekturlesen und für die vielen sogenannten „kleinen“ Unterstützungen bei der Organisation, ohne die dieses Buch nicht möglich gewesen wäre.

Ich wünsche allen Leserinnen und Lesern, dass sie erkennen mögen, wie sehr die Inhalte dieses Buches ihre Arbeit und ihr Leben bereichern können.

PRACHA HUTANUWATR, EDINBURGH, HERBST 1994 :
BUDDHISTISCHES VORWORT

Ich lernte John McConnell 1987 in Sri Lanka kennen, wo er als Mediator und Trainer beim Quäker-Friedensdienst in Colombo arbeitete. Ich befand mich auf einer Friedenspilgerreise und blieb einen Monat lang dort. Zu dieser Zeit war die Lage in Sri Lanka sehr angespannt. Die ethnischen und ideologischen Konflikte waren auf ihren Höhepunkt gelangt. Das war ein Ergebnis der durch das ganze Land verbreiteten Gewalttaten. Mir war diese Art von Friedensarbeit damals noch neu, und es beeindruckte mich, wie achtsam und ruhig sich John McConnell in dieser Lage verhielt. Ich bewunderte auch die Art, wie er und seine Frau zusammenarbeiteten, wie sie sich gemeinsam um ihre Kinder kümmerten und einander unterstützten. Allein dadurch, dass ich einige Wochen lang mit ihm zusammen war, mit ihm sprach und mit ihm arbeitete, lernte ich sehr viel über Friedensarbeit und wie man achtsam in einer schwierigen Lage leben kann. Ich empfand ihn als vertrauten älteren Bruder, mit dem ich nicht nur gerne über Friedensarbeit sprach, sondern auch über andere wichtige Lebensaspekte wie Literatur, Meditation und Beziehungen.

In den Jahren 1988 bis 1991 flog ich noch einige Male nach Sri Lanka. Je besser ich John McConnell kennenlernte, um so mehr vertraute ich seinen Kenntnissen über Friedensarbeit. Ich erkannte auch, wie aufrichtig er sich darum bemühte, das Dhamma sowohl in seine Arbeit als auch in sein Leben einzubeziehen. Als mir klar geworden war, dass seine Kenntnisse und Erfahrungen auch in anderen Ländern sehr wertvoll wären, lud ich ihn dazu ein, in Siam und Südostasien zu arbeiten.

Ich war sicher, dass viele buddhistische Begriffe die westlichen Gedanken über Konfliktlösung ergänzen und vertiefen könnten. Wir machten die Probe aufs Exempel mit einem Kurs über Konfliktlösung, der sich auf den Buddhismus und die örtliche Kultur gründete. Der Kurs war sehr erfolgreich. Dadurch wuchs unser Vertrauen darauf, dass wir buddhistische Begriffe dazu benutzen könnten, um die Gedanken der Konfliktlösung unseren buddhistischen Freunden näherzubringen.

Wir berichteten John McConnell von diesem Kurs und sprachen mit ihm über die Möglichkeiten einer Weiterentwicklung. Unser Ziel war ein Training für Friedenstifter, das unserer Religion und unserer Kultur entsprach. John McConnell hatte lange den Buddhismus studiert und praktiziert und außerdem sehr viel Erfahrung in der theoretischen und praktischen Friedensarbeit. Infolgedessen dachte er ähnlich wie ich und wollte gerne an diesen Gedanken weiterarbeiten. Er stellte in seinem ersten Jahr in Siam das grundlegende Material für sein Buch zusammen und vervollständigte es im zweiten Jahr, während er das Material in verschiedenen Trainingskursen verwendete. Diese Kurse wurden von „Brot für die Welt“ mitfinanziert. Aber John McConnells Buch ist nicht nur das Ergebnis von zwei Jahren Forschung, sondern von Jahrzehnten theoretischer und praktischer Mediations- und Friedensarbeit. Während dieser beiden Jahre konnte ich miterleben, wie er voller Hingabe an dem Buch arbeitete.

Während ich in seinen Kursen übersetzte und später, als ich den Entwurf des Buches sah, war ich von der Tiefe seines Verständnisses der wichtigen buddhistischen Prinzipien beeindruckt. Sie erwiesen sich als sehr gut vereinbar mit dem Prozess der Friedensstiftung, den man Mediation nennt.

Für mich ist es nicht nur ein Buch für Friedenstifter, sondern für uns alle, die wir mit unserer Familie, unseren Freunden, Verwandten und Kollegen in Frieden leben wollen. Wir begegnen in unserem täglichen Leben andauernd Konflikten, in denen wir entweder

Mediatoren oder Betroffene sind. Wenn wir mit Konflikten angemessen umgehen, wie dieses Buch es uns lehrt, können wir sie in reiche Quellen reifer Beziehungen und spirituellen Wachstums verwandeln, die alle beide in unseren modernen Gesellschaften dringend gebraucht werden.

Seit mehr als zwanzig Jahren gehöre ich zu einer Gruppe, die für die Verbesserung der Gesellschaft arbeitet. Wie wir uns auch nennen mögen, ob Marxisten, Buddhisten, Grüne oder Feministen, wir verschwenden alle viel zu viel Zeit und Kraft auf die Konflikte innerhalb und zwischen unseren Gruppen, vielleicht sogar mehr als wir für unsere Arbeit für den sozialen Wandel verwenden. Es ist wirklich traurig, wenn man mit ansehen muss, wie sich einige der Konflikte zwischen Menschen, die alle für die gute Sache arbeiten, in bittere Kämpfe, Verleumdungen, Ärger, Hass, Verzweiflung und Enttäuschung verwandeln. Das ereignet sich ebenso auf lokaler wie auf internationaler Ebene. Wir brauchen dringend Methoden, um konstruktiv mit Konflikten umzugehen. Dieses Buch kann eine große Hilfe dazu sein.

Das Buch ist kein Ratgeber, dem man einzelne Ratschläge entnehmen kann. Um es auf die rechte Weise zu gebrauchen, muss man ein der Friedenstiftung angemessenes Leben führen. Dazu gehört tiefe Einsicht in die Dynamik des eigenen Bewusstseins und das anderer. Es verlangt die Ausbildung einer besseren Wahrnehmung, und es verlangt intuitive Weisheit, denn der Prozess der Friedenstiftung ist spirituell. Der Friedenstifter muss mit seiner Friedensarbeit wachsen und reifen. Das ist zwar schwierig, aber es lohnt sich. Es garantiert die Echtheit unseres Engagements und führt zu einem Leben in Integrität und Erleuchtung.

Als Buddhist empfehle ich meinen Mitbuddhisten dringend, dieses Buch zu lesen. Obwohl John McConnell sich nicht selbst einen Buddhisten nennt, ist er für mich doch einer. Das Buch handelt nicht

nur davon, wie man buddhistische Prinzipien zum Lösen alltäglicher Konflikte gebrauchen kann, sondern es ist auch ein gutes Beispiel dafür, wie man den Buddhismus auf die gegenwärtige soziale Wirklichkeit anwenden und mit seiner Hilfe eine bessere Zukunft schaffen kann. Ich bin davon überzeugt, dass es gut wäre, die hier dargestellten Erkenntnisse auch auf anderen sozialen und politischen Gebieten anzuwenden, um auch dort tiefere Zusammenhänge zu erkennen und dauerhafte Lösungen zu finden.

