

Folge dem Mittleren Weg

Eine Geschichte, die Gurumayi Chidvilasandanda erzählt

Vor langer Zeit saß Siddhartha Gautama unter einem Baum und sann darüber nach, warum seine strengen asketischen Übungen zu nichts führten. Während er so darüber nachdachte, machte sich Frustration in ihm breit. Warum hatte er noch nichts erlangt? Wann *würde* er sein Ziel erreichen? Er wusste nicht, ob seine Bemühungen jemals irgendwohin führen würden. Auf dem Höhepunkt seiner Verunsicherung hörte er vom Wald her eine klangvolle Stimme. Er setzte sich kerzengerade hin; sein ganzes Wesen war wach und passte aufmerksam auf, um die Worte zu hören, die da gesprochen wurden.

Er sah sich um und entdeckte in der Ferne, in einem Hain sitzend, eine Gruppe reisender Musiker. Ein Meistermusiker saß auf einem Fels und lehrte die jungen Schüler, ihre Saiteninstrumente zu stimmen. Als Siddhartha Gautama genauer zuhörte, hörte er den Meister sagen: „Spannt die Saite nicht zu stark, sie könnte reißen. Spannt sie nicht zu wenig, dann erzeugt sie vielleicht keinen Ton.“

Als Siddhartha Gautama das hörte, begriff er sofort, dass diese Worte für ihn gemeint waren. Sie warfen Licht auf die exzessiven Bemühungen bei seinen asketischen Übungen. Er hatte seinen Körper ohne Rücksicht auf seine Grenzen gequält. Kein Wunder, dass er noch nichts erlangt hatte!

Siddhartha Gautama erkannte die Weisheit in den Anweisungen des Meistermusikers und passte seine *sadhana* an. Er verstand, dass der Körper ein Instrument ist, um *nirvana* zu erlangen. Bei spirituellen Übungen, ebenso wie beim Stimmen einer Tambura, muss man dem Mittleren Weg folgen – weder zu streng noch zu locker, weder zu strikt noch zu lasch. Diese Weisheit war einer der Edelsteine, die dazu führten, dass aus Siddhartha Gautama der Buddha wurde.