

Meditationskurs

vom 31.8. – 5.10.12

Freitags von 18.00 – 20.00 Uhr
im Yoga-Studio-Minden

6 Einheiten 50,- Euro Erster Abend kostenlos!

Anmelden unter
Tel.: 0571/9556769 oder info@yoga-studio-minden.de

Deutungen von Weltreligionen also von Gott, Buddha, Allah und so weiter, sind nichts als Worte oder individuelle geistige Vorstellungen - nur das und sonst nichts. Worte sind in diesem Zusammenhang nicht so wichtig. Man sollte erkennen und verstehen, dass alles - Gutes und Schlechtes, Geschicktes und Ungeschicktes, jede Philosophie und jede Lehre – dem Wesen nach aus dem eigenen Geist kommt. Der Geist ist sehr mächtig und kann auf zweierlei Arten wirken: reaktiv oder kreativ.

Die eine Art produziert ein endloses, sinnloses Geschwätz und Handeln, die andere führt von Erkennen zu klarerem Erkennen und weiter, bis hin zu einsehen, wie die Dinge wirklich sind. Letzteres möchten viele Menschen. Deshalb braucht unser Geist eine feste Führung. Ein mächtiger Ozeandampfer braucht einen guten Kapitän. Der Kapitän (oder Lotse) deines Geistes sollte Klugheit sein, die die Natur des Geistes immer besser versteht. Auf diese Weise kannst du deine gewaltige geistige Energie so lenken, dass sie dir nutzt. Laß sie nicht unkontrolliert umherlaufen wie einen verrückten Affen, denn dann schadet sie dir und anderen. Dieser Affengeist wird sehr anschaulich in einer Geschichte beschrieben, die im Internet unter www.yoga-studio-minden.de nachzulesen ist. Sie trägt den Titel: ‚The Monkey Mind‘ – und vielleicht erkennt man sich ein wenig darin wieder.

Meditation ist eine über Jahrtausende erprobte Methode, um aus dem reaktiven einen kreativen Geist zu gestalten: aus dem ‚Affengeist‘ einen ruhigen und klaren Geist.



Der Affengeist

Eine Predigt

UNSER GEIST ist so aktiv, neugierig, stur und ungeduldige wie der eines Affen. Er springt von Gedanke zu Gedanke, inspiziert diese oder jene Merkwürdigkeit, verliert jedoch schnell das Interesse und springt in seinem ziellosen Jagen stetig zu etwas Neuem.

So natürlich, typisch, sogar angenehm solch ein affenartiges Verhalten ist, würden wenige Menschen sich absichtlich so verhalten. Gleichwohl haben wir alle diesen Affengeist, da der unbeaufsichtigte Kopf sich auf diese Art und Weise beschäftigt. Wenige würden einen Affen als lebenslangen Gefährten wählen, aber dennoch sind wir bereit, mit diesem zu leben. Wir sind wie unfreiwillige Besitzer von Gibbonaffen, die fortwährend an der Leine ziehen, oder von Gorillas, die einfach jemanden aufheben und wegtragen.

Obgleich alle einen Affengeist haben, merken es nur wenige. Es geschieht vielleicht nur des Abends, wenn wir versuchen einzuschlafen, dass uns das ziellose Wandern, mit dem sich der Geist zerstreut, bewusst wird. Das alles wäre kein Problem, wären wir selbst Affen. Obschon nahe Verwandte, Affen sind wir nicht. Trotzdem so scheint es, müssen wir unser Leben mit ihnen teilen. Egal wohin wir gehen oder was wir beginnen, der Affengeist ist unser treuer Begleiter.

Lebte man tatsächlich mit einem Affen, was würde man tun? Nachdem man ihn bewundert, mit ihm gespielt und versucht hat, mit ihm zu kommunizieren, muß er erzogen werden. Man würde ihn in einen Käfig sperren oder ihn trainieren. Wie sehr wir ihn in seinem natürlichen Zustand auch schätzen, oder wie sehr wir auch bedauern der Natur dreinzureden, irgendwann würden wir - wären wir gezwungen jede Sekunde unseres Lebens mit ihm zu verbringen - eine Form von Disziplin anwenden. Wenn nicht, würde unser Leben unerträglich werden.

Obgleich dies so ist, scheint es befremdlich, dass so wenige versucht haben, ihren Affengeist zu disziplinieren. Dieser Geist ist genau so wenig folgsam wie das Tier. Beide können belehrt werden. Dass das nicht oft geschieht liegt vielleicht daran, dass wir uns nicht gern unserer Gedanken bewusst werden. Wir ziehen es eher vor, uns ihrer nicht bewusst zu werden.