AUS DEM QUÄKER-VORWORT VON ADAM CURLE, 1994

... John McConnell ... und ich sind Mitglieder der „Gesellschaft der Freunde“, auch Quäker genannt. Quäker sind eine kleine religiöse Gemeinde mit christlichen Wurzeln, die sich ihrer Gemeinschaft mit anderen Glaubensrichtungen bewusst sind. John hat, ebenso wie ich, viel ... aus den tiefen psychologischen und spirituellen Erkenntnissen des Dhamma gewonnen.

John bezieht sich in diesem Buch auf einige Punkte der Friedienstiftung der Quäkertradition. Ein wichtiger Glaubenssatz der Quäker ... ist, dass „in jedem etwas von Gott enthalten“ ist, was etwa dasselbe bedeutet wie, dass wir alle an der Buddhanatur teilhaben. Aus diesem Glauben folgen die Verhaltensgrundsätze, die als „Zeugnisse“ bekannt sind. Das bekannteste „Zeugnis“ ist das „Friedenszeugnis“. Das Wesentliche an ihm ist die Aussage, dass der Heilige Geist in uns allen wohnt, so dass es dem göttlichen Willen widerspricht, wenn wir Waffen gegeneinander ergreifen oder einander auf irgendeine andere Weise Schaden zufügen. Die Quäker haben deshalb immer den Militärdienst als undenkbar zurückgewiesen. Da sie jedoch den Automatismus der Gewalt erkennen, nehmen sie auch aktiv Stellung gegen jede Vorbereitung von Kriegen ...

...Ich möchte die Verbindung zwischen Mediation und Spiritualität hervorheben. Frieden ist an erster Stelle weder ein soziales noch ein politisches Phänomen, sondern ein geistiges. Wenn ich mit meinem Feind Frieden schließe, ohne dass sich in meinem Herzen eine Veränderung vollzieht, besteht die Feindschaft fort und kann leicht in Gewalt ausbrechen.

... Obwohl „Achtsame Mediation“ ursprünglich für buddhistische Friedensstifter geschrieben ist, ist einer der zahlreichen Vorzüge des

Buches, dass es Christen und andere etwas über Buddhismus lehren kann.

... Nur wenig Menschen hätten besser als John McConnell dazu geeignet sein können, „Achtsame Meditation“ zu schreiben. Er promovierte an der Universität Lancaster in Religionsphilosophie. Danach unterrichtete er in England und trug viel zur Entwicklung der Friedenserziehung in den Schulen bei. Während der letzten acht Jahre besuchte, lebte, arbeitete und studierte er hauptsächlich in buddhistischen Ländern in Süd- und Südostasien. Dort war er auf verschiedenen Ebenen der Mediation tätig: Er medierte zwischen Individuen, in Organisationen und in Situationen extremer Gewalt. Er gab in zahlreichen Ländern Kurse in Mediation. ...

JOHN A. MCCONNELL, DANKSAGUNG

Die großzügige Einladung unseres guten Freundes Pracha Hutanuwatr veranlasste mich dazu, mit buddhistischen Gruppen in Thailand zu arbeiten. Viele Organisationen, mit denen ich arbeite, sind aus der Vision von Sulak Sivaraksa hervorgegangen. Sein Entschluss, das Dhamma auf soziale Probleme anzuwenden, bildet den Rahmen für meine eigene Arbeit im Anwenden des Dhamma auf Konflikte. Zwar lernte ich den ehrwürdigen Buddhadasa Bhikkhu nicht persönlich kennen, aber seine Schriften haben mich inspiriert. Die Klarheit und Direktheit, mit der er die spirituelle Wahrheit darstellt, erinnern an die frühen Quaker. Phra Paisan Wisalo und der ehrwürdige Kim Teng baten mich unabhängig voneinander, ein Buch über Mediation für Buddhisten zu schreiben.

Ich möchte allen denen danken, die die aufeinander folgenden Entwürfe kommentierten, besonders Adam Curle, Phra Paisam Wisalo (dem Verleger der Thai-Ausgabe), Ericas Cadbury und Santikaro Bhikkhu. Dieser verdient besonderen Dank dafür, dass er meinen Gebrauch buddhistischer Termini und Texte überwachte. Er ist für keinen der Fehler verantwortlich. In einigen Punkten konnten wir uns zwar nicht einigen, aber sein Rat und seine Unterstützung sind mir unschätzbar. Mein Studium in Religionsphilosophie befähigt mich vermutlich zu begrifflicher Klarheit, aber es trägt nicht notwendig zur Lesbarkeit meines Textes bei. Susan Offners Lektorieren hat ihn viel leichter zugänglich gemacht.

Die in diesem Buch niedergelegten Ideen waren der Gegenstand vieler wochenlanger Kurse in Thailand, Kambodscha und Sri Lanka. Die Hälfte der Teilnehmer waren buddhistische Mönche und Nonnen, die übrigen arbeiteten bei Nicht-Regierungs-Organisationen (NRO) für Frieden und Entwicklung. Ich lernte in den Kursen genau soviel wie alle anderen. Sie waren mir eine stete Quelle kreativer Anregung. Dank schulde ich auch den Mitarbeitern im Wongsanit Ashram, die die meisten Kurse, die in Thailand stattfanden, organisierten. Dreißig Namen sind zu viele, um sie an dieser Stelle zu nennen. Der Empfang,

den sie den Teilnehmern bereiteten, trug viel dazu bei, die richtige Atmosphäre für die Kurse zu schaffen. Das Essen habe ich von Mal zu Mal mehr genossen. Ich möchte meinen Dank Khun Pracha Hutuanuwatr und Khun Supaporn Pongpruk für die große Mühe mit dem Übersetzen aussprechen, das nötig war, da mein Thai zum Unterrichten noch nicht flüssig genug ist. Es war mir eine Ehre und ein Vergnügen, mit beiden eng zusammenzuarbeiten.

Ich bin den Studenten und den wissenschaftlichen Mitarbeitern der buddhistischen Maha Chulalongkorn Universität dafür dankbar, dass sie Gespräche über das Dhamma anregten. Phra Maha Somchai Kusalacitto rief die Kurse ins Leben und Phra Maha Jerm Suvaco führte sie durch. An den Kursen nahmen NRO-Freiwillige, die jungen Fachleute der Nam Jai Gruppe und Arbeiter der Khun Sri Phrai Bekleidungs-Fabrik in Rangsit teil. Sie halfen mir dabei, das Dhamma auch auf schwierige Arbeitsplatz-Situationen anzuwenden. Ich bin ebenfalls dankbar, dass ich mit Khun Rajani, Khun Pipop Thongchai und den übrigen Mitarbeitern des Kinderdorfes Mu Bahn Dek zusammenarbeiten durfte, die für etwa zweihundert Straßenkinder eine demokratische Atmosphäre voller Mitgefühl schaffen.

