

# Vergänglichkeit jeden Tag bewusst machen

Vortragsreihe im Hospiz zum Umgang des Buddhismus mit Sterben, Tod und Trauer

VON KLAUS TITZE

**BAD PYRMONT.** Mit Dr. med. John Zhou hatten Dr. Hans-Hermann Zimny für den Bad Pyrmonter Ärzteverein und Pastor Bernhard Jess einen authentischen Referenten für ihre Vortragsreihe gewinnen können, in der es aus Sicht unterschiedlicher Religionen mit deren Umgang zum Thema Sterben, Tod, Trauer und Abschied geht. Der in Bad Pyrmont lebende und tätige Mediziner Dr. Zhou stammt nämlich aus China.

Trotz des fast zeitgleich endenden Fußballspiels der deutschen Mannschaft ließen sich zahlreiche Zuhörer in dem Versammlungsraum des Hospizgebäudes im Friedenthal vom Duft angezündeter Räucherstäbchen in eine andere Welt entführen. Dazu hatte Dr. Zhou ergänzend von ihm selbst gemalte Langbilder mitgebracht und damit den Raum dekoriert. Während seines Vortrags überraschte der vielseitige und begabte Mensch, wie ihn Pastor Jess in seiner Begrüßung benannte, zudem mit gesanglich dargebotenen Gebeten, die er am Flügel einfühlsam begleitete und in ihrer Wirkung verstärkte.

Aus Dr. Zhou's Vortrag wurde schon bald deutlich, dass



Dr. John Zhou neben einem von ihm gemalten Langbild des Buddhas Amida. FOTO: TI

sich auch der Buddhismus wie andere zuvor im Hospiz gehörte Religionen mit dem Verbleiben nach dem Tod befasst. Gerade in China sei diese alte Religion auch vom Konfuzianismus und Daoismus stark mitbeeinflusst worden. Im Gegensatz zum Christentum, wonach es nach dem Tod um die Entscheidung zwischen Paradies, Fegefeuer oder Hölle gehe, glaube der Buddhist ähnlich dem Hindu an die Wiedergeburt in einem Kreislauf, bis die Seele als unsterbliche Kraft eines Tages erleuchtet

ist. Erst dann sei sie von der ewigen Wiedergeburt befreit.

Bis dahin jedoch sei die Rückkehr in einen physischen Körper zu erwarten und somit das Leben in diesem von Leiden geprägt. Denn nur die Stufe der Erleuchtung sei die höchste erreichbare Stufe des ewigen Glücks.

Die Leiden des Menschen seien die Geburt in eine dreidimensionale Lebenswelt, das Älterwerden, die Krankheiten und der Tod, die Erleuchtung hingegen der Übergang in eine für uns unvorstellbare

zehndimensionale Welt. Ähnlich dem Christentum mit seinen Geboten habe auch der Buddhismus für die Gläubigen Regeln.

Sie würden als der „Achtfache Weg“ bezeichnet, deren Einhaltung beim Durchbrechen des Wiedergeburt-Zyklus behilflich sein können. Hierzu gehörten die rechte Einsicht, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Verhalten, rechter Lebensunterhalt, rechte Anstrengung, rechte Achtsamkeit und rechte Meditation.

Insbesondere in der Meditation erhalte man die Möglichkeit, zu sich zu finden, sich von dem Streben nach Weltlichem abzuwenden und sich seiner Vergänglichkeit bewusst zu werden. Der Sterbeprozess sei für Buddhisten nichts Bedrohliches, da das Verlassen der körperlichen Hülle der Seele die Chance der Erleuchtung eröffne.

Um diese Chance zu steigern, würden Verwandte Gebete, sogenannte Mantren, an verschiedene Buddhas, also Erleuchtete, richten. In der traditionellen alten Kultur ging dies an 49 Tage heran, bevor der Leichnam bestattet werden konnte. Durch diese intensive Gebetsbegleitung sollten die Aussichten des Verstorbenen positiv beeinflusst und ihm Hilfe auf dem Weg raus aus der Leere der Welt geleistet werden.

Doch der Mensch könne auch selbst seine Situation nach dem Tod schon zu Lebzeiten günstig gestalten, indem er den drei wesentlichen Giften entsagt. Diese seien Habgier, Jähzorn und Unwissenheit. Hiergegen wende sich die weltentsagende Philosophie des Buddhismus mit dem Sinn des Lebens, nicht an materiellen Dingen festzuhalten, sondern eine höhere Existenzstufe der Seele zu erreichen.