Bewusstsein wächst allmählich. Unvollkommen wie wir noch sind, ist unsrer Geist nicht geeint. Wir sind anders als unsere Affenverwandtschaft, die entsprechen ihrem natürlichen Wesen, unbewusster leben. Sie, zufrieden und integriert - wir unglücklich und zersplittert. Wir würden uns nicht unserer Gedanken bewusst werden, wenn wir es verhindern könnten. Jedoch letztendlich können wir es nicht verhindern.

Wir werden bewusster und wissen, dass unsere Gedanken nicht gänzlich wir sind; dass wir nicht ausschließlich, ausnahmslos, unser gewöhnlicher Geist sind. Erscheint der Affe plappernd und rastlos, sind wir gezwungen, ihn zu schulen.

Die Schulung ist einfach. Erlaube ihm nicht, sich zu zerstreuen; verbiete ihm sein sinnloses Suchen, zwinge ihn, sich zu konzentrieren. Doch ist es leichter gesagt als getan, so könnte man einwenden - doch sage es nicht nur, tu es! Sag ihm einfach, aufzuhören.

Er wird auf dich hören – einen Augenblick oder länger. Doch sobald du dich entspannst, macht er das gleiche Spiel wieder. Schleppe ihn zurück. Befiehl ihm immer wieder, aufzuhören. Erlaube ihm nicht, umherzuirren. Halt ihn fest.

Stell dir einen Käfig vor und erlaube ihm nicht, diesen zu verlassen. Wenn er heraus springt, ziehe ihn zurück. Jedes Mal wenn er sich entfernen will zwinge ihn, zurückzukehren. Das wird immer wieder geschehen und du wirst sehr müde werden. Den Affengeist zurückzubringen ist in der Tat ein gutes Rezept einzuschlafen. Aber wenn wir nicht den Rest unseres Lebens schlafend verbringen wollen, müssen wir eine Methode finden, den Kopf zu steuern, ohne dabei einzuschlafen.

Aus diesem Grunde schule ihn Tag und bei Nacht. Erlaube ihm nicht, spielerisch herumzuhüpfen! So angenehm er und du solch äffische Verfolgungen auch empfinden mögen. Ziehe ihn unnachgiebig mit dir, lass ihn arbeiten, gib ihm etwas, über das er wirklich nachdenken muss. Stell ihn vor eine Herausforderung, ein Rätsel, ein Puzzle – oder lass ihn einfach zählen.

Allmählich wird er ruhiger werden, aber auch listiger. Während du dich auf etwas konzentrierst, wird er genau das, worauf du dich konzentrierst, nehmen und eine Geschichte oder eine andere Möglichkeit daraus konstruieren. Noch bevor du dir dessen bewusst wirst – während der Affengeist noch fest in deinem Wesen verankert ist - ertappst du dich, wie du wieder durch die Baumwipfel schwingst.

Bring ihn wieder zurück. Widersteh seinen Bemühungen, über ihn nachzudenken. Ignoriere ihn und konzentriere dich auf den Käfig. Dann kann er nicht entweichen bis du wieder die Tür öffnest weil du dich entspannst - wozu du natürlich geneigt bist. Nicht nur zugunsten des Affengeistes - der herumstrolchen möchte - sondern auch für dein eigenes Wohlbefinden scheint ein Leben intensiver Konzentration kaum lebenswerter, als ein Leben zielloser und kurzlebiger Interessen.

Wenn du dich jedoch beharrlich bemühst, wirst du entdecken, dass der Geist fügsam wird. Schließlich wird er kommen, wenn du ihn rufst, und bei dir bleiben. Vielleicht nicht lange, doch für eine Weile. Wenn das passiert, ist sich der Affengeist seiner selbst bewusst geworden. Er ist erwacht. Und um deinen Geist zu wecken ist der erste Schritt, dich selbst zu wecken. Der Weg zu einem ruhigen, geeinten Geistes liegt noch vor dir!

Übersetzung von Kathrin Wiegand

The Monkey Mind¹

A Sermon

THE MIND is as active, inquisitive, willful, and impatient as a monkey. It leaps from thought to thought, examining this curiosity or that, always losing interest and springing of again on some new and aimless quest.

Natural, typical, even attractive as such simian behaviour is, few of us would choose to act in such a manner. Yet all of us have monkey minds, for it is in just such a fashion that the unattended mind occupies itself. Few of us would choose a monkey as a lifetime companion, yet we all choose to live with our monkey minds. Thus, we are like unwilling owners of gibbons, forever straining at the leash - or of gorillas, who simply pick up a person and carry him along.

Yet, though all of us have monkey minds, few of us notice that we do. It is perhaps only at night, when we are trying to sleep, that we become aware of the aimless currying with which the mind indulges itself. All would be well, of course, if we were ourselves monkeys. But, though very close relatives, we are not monkeys. Nonetheless we must, it would seem, share our lives with them. No matter where we go nor who we become, the mind faithfully accompanies us.