Das Engagement des ehrwürdigen Maha Ghosananda, der das Dhamma zur Quelle des Friedens in Kambodscha werden ließ, hat die Khmer Friedenstifter und ihre Freunde bestärkt. Ich bin ihm für die Hilfe und Ermutigung dankbar, die er in den immer außergewöhnlichen Versammlungen auch mir zuteil werden ließ. Die Vereinigung für Frieden und Versöhnung organisierte die Kurse in Kambodscha. Ich bin besonders Liz Bernstein für die vorzügliche Übersetzung dankbar und Vuthi und Kim Leng dafür, dass sie mich während meines Aufenthalts in Phnom Penh im Altarraum übernachten ließen. Ich habe sehr gerne mit dem Khmer-Sangha gearbeitet und möchte Phra Samatat Wirayo erwähnen, den alten Abt des Wat Annuk (Tauben-Tempels), der zwischen Battambang und Pailin liegt. Seine Weisheit und seinen frischen Humor werde ich nie vergessen.

Ich möchte den Mitarbeitern des Dharmavedi Instituts und Samadana/M danken, der die Kurse in Sri Lanka organisierte. Es war mir eine große Freude, nach vier Jahren Abwesenheit auf die schöne

Insel zurückzukehren und wieder mit ihren Bewohnern verschiedener Religionszugehörigkeit zu arbeiten. Der Empfang war so warm, als wären nicht Jahre, sondern Tage vergangen.

Während der Zeit der Forschung und des Schreibens sorgten der Joseph Rowntree Charitable Trust, das Zentralkomitee der Menoniten, und die NROs, mit denen ich in Thailand zusammenarbeitete, für meinen Lebensunterhalt. Die Kosten für die Veröffentlichung und die Ausgaben für die dem Buch zugrunde liegenden Mediationskurse wurden vom Komitee für Menschenrechte von „Brot für die Welt“ in Deutschland bestritten. Für ihr Vertrauen und ihre Unterstützung bin ich ihnen sehr dankbar.)

John A. McConnell

[Für die deutsche Ausgabe wurde die Danksagung nach Angaben des Autors gekürzt.]

GLOSSAR DER PALIWÖRTE (Deutsch nach Notz, 1998)

- 1 **adosa**: Nicht-Hass. Zweite Wurzel des Heilsamen (33), 4 und 5.
- 2 **agati**: Vorliebe, Vorurteil; 13, 17, 21, 38.
- 3 **akusala-mula**: Wurzeln des Unheilsamen; 20, 34, 37. Gegenteil: 33 mit 1, 4, 5.
- 4 **alobha**: Nicht-Gier. 1. Wurzel des Heilsamen (33) mit 1 und 5.
- 5 **amoha**: Nicht-Verblendung. Dritte Wurzel des Heilsamen (33) mit 1 und 4.
- 6 **anatta**: Nicht-Selbst. Das Selbst besteht aus den fünf Gruppen des Ergreifens/Anhaftens: Körper, Wahrnehmung, Empfindung, willentliche Bildkräfte und Bewusstsein. Vgl. 30 und 43. Dort auch die Pali-Ausdrücke.
- 7 **anicca**: nicht ewig, unbeständig; 22
- 8 **ariya sacca**: edle Wahrheit. Die vier edlen Wahrheiten: (1) die edle Wahrheit vom Leiden, (2) die edle Wahrheit von der Leidensentstehung, (3) die edle Wahrheit von der Aufhebung des Leidens, (4) die edle Wahrheit von dem zur Aufhebung des Leidens führenden (achtgliedrige) Pfad.
- 9 **atthangika-magga**: achtgliedriger/ achtfacher Pfad (bezieht sich auf die vierte der Vier edlen Wahrheiten: 8); vgl. 35.
 - 1 rechte Erkenntnis *samma-ditthi*
 - 2 rechte Gesinnung *samma-sankappa* (49)
 - 3 rechte Rede *samma-vaca*
 - 4 rechtes Handeln *samma-kammanta*
 - 5 rechter Lebenserwerb/ rechte Lebensführung *samma-ajiva*
 - 6 rechte Anstrengung *samma-vayama*
 - 7 rechte Achtung *samma-sati* (50)
 - 8 rechte Vereinheitlichung/ rechte Konzentration *samma-samadhi*

Die drei klassischen Prinzipien des Achtfachen Pfades sind *sila* (Ethik), *samadhi* (Versenkung) und *panna* (Weisheit).

10 **avijja**: Unwissenheit/Nichtwissen; *Paticca-samuppada*-Zyklus 1.

11 **bhava**: Existenz/ Werden; *Paticca-samuppada*-Zyklus 10.

12 **bhava-tanha**: Daseins-Begierde/ Werdelust; 56: 27, 60.

13 **bhayagati**: Vorurteil aus Furcht; 2: 17, 21, 38.

14 **bhikku**: Bettler, Almosensammler, buddhistischer Mönch

15 **bhikkhuni**: buddhistische Nonne

16 **brahma-vihara**: erhabene Verweilzustände: Meditationsübungen.

Vier hohe Tugenden: 29, 36, 39, 58.

17 **chandagati**: Vorurteil aus Zuneigung; 2: 13, 21, 38.

18 **Dhamma**: Buddhas Lehre

19 **dhamma**: das zugrundeliegende Tragende, Gesetz, Gerechtigkeit usw.

20 **dosa**: Hass. Zweite Wurzel des Unheilsamen (3). + 34 und 37.

21 **dosagati**: Vorurteil aus Hass; 2: 13, 17, 38.

22 **dukkha**: leidvoll; 7.

23 **jara-marana**: Altern und Sterben. Psych.: Der Prozess, in dem das Selbstbild altert und stirbt. *Paticca-samuppada*-Zyklus 12.

24 **jati**: Geburt bzw. Wiedergeburt. Psychologisch: Die Geburt des Selbst-Bildes. *Paticca-samuppada*-Zyklus 11.

25 **kama**: Wunsch, Begierde, Sinnenlust, Sinnlichkeit, Leidenschaft

26 **kama-sankhappa**: sinnliches Denken

27 **kama-tanha**: die Kette der Geburten bedingender Durst, sinnliche Begierde; 56: 12, 60.

28 **kamma** (*karma*): Begriff für den Tun-Ergehens-Zusammenhang, aus dem heraus alles Reden, Denken und Handeln entweder als heilsam oder unheilsam qualifiziert ist.

29 **karuna**: Mitgefühl; 16: 36, 39, 58.

30 **khanda**: Kategorien des Ergreifens/Anhaftens, mit denen wir irrtümlich unser „Selbst“ gleichsetzen. Vgl. 6 und 43.

- 31 **kilesa**: geistige Befleckung, Verderbtheit. Im Theravada-Buddhismus gibt es 10 : Begierde, Hass, Verblendung, Ich-Dünkel, falsche Ansichten, Zweifelsucht, Trägheit, Anmaßung, Schamlosigkeit, Rücksichtslosigkeit.
- 32 **kodha**: Ärger
- 33 **kusala-mula**: Wurzeln des Heilsamen: d.h. tauglich für die Erlangung des Heilsziels: 1, 4, 5. Gegenteil: 3 mit 20, 34, 37.
- 34 **lobha**: Gier. 1. Wurzel des Unheilsamen (3). Dazu 20 und 37.
- 35 **majjhima-patipada**: Mittlerer Pfad: der Pfad, der die Extreme der Sinnesfreuden und der Selbstpeinigung vermeidet. Er bewirkt Erleuchtung. Es ist der Achtgliedrige Pfad (9).
- 36 **metta**: Güte. 16: 29, 39, 58.
- 37 **moha**: Verblendung. 3. Wurzel des Unheilsamen (3). +20&34.
- 38 **mohagati**: Vorurteil aus Täuschung/Verblendung; 2: 13, 17, 21.
- 39 **mudita**: Mitfreude; 16: 29, 36, 58
- 40 **nama-rupa**: Person; 30,1; *Paticca-samuppada*-Zyklus 4.
- 41 **nibbana** (*nirvana*) Heilsziel, Erlösung: Verwehen, Verlöschen, Ende der Wanderungen durch die Existenzen; höchster Friede, das Unbedingte, Todlosigkeit.
- 42 **paccaya**: Voraussetzungen/ Abhängigkeit/ Grundbedingung, von denen/ der Bedingung und Wirkung abhängen.
- 43 **pancupadana-khanda**: Fünf Kategorien des Ergreifens/Anhaftens, mit dem wir irrtümlich unser „Selbst“ gleichsetzen: 1 Leiblichkeit (*rupa-khanda*), 2 Gefühl (*vedana-kandha*), 3 Wahrnehmung (*sanna-khanda*), 4 geistige Bildkräfte (*sankhara-khanda*), 5 Bewusstsein (*vinnana-khanda*). Vgl. 6&30.
- 44 **panna**: Weisheit, Erkenntnis, Einsicht.
- 45 **paticca-samuppada**: Satz vom Kausalnexus bzw. vom bedingten Entstehen: 12 Ursachen (*nidana*) oder Glieder (*anga*): 10, 52, 63, 40, 47, 46, 59, 56, 57, 11, 24, 23.
- 46 **phassa**: Berührung; *Paticca-samuppada*-Zyklus 6.

- 47 **salayatana**: Sinnenbereich; *Paticca-samuppada*-Zyklus 5.
- 48 **sallekha**: Gelassenheit
- 49 **samma-sankappa**: rechte Gesinnung/ rechtes Denken; 9,2.
- 50 **samma-sati**: rechte Achtsamkeit; 9,7.
- 51 **Sangha**: Schar, Orden, Versammlung
- 52 **sankhara**: karmische Gestaltungen; *Paticca-samuppada*-Zyklus 2.
- 53 **sanna**: Wahrnehmung; 6,2 ,30, 43.
- 54 **sati**: Achtsamkeit
- 55 **sila**: Moral, Sittlichkeit
- 56 **tanha**: Durst/Begierde; *Paticca-samuppada*- 8; 27, 12, 60.
- 57 **upadana**: Anhaften/Ergreifen und Haften; *Paticca-samuppada*-Zyklus 9.
- 58 **upekkha**: Gleichmut; 29, 36, 39.
- 59 **vedana**: Empfindung; *Paticca-samuppada* 7; 6,3, 30, 43.
- 60 **vibhava-tanha**: Begehren von (Selbst-)Vernichtung; 12, 27, 56.
- 61 **vijja**: spirituelles Wissen oder spirituelle Wahrnehmung
- 62 **vinaya**: Disziplin, Ordenszucht, Grundlage: 55. Vier Vergehen führen zum Ausschluss aus dem Orden: Geschlechtsverkehr, Diebstahl, Mord, spirituelle Anmaßung
- 63 **vinnana**: Erkennen; *Paticca-samuppada*-Zyklus 3.
- 64 **visankhara**: nicht geschaffen, nicht zusammengesetzt, nicht erfunden; Gegensatz zu *Paticca-samuppada*-Zyklus 2.
- 65 **yoniso-manasikara**: weise, nicht selbst-zentrierte Betrachtung

DEUTSCHSPRACHIGE LITERATUR ZUM BUDDHISMUS, AUSWAHL

DUTOIT, Julius: Jatakam. Leipzig: Lotos-Verlaag 1908-21, Bd. 5, S.440ff 536. Die Erzählung von dem Kunala.

HECKER, Hellmuth: Der Palikanon. Ein Wegweiser zu Aufbau und Übersetzung. 2. erw. Aufl. München Deutsche Buddhistische Union 1991.

MYLIUS, Klaus (Hrg.): Gautama Buddha. Die vier edlen Wahrheiten. Texte des ursprünglichen Buddhismus. 2. Aufl. München: Deutscher Taschenbuchverlag 1986.

NEUMANN, Karl Eugen: Karl Eugen Neumanns Übertragungen aus dem Pali-Kanon. Gesamtausgabe in drei Bänden. Band I: Die Reden Gotama Buddhos. Aus der Mittleren Sammlung, Majjhimanikayo des Pali-Kanons. Neue Gesamtausgabe Artemis Verlag Zürich und Paul Zsolnay Verlag Wien 1956. Band III: Sammlungen in Versen. Die Sammlung der Bruchstücke (Suttanipata). Die Lieder der Mönche und Nonnen. Der Wahrheitspfad (Dhammapada) Anhang 1957.

NOTZ, Klaus-Josef: Das Lexikon des Buddhismus. Freiburg, Basel, Wien: Herder 1998 (Herder Spektrum 4700)

OLDENBERG, Hermann: Reden des Buddha. Lehre, Verse, Erzählungen. Neu nrsrg. von Heinz Bechert. Freiburg, Basel, Wien: Herder 1993 (Herder Spektrum 4112). Zuerst Oldenberg München 1922.

SCHUMANN, Hans Wolfgang: Buddhismus. Stifter, Schulen und Systeme. Neubearb. Ausg. München: Diederichs 1993 (Diederichs Gelbe Reihe 99)

ANMERKUNGEN

¹ S, V. 420. Deutsch nach Mylius, 1986, S. 203f. Die Begriffe in Klammern im letzten Absatz finden sich bei Notz.

² Der Autor beruft sich auf Nyanatiloka Theros *Buddhist Dictionary* (Sri Lanka 1980), S. 100. Deutsche Termini nach Notz.

³ Die offensichtliche Vollständigkeit der acht Aspekte des Pfades sollte uns nicht zu der Annahme verführen, Buddha hätte einen rigiden Kodex gelehrt, in dem jede Einzelheit unseres Lebens reguliert werden sollte. So ist es ganz und gar nicht. Sondern: Der achtgliedrige Pfad kann als Hilfsmittel dafür angesehen werden, alle Lebensaspekte in das spirituellen Streben zu integrieren.