If one lived with a real monkey what would one do? After it had been admired, played with, after attempts to communicate with it had been made, then it would have to be disciplined. We would cage it, or train it. No matter how highly we approved of it in its natural state, or how we regretted our attempts to fetter nature, we would eventually, forced to live with it every second of our lives, apply some discipline. Otherwise our own lives would become unendurable.

This being so, it is strange that so few people have attempted to discipline their monkey minds. This mind is no less tractable than is the animal itself. Both can be taught. Perhaps the reason is that we are not comfortable when aware of our minds. We prefer to be unconscious of them.

Yet, little by little, awareness grows. We, imperfect, are not one with our minds. So we are unlike our monkey cousins, all unaware. Happy, integrated they; unhappy, fragmented us. We would not become aware of our minds if we could help it. Eventually, however, we cannot help it.

We become aware and know that our minds are not entirely, only, us; that we are not wholly, merely, our minds. The monkey appears, chattering and restless. We are forced to train it.

The training is simple. Do not let it fling itself about, forbid it its fruitless quests, make it concentrate. Easier said than done, you say, but to say it is to do it. Simply tell it to stop. It will listen - for a moment or two. But, the minute you relax, off it goes again. Drag it back. Again order it to stop. Do not allow it to wander away. Attach it to something.

¹ aus: *'Zen Inklings'*, published by John Weatherhill, Inc., New York and Tokyo 1982

Imagine a cage and do not allow it outside. When it springs out, pull it back. As often as it wanders off, make it return. This will happen many times, and you will yourself become very tired. Bringing back the monkey mind is, in fact, a good recipe for putting yourself to sleep. But if we do not wish to spend our lives sleeping, we must find a way of controlling the mind without ourselves nodding off

Therefore, train it by day as well as by night. Do not let it go off gamboling, attractive as it - and you - may find such vain pursuits. Pull it firmly along, put it to work, make it truly think. Give it a problem - a puzzle, a conundrum - or merely make it count.

It will grow more quiet. It will also grow more sly. As you concentrate upon it, it will take the very subject of your concentration and build a story or a probability upon it. Before you are aware, monkey mind firmly in mind, you will find yourself again racing through the treetops.

Bring it back again. Resist its efforts to make you think about it. Ignore it and concentrate upon the cage. Then it cannot escape until you open the door by relaxing. Which, of course, you will want to do. Not only for the sake of the monkey mind, which, after all, by its own nature likes to flit about, but also for the sake of yourself, since a life of intense concentration is scarcely more worth living than is a life of aimless and transient interest.

If you persist, however, you will discover that the mind becomes docile. Finally, it will come when you call it and sit with you. Perhaps not for long, but for a time. When this occurs the monkey mind has finally become aware of itself. It has wakened. And to wake your mind is the first step toward waking yourself. The way toward one mind lies ahead.

Die folgende Geschichte, *'The Holy Demon'*, kontrastiert *'The Monkey Mind'*.

Hier ist nun:

The Holy Demon

There was once a demon who desired to become a priest. His reason was that being evil - the nature of demons - was too difficult. Being good might be easier. Thus it was that he desired to take his vows.

This is one version of the story. Another is that he saw the badness of his ways and was contrite. Yet another was that he had been living on a diet of bad people and wanted to taste some good, hence his desire to enter a temple. For all these differences, the stories do agree that one day he presented himself at the temple gate.

The abbot, worldly man that he was, heard the request without surprise and said that he would bring up the matter at the next council. Until that time, then, the demon might again retire to his lair. Also, he might want to do something about his talons. They would certainly render handling the prayer beads difficult and, in any event, would probably catch in the long sleeves of the priestly habit.

The demon saw the reasons for this, went home, took a knife, and pared his talons. This hurt, and his paws were still aching when a week later, neatly bandaged, he presented himself

The board was sitting on the matter, the abbot informed him, noting with a small smile the absence of claws. Would he please be so good as to return in a week? And, in the meantime, he might want to do something about his horns. They would interfere with ecclesiastical headdresses, were he ever to rise above mere monk, and, in any event, did not go well with priestly garb.

The demon agreed with this, went home, and began paring his horns - a long, difficult, and painful process. He finally had to bum the stubs, an experience not at all comfortable. Then he presented himself at the temple, two depressions where the horns had been.

The abbot complimented him on their absence; then he smiled regretfully and said that all of the members of the board were not as yet entirely of one accord. Could he not come back the following week? And, in the meantime, he might think of what to do about his fangs. These would interfere with his eating the simple monkish fare and, in addition, somewhat detracted from an otherwise attractive smile.

The demon understood the wisdom of this, returned home, and with many a howl of pain and some tears put his teeth to the grindstone and ground them down to the gums. Smiling in agony, he then, a week later, again presented himself at the temple, showing two great gaps where the fangs had been.