⁴ Der Autor kann den genauen Wortlaut des Zitats nicht ermitteln. Auch der Übersetzerin ist das nicht gelungen.

⁵ S, II. 10 (*Nidana-vagga*).

⁶ A.a.O. „Durch das Nichtwissen entsteht die Unterscheidung, durch die Unterscheidung entsteht das Bewusstsein, durch das Bewusstsein entsteht Name und Form (Subjekt und Objekt, Vorstellung und Vorgestelltes), durch Name und Form entstehen die sechs Sinnesorgane, durch die sechs Sinnesorgane entsteht die Berührung, durch die Berührung entsteht das Gefühl, durch das Gefühl entsteht der Durst nach Dasein (*tanha*), durch den Durst nach Dasein entsteht der Lebensdrang, durch den Lebensdrang entsteht das Sein (Werden), durch das Sein (Werden) entsteht die Geburt, durch die Geburt entstehen Alter und Tod, Sorge und Jammer, Trübsal und Verzweiflung. Solcherart tritt die Entstehung dieses ganzen Leidenskomplexes ein.“ (*Samyuttaka-Nikayo*, II. Bd., XII. Ths. 46. Suttam.) Neumann Bd. III, S. 921.

⁷ A.a.O. „Durch die restlose totale Vernichtung des Nichtwissens aber tritt die Vernichtung der Unterscheidung ein, durch die Vernichtung der Unterscheidung tritt die Vernichtung des Bewusstseins ein, durch die Vernichtung des Bewusstseins tritt die Vernichtung von Name und Form ein, durch die Vernichtung von Name und Form tritt die Vernichtung der sechs Sinnesorgane ein, durch die Vernichtung der sechs Sinnesorgane tritt die Vernichtung der Berührung ein, durch die Vernichtung der Berührung tritt die Vernichtung des Gefühls ein, durch die Vernichtung des Gefühls tritt die Vernichtung des Durstes nach Dasein ein, durch die Vernichtung des Durstes nach Dasein tritt die Vernichtung des Lebensdranges ein, durch die Vernichtung des Lebensdranges tritt die Vernichtung des Seins (Werdens) ein, durch die Vernichtung des Seins (Werdens) tritt die Vernichtung der Geburt ein, durch die Vernichtung der Geburt tritt die Vernichtung von Alter und Tod, Sorge, Jammer, Trübsal und Verzweiflung ein. Solcherart tritt die Vernichtung dieses ganzen Leidenskomplexes ein.“ Neumann Bd. III, S. 921f.

-
- ⁸ Nach Nyanatiloka Thero's *Buddhist Dictionary*, 131.
- ⁹ Nyanatiloka Thero zu Dr. P. Dahlke
- ¹⁰) Buddhadasa Bhikkhu, *Patikasamuppada. Practical Dependent origination*. Ins Englische übersetzt von Stephen Schmidt. (Bangkok: Vuddhidhamma Fund, 1992)
- ¹¹ D, II. 58-60.
- ¹² Die Drei-Leben-Interpretation ordnet *avijja* und *sankhara* einem vergangenen Leben zu, *vinnana* bis *bhava* dem gegenwärtigen und *jati* und *jara-marana* dem zukünftigen.
- ¹³ S, II. 3 (*Nidana-vagga*).
- ¹⁴ S, III. 162. Hier werden die „fünf Aneignungsgruppen“ angeführt. Deutsche Bezeichnungen nach Schumann, 1993, S. 66.
- ¹⁵ S, III. 47 (*Khanda-vagga*).
- ¹⁶) Buddhadasa Bhikkhu, *Handbook for Mankind* (Bangkok: Mahachula Buddhist University Press, o. J.), 149.
- ¹⁷ Johansson, Rune, *The Dynamic Psychology of Early Buddhism*, Scandinavian Institute of Asian Studies Monograph Series, no. 37 (New Dehli: Cruzon Press, 1979), 48.
- ¹⁸ Im Westen wurde - sogar in der Medizin -, beeinflusst von Aristoteles, Descartes und anderen, angenommen, dass das Geistige und das Physische unabhängig voneinander existierten. Auch die wissenschaftliche Tradition versäumte es bei ihrem Studium der „Realität“ lange Zeit, den Anteil der geistigen Prozessen bei der Realitätswahrnehmung mit einzubeziehen.
- ¹⁹ D, II. 157 (*Mahaparinibbana Sutta*).
- ²⁰ S, III. 87 (*Khanda-vagga*).
- ²¹ Der Autor dankt Santikaro Bhikkhu, einem Studenten von Buddhadasa Bhikkhu, für seine Definition.
- ²² S, II. 3 (*Nidana-vagga*).
- ²³ Wie wir in Kapitel 11 zeigen werden, ist unsere Lebenswelt, da sie auf Illusion gebaut ist, ihrem Wesen nach unbeständig.
- ²⁴ *Handbook for Mankind*, 166.
- ²⁵ Sowohl in der „Drei-Leben“-Interpretation als auch in der „Werkzeug-der-Achtsamkeit“-Interpretation bereiten die beiden ersten Stadien des Zyklus - *avijja* (Unwissenheit) und *sankhara* (Erfindungskraft) - Schwierigkeiten. Die Drei-Leben-Interpretation lokalisiert Unwissenheit und Erfindung nur im ersten Leben. Das bedeutet, dass die Unwissenheit in der zweiten Inkarnation nicht überwunden werden kann. Wir können sie nicht beeinflussen, da sie noch Macht über uns ausübt.

Das aber widerspricht dem Geist der Lehre Buddhas. (...) Die Erklärung, die am besten zu dem Gebrauch der beiden Begriffe außerhalb des Zyklus passt, ist, dass Unwissenheit und Erfindungskraft allen anderen Stadien zugrunde liegen und jeden Schritt beim Erfinden von Selbst und Welt bedingen. Beide sind in der gegenwärtigen Erfahrung zu finden. (Anmerkung auf Anweisung des Autors gekürzt.)

²⁶ S, IV. 68 (*Salayatana-vagga*).

²⁷ S, IV. 205.

²⁸ *Handbook for Mankind*, 148.

²⁹ Vgl. Anm. 13, S.103.

³⁰ S, II. 103 (*Nidana-vagga*).

³¹ D, III. 1, 215 (*Sangiti Sutta*).

³² Vgl. das folgende Kapitel.

³³ M, III. 287 (*Mahasalayatanika Sutta*). Deutsch: Neumann Bd. I, S. 1072.

³⁴ Vin. IV, *Mahavagga* X. 2. 19.

³⁵ A, I. 223 (Book of the Threes).

³⁶ Gemäß der Drei-Leben-Interpretation kann *bhava* die gesamte Mitgift bedeuten, die das Kind bei der Geburt bekommt.

³⁷ S, II. 3 (*Nidana-vagga*).

³⁸ M, I. 161-2 (*Ariyapariyesana Sutta*). Deutsch: Neumann Bd. I, S. 184.

³⁹ Buddhadasa Bhikkhu, *Paticcasamuppada*, 14.

⁴⁰ A.a.O., 15-6.

⁴¹ M, I. 49 (*Sammaditthi Sutta*).

⁴² D, III. 52 (*Udumbarika-sihanada Sutta*).

⁴³ (1) S. I. 70 (*Kosala-vagga*).

⁴⁴ M. I. 489 (*Mahavacchagotta Sutta*).

⁴⁵ Im Folgenden ist die traditionelle Reihenfolge (Gier, Hass und Verblendung) umgestellt worden in Gier, Verblendung und Hass, damit sie besser zur Reihenfolge in den Episoden der Geschichte passt.

⁴⁶ D. II. 58-60 (*Mahanidana Sutta*).

⁴⁷ Buddhadasa Bhikkhu. *Handbook for Mankind*. (Bangkok: Mahachula Buddhist University Press, o.J.), Seite 84.

⁴⁸ Dieses Beispiel ist mit Erlaubnis des Urhebers Pracha Hutuanuwatr aus einem von ihm geleiteten Workshop entlehnt.

⁴⁹ S. IV. 19 (*Salayatana-vagga*). Deutsch: Oldenberg „12. Die Rede von den Flammen der Sinnenglut“ S. 100, dort Quellenangabe: *Mahavagga* I, 21.

⁵⁰ Sigmund Freud nennt das „Projektion“ von für das Ego unannehmbaren Gefühlen auf den Feind. Konflikte bringen Egoismus und Feindseligkeit ans Licht. Da beide mit dem Selbst, das wir unbewusst sein wollen, unvereinbar sind, projizieren wir sie auf den Feind.

⁵¹ Dh. Vers 3. Deutsch: Neumann Bd. III, S. 619.

⁵² Buddhadasa Bhikkhu. *Pattecasamuppada: Practical Dependent Origination*. Ins Englische übersetzt von Stephen Schmidt. (Bangkok: Uddhidhamma Fund, 1992), Seite 33.

⁵³ M, III. 128.

⁵⁴ M, III. 130-1. Deutsch: Neumann, Bd. I, S. 928.

⁵⁵ Phra Depvedi, *Right Mindfulness* (Bangkok 1988), 13-4.

⁵⁶ S. II. 10 (*Nidana-vagga*). Vgl. unbedingt Kap. 2, Anm. 7.

⁵⁷ Wir zeigten in Kapitel 3, dass die ersten fünf Stadien des *Paticca-samuppada*-Zyklus (*avijja, sankhara, vinnana, nama-rupa, salayatana*) nicht an sich erfahren werden, sondern erst, wenn *phassa* (Berührung) ins Spiel kommen.

⁵⁸ Eine Empfindung wird Emotion genannt, wenn sie um das Selbst-Bild herumgewebt ist.

⁵⁹ S, IV. 205 (*Salayatana-vagga*).

⁶⁰ wie Anm. 59.

⁶¹ S, IV. 211 (*Salayatana-vagga*).

⁶² S, II. 70 (*Nidana-vagga*).

⁶³ Buddhadasa Bhikkhu, *Handbook for Mankind*, S.64.

⁶⁴ A.a.O. S. 101.

⁶⁵ M, I. 911-2.

⁶⁶ Asoka (etwa 290 - 232 vor Chr.) war anfangs ein Feldherr von üblicher Brutalität. Mit seinem Übertritt zum Buddhismus, etwa 250, vollzog sich in ihm eine grundlegende Wandlung. Als erster Herrscher der Weltgeschichte verzichtete er auf Krieg und Unterdrückung als Mittel der Politik, wurde „Kaiser des großen Friedens“ und eines Weltreichs der Toleranz und Menschlichkeit. Zeugnis dieser Wende sind Asokas berühmte Edikte. Er ließ sie in der jeweiligen Volkssprache öffentlich in Felsen und Säulen einschlagen.

⁶⁷ Dh, Verse 1-2. Deutsch: Neumann, Bd. III, S. 619.

⁶⁸ Maha Ghosananda, *Step by Step* (Berkeley: Parallax Press, 1992), 32.

⁶⁹ Maha Ghosananda, aus einem Interview mit dem Autor im April 1994.

⁷⁰ A, I. 203 (Book of the Threes).

⁷¹ M, I. 47 (*Sammaditthi Sutta*). Deutsch: Neumann, Bd. I S. 50.

⁷² Das Paliwort für Selbstlosigkeit ist *sunnata-vihara*, das auch „in der Leere bleiben“ bedeutet. Diesen Zustand erreichen nur wirklich Erleuchtete. Wir meinen hier mit Selbstlosigkeit die Nicht-Selbst-Zentriertheit, also etwas, das wir alle ausüben können. Wenn sich das Selbst in unserem Geist erhebt, hindern wir es mit Achtsamkeit daran, zu selbst-zentrierten Interpretationen und Handlungen überzugehen.

⁷³ Original in Gujerati 1925-1929. Übersetzung: *An Autobiography. The Story of My Experiments with Truth*, M. Desai, Ldn. 1949. Deutsch: *Mahatma Gandhis Autobiographie. Die Geschichte meiner Experimente mit der Wahrheit*, Verlag Hinder und Deelmann/Edis, 6. Aufl. 1995.

⁷⁴ Neumann Bd. I, S. 60ff. Erster Teil, zehnte Rede „Die Pfeiler der Einsicht“.

⁷⁵ Termini nach Neumann. „Da wacht ... der Mönch bei den Erscheinungen über das Erscheinen der fünf Hemmungen“: „Wunschewille“, „Hassensgroll“, „matte Müde“, „stolzer Unmut“ und „Schwanken“. „Weiter sodann ... wacht der Mönch bei den Erscheinungen über das Erscheinen der sechs Innen- und Außenbereiche“ (die fünf Sinne, das Denken und ihre „Verbindung“ mit dem, worauf sie sich richten). „Weiter sodann ... wacht der Mönch bei den Erscheinungen über das Erscheinen der sieben Erweckungen.“: „Einsicht“, „Tiefsinn“, „Kraft“, „Heiterkeit“, „Lindheit“, „Innigkeit“ und „**Gleichmut**“. „Weiter sodann ... wacht der Mönch bei den Erscheinungen über das Erscheinen der vier heiligen Wahrheiten.“ „Er beobachtet, wie die Erscheinungen entstehen, beobachtet wie die Erscheinungen vergehen, beobachtet wie die Erscheinungen entstehen und vergehen.“

⁷⁶ Steve and Sue Williams, *Being in the Middle by Being at the Edge*. (York: Quaker Peace and Service, 1994), 59.

⁷⁷ John Burton, ein westlicher Friedensforscher, stellt die Hypothese auf, dass den Positionen, die Streitende einnehmen, universelle Bedürfnisse zugrunde liegen. Konflikte werden gelöst, wenn die Parteien ihre eigenen und die Bedürfnisse der anderen erkennen und achten. Sie sind dann in der Lage zusammenzuarbeiten, um Möglichkeiten zu finden, ihre Bedürfnisse zu befriedigen. Vgl. John W. Burton, *Conflict Resolution and Provention* (sic!) (London: Macmillan, 1990).

⁷⁸ Santikaro Bhikkhu, privates Gespräch mit dem Autor, Oktober 1993.

⁷⁹ Sn, Vers 338 (Rahula Sutta).

⁸⁰ Phra Bepvedi, *Buddha-Dhamma*, (Bangkok: Thailand Buddha Dhamma Foundation, 1982) 486-90, 494.

⁸¹ A, III. 193 (Book of the Fives).

⁸² D, III, 2,236 (*Sangiti Sutta*).

⁸³ Vgl. Teil 1.

⁸⁴ S, I, 83 (*Kosala-vagga*).

⁸⁵ M, I, 114. Deutsch: Neumann Bd. I, S. 947 ; M, *Sunnatavaggo, Upakkilesiya Sutta* „Verschlackung“ .

⁸⁶ *Suttamatika, Vaggo Dutiyo, Sihanadavaggo*; Neumann, „Zweierlei Erwägungen“, 115. Bd I, S. 133f.

⁸⁷ A, III, 193 (Book of the Fives).

⁸⁸ M, I, 123-4 (*Kakacupama Sutta*). Deutsch: Neumann Bd. I, S. 146.

⁸⁹ Name eines der „Familienbücher“ aus dem Rigveda (Mylius, 1988, S. 45).

⁹⁰ S, I, 162 (The Bramin Suttas).

⁹¹ A.a.O.

⁹² D, I, 3 Verse 5 und 6 (*Brahmagala Sutta*). Deutsch: Neumann Bd II, S. 4f.

⁹³ Der Text stützt sich auf Thich Nhat Hanhs Integration von Mediationsgegenständen mit der Achtsamkeit des Atmens. Vgl. *Touching Peace: Practicing the Art of Mindful Living* (Berkeley: Parallax Press, 1992), Kapitel 2.

⁹⁴ M, I, 42-3. Deutsch: Neumann Bd. I, S. 45f.

⁹⁵ A.a.O. Deutsch: Bei Neumann nicht Nr. 14. Ähnlich im folgenden Abschnitt (S.44): „Gleichwie da ...jedwedes Gute wieder zu höherer Wesenheit führt, ebenso nun auch, ... gewinnt ... wer zur Übefahrt neigt durch Wohlfahrt höhere Wesenheit ...“ (S. 47). „Daß aber, Cundo, einer, der selber nicht sumpfversunken ist, einen (anderen) Sumpfversunkenen herausziehen kann, ein solcher Fall findet sich.“ Neumann, Bd. I, S. 47.

⁹⁶ A.a.O. Deutsch: Neumann Bd. I, S. 48.

⁹⁷ A, III, 184 (Book of the Fives).

⁹⁸ Aus einer auf Tonträger aufgenommenen Rede ohne Titel und Datum.

⁹⁹ Das zweite Glied im edlen achtgliedrigen Pfad ist „rechte Gesinnung“. Sie ist frei von Gier und bösem Willen, also erfüllt von *metta* (Güte), und frei von Grausamkeit, also erfüllt von *karuna* (Mitgefühl).

¹⁰⁰ Adam Curle, *Tools for Transformation: A Personal Study* (Stroud, England: Hawthorn-Press, 1990), 50.

¹⁰¹ Wie vorige, 51.

¹⁰² Notizen dürfen nur mit dem Einverständnis der Streitenden gemacht werden.

¹⁰³ Anhaften (*upadana*) ist an allen *akusala-mula* beteiligt. Deshalb ist „Loslassen“ (Unvoreingenommenheit) nicht nur der Gier entgegengesetzt, sondern auch dem Hass und der Verblendung.

¹⁰⁴ Phra Depvedi vergleicht Achtsamkeit mit einem Pfeiler, weil sie den Geist bei einem bestimmten Objekt festhält, und mit einem Türhüter, weil sie alle eintretenden geistigen Prozesse beobachtet. Vgl. Kapitel 4, Anm. 55 und den dazugehörigen Text.

¹⁰⁵ Steve and Sue Williams, *Being in the Middle by Being at the Edge*. York: Quaker Peace and Service, 1981, 14.

¹⁰⁶ Als kurze Einführung in die Quäker-Prinzipien vgl. Adam Curles Vorwort zu seinem Buch: *Tools for Transformation: A personal Study*. Stroud, England: Hawthorn Press, 1990.

¹⁰⁷ Wie die Quäker sind die Mennoniten eine christliche Gemeinschaft, deren Mitglieder den Kriegsdienst ablehnen und sich um Friedienstiftung bemühen.

¹⁰⁸ In diesem Zusammenhang hilft es der Mediatorin, wenn sie *yoniso-manasikara* (rationale, systematische Überlegung) pflegt, wie es der Buddha empfiehlt:

Rahulovada Sutta (M, I. 414ff.) Neumann Bd. I. S. 453-58: „Rahulos Ermahnung

‘Was meinst du wohl, Rahulo: wozu taugt ein Spiegel?’

‘Um sich zu betrachten, o Herr!’

‘Ebenso nun auch soll man sich, Rahulo, betrachten und betrachten bevor man Taten begeht, betrachten und betrachten bevor man Worte spricht, betrachten und betrachten bevor man Gedanken hegt.

Was immer du Rahulo, für eine Tat begehn willst, eben diese Tat sollst du dir betrachten: <Wie, wenn diese Tat, die ich da begehn will, mich selber beschwerte, oder andere beschwerte, oder alle beide beschwerte? Das wär’ eine unheilsame Tat, die Leiden aufzieht, Leiden züchtet.> Wenn du, Rahulo, bei der Betrachtung merkst: <Diese Tat, die ich da begehn will, die kann mich selber beschweren ... : es ist eine unheilsame Tat>, ... so hast du, Rahulo, eine derartige Tat sicherlich zu lassen. Wenn du aber, Rahulo, bei der Betrachtung merkst: <Diese Tat, die ich da begehn will, die kann weder mich beschweren ...: es ist eine heilsame Tat, die Wohl aufzieht, Wohl züchtet>, so hast du, Rahulo, eine derartige Tat zu tun.

Und während du, Rahulo, eine Tat begehst, sollst du dir eben diese Tat betrachten

...

Und hast du, Rahulo, eine Tat begangen, so sollst du dir eben diese Tat betrachten

...

Was immer du, Rahulo, für ein Wort sprechen willst, eben dieses Wort sollst du dir betrachten ...

Was immer du, Rahulo, für einen Gedanken hegen willst, eben diesen Gedanken sollst du dir betrachten ...

Denn wer immer auch, Rahulo, von den Asketen oder den Priestern in vergangenen Zeiten/ in künftigen Zeiten/ in der Gegenwart seine Taten geläutert, seine Worte geläutert, seine Gedanken geläutert hat, ein jeder hat also betrachtend seine Gedanken geläutert ...

Darum merke dir, Rahulo: <Betrachtend und betrachtend wollen wir unsere Taten läutern, betrachtend und betrachtend wollen wir unsere Worte läutern, betrachtend und betrachtend wollen wir unsere Gedanken läutern: so habt ihr euch, Rahula, wohl zu üben.'“

¹⁰⁹ M, I. 127 (*Kakacupama Sutta*). Neumann Bd. I, S. 149.

¹¹⁰ Aus einem privaten Gespräch mit dem Autor.

¹¹¹ Vgl. Kapitel 4, Anm. 3 und den dazugehörigen Text.

¹¹² Vgl. Kapitel 19.

¹¹³ Adam Curle, *Tools for Transformation*, S. 55.

¹¹⁴ A. a. O.

¹¹⁵ M, I. 395-6 (*Abhayaraja-kumara Sutta*). Neumann Bd. I, S. 427f.

¹¹⁶ D, III. 2. 236. Neumann Bd II, S. 576, dort 241.

¹¹⁷ Vism, IX, Abschnitt 38 in Bhadanatacariya Buddhaghosa, *The Path of Purification*, ins Englische übersetzt von Nyanamoli Bhikkhu (Berkeley: Shambala, 1976), 1:331-2.

¹¹⁸ T.W. Rhys Davids, ins Englische übersetzt *Dialogues of the Buddha*, Bd. 1 (London: Pali Text Society, 1971), 206. Das Zitierte steht in der Einführung des Übersetzers in das *Kassapa-sihanada Sutta*.

¹¹⁹) R. Fisher and W. Ury, *Getting to Yes* (New York: Penguin Books, 1983). Sie nennen das die „beste Alternative“ zu einer Vereinbarung. Deutsch: *Das Harvard-Konzept: Sachgerecht verhandeln - erfolgreich*

verhandeln Campus Verlag Frankfurt/ New York, 11. Aufl. 1993.

¹²⁰ Vgl. die „Einführung“ am Ende des Buches.

¹²¹ DhA, N, I, 53-66. Die folgenden Zitate daraus werden im Text mit „DhA“ und der Seitenzahl bezeichnet und nicht mit Fußnoten.

¹²² J, no. 428, Bk. IX, 486-90 (*Kosambi Jataka*).

¹²³ Vin, IV, *Mahavagga* X. 1 -6.3, 483-513. Die folgenden Zitate daraus werden im Text mit „Vin“ und der Abteilungsnummer bezeichnet.

¹²⁴ Deutsch: Neumann Bd. I, S. 946 f. M, *Sunnatavaggo, Upakkilesiya Sutta*

„Verschlackung“ 275.

¹²⁵ Devadatta war ein Vetter Buddhas. Er war das schwarze Schaf der Familie. Er versuchte, Buddha zu ermorden. Verschiedentlich beklagte sich Buddha über sein übles Betragen.

¹²⁶ Sanskrit „Dreikorb“, *Tipitaka* (Pali), der Kanon der hl. Schriften des Buddhismus umfasst *Vinaya-pitaka* (Ordensregel), *Sutta-pitaka* (Lehrreden) und *Abhidhamma-pitaka* (Analytik) vgl. die „Einführung“.

¹²⁷ Die Frage ist, ob Buddha absichtlich den Druck der Dorfgemeinschaft hervorrief, um die Streitenden zum Einlenken zu bringen. Angesichts der späteren Zurückhaltung Buddhas beim Umschlagen der öffentlichen Meinung gegen die Mönche, ist es wahrscheinlich richtiger zu vermuten, dass er sie die Konsequenzen ihres Handelns, die „Verantwortung für die Sache“, selbst erleben lassen wollte. Die Texte geben darüber keine Auskunft, sondern sie betonen Buddhas Unbehagen darüber, wie er behandelt wurde.

¹²⁸ Die Übersetzung der Verse in: Neumann Bd. I, S. 948. M, *Sunnatavaggo*, *Upakkilesiya Sutta* „Verschlackung“ 276.

¹²⁹ Vin,4.4. Deutsch die Parallele in M : Neumann, Bd I, S. 949, M, *Sunnatavaggo*, *Upakkilesiya Sutta* „Verschlackung“ 276.

¹³⁰ Vin,4.4. Deutsch: Neumann, Bd I, S. 950 M, *Sunnatavaggo*, *Upakkilesiya Sutta* „Verschlackung“ 280.

¹³¹ Vin, IV, *Mahavagga* X. 6.3. Alle folgenden Zitate über die Eigenschaften von Mediatoren sind diesem Teil des *Vinaya Pitaka* entnommen.

¹³² J. No.536. Bk. XXI,412-4. Alle folgenden Zitate aus der *Jataka*-Erzählung werden mit „J“ und der Seitenzahl gekennzeichnet und nicht durch Fußnoten. Deutsch: Dutoit, vgl. Verzeichnis der deutschsprachigen Literatur.

¹³³ Dha, Bk. XV, N, 3 254-6. Alle folgenden Zitate aus dem *Dhammapada Commentary* werden mit „DhA“ und der Seitenzahl gekennzeichnet.

¹³⁴ J, no. 322, Bk. IV, 72-4 (*Daddobha Jataka*).

¹³⁵ Vgl. „Interventionen einer dritten Partei bei einem Konflikt“ in der „Einführung“ am Ende des Buches.

¹³⁶ Vgl. D, II. 186 (*Mahasudassana Sutta*). Deutsch nach Notz. Neumann, Bd. II, S. 313: „überall in allem sich wiedererkennend hat er die ganze Welt mit erbarmendem Gemüte, mit freudevollem Gemüte, mit unbewegtem Gemüte, mit weitem, tiefem, unbeschränktem, von Grimm und Groll geklärtem, durchstrahlt.“ Anm. 549, S. 708 verweist auf Jakob Böhme, *Sex puncta theosophica*, Werke ed. 1846, 6. Band S. 395:

„Da ist Liebe (*metta*), Sanftmut (*mudita*), Barmherzigkeit (*karuna*), Geduld (*upekkha*).“

¹³⁷ 1889 - 1982. Für seine Bemühungen um die internationale Abrüstung erhielt er 1959 den Friedens-Nobelpreis.

¹³⁸ Vgl. Teil 2, Kapitel 6, Anmerkung 73.

¹³⁹ Sanskrit „Dreikorb“, *Tipitaka* (Pali), der Kanon der hl. Schriften des Buddhismus umfasst *Vinaya-pitaka* (Ordensregel), *Sutta-pitaka* (Lehrreden) und *Abhidhamma-pitaka* (Analytik) vgl. die „Einführung“ am Ende des Buches.

¹⁴⁰ Auszug aus dem Toten-Bett-Zeugnis von James Nayler zitiert nach W.C. Bittle, *James Nayler 1618-1660: The Quaker Indicted by Parliament* (York: William Sessions, 1986), 174f. Buddhisten werden den Sinn des Abschnitts besser verstehen, wenn sie „Gott“ durch „das Dhamma“ oder „die Buddha-Natur“ ersetzen.