The abbot, affable, received him at once, noting with pleasure the holes in the demon's smile. He then imparted the best of news. The board had finally agreed. It had decided that it would be a signal honour to have a demon monk. Also, a consideration not imparted to the penitent, the propaganda value of a demon brought to Buddha would be great.

The demon attempted to look pleased but seemed somehow less zealous than before. Upon inquiry, the abbot learned that this was because the demon was feeling poorly. Though he had originally come in earnestness and good health, the excision of talons, horns, and fangs had, it appeared, not only tired him but actually made him ill. His paws were bleeding, his forehead was infected, his gums were suppurating, and he had a fever.

The abbot showed his sympathy but remarked that after all, the good life is the strenuous one. Only those with strength, both outer and inner, should consider embarking upon it. The demon was left to extract from this what he could.

In the meantime, continued the abbot, it would be best for him to regain his health before joining their community. The demon understood all this, went back, and became very ill indeed.

The fever raged, paws throbbed, head knocked, and his mouth was nothing but aches. Since he could no longer claw, butt, and consume sinners he also grew thinner and thinner. If being good is this difficult, he thought, I had better not attempt a virtuous life.

Finally, feeling near death, the demon went again to the temple. There he told the abbot that, though he no longer had the strength to become a priest, he would like to die in the embrace of the true religion.

The abbot agreed at once. The bishop would be much pleased. A repentant demon would have been a good thing, but a dying demon, surrendering to the church, would be a sensation. So the abbot at once invited the sick demon into the temple, gave him a room to himself and assigned two acolytes to nurse him.

Every day the sick demon sank further. He took to the prayer beads but they hurt his paws, tried to eat his rice gruel but it hurt his jaws, even tried on the hat of the dead but it hurt his head. Being good is frightfully difficult, he decided, much more difficult than being merely evil.

But he did not die, and little by little the pain left him. This event was viewed with some displeasure by the abbot. There would, apparently, be no sensation. He would have to content himself with a good thing - a repentant demon. Well, he was big enough, at least, to do most of the heavy work around the temple.

At this point in the story the various versions again diverge. In one, the demon, maimed though he is, finds happiness in being good - preparing the bath, cleaning the attic, lugging the rice bales. In another, he suffers a final, fatal relapse and expires amid clouds of incense and much evidence of Buddha's benevolence.

In yet another, however, the demon fully recovered. Every day he felt better and better, and this troubled him because the innocent creature did not know what was occurring. Being good cannot be this simple, he thought. Then he discovered the reason. His talons, horns, and fangs were growing. He was again becoming an evil demon. Only he did not phrase it in this way. He was filled with delight because he was again becoming himself.

So, when no one was around, he practiced his grimaces and felt with joy the evil wrinkles again forming around his mouth. He gnashed his fresh fangs with pleasure and playful dug holes in the matting of his room with his new horns. When the acolytes were around, however, he was careful to look innocent and keep his eyes round. He also rarely smiled, lest they see the sharp new fangs.

I have tried to be good and I have failed, he told himself. But he felt no regret. To return to his own self caused too much happiness for that.

He also reverted to his old habits. One day, feeling particularly joyful, he sprang from his pallet and gobbled up both of the acolytes. They tasted very good after so many weeks of nothing but gruel. He snapped their bones and got at the marrow with the innocent and earnest zeal that was naturally his.

Then he crouched in wait in the corridor and ate up the other priests and finally, as he was coming around a corner, the abbot himself. Then the demon stretched himself, roared, and galloped off into the forest.

It was, as the late abbot had prophesied, a sensation indeed. Whole generations were frightened into proper behaviour with the tale, no one ventured near the place, and both cobwebs and legends formed around the deserted temple.

All agreed that a terrible thing had occurred. All except one. He was a holy man, an old monk who lived in a hut in the mountains. He said it was the most natural thing in the world.

It is all very well for a demon to become holy, he said, but he must become holy as a demon, not as some mutilated creature no longer itself. And, in any event, who was to say that this demon was not, as he had always been, in some way, his own way, holy?

As for the temple - well, one must pay for one's mistakes. And, all in all, the good life is the strenuous one. As for the demon, he had attempted to become what he wasn't, and this, said the mountain holy man, had almost killed him. Impelled by a longing for ease, always a bad counsellor, he had wandered far from his natural path. Fortunately for him he had returned to it.

Perhaps, after his adventure, he had returned with a new purpose, with a fresh insight. He now knew how difficult good is and could compare his old lazy badness with his new and understood evil. One must die in order to be reborn, and whether the result is good or bad is beside anyone's point. Then he delivered the moral that always comes after the text. There is, whether we like it or not, room for all of us in this world, priests and demons alike. To awake to one's own true nature is the aim of all.

This version of the tale is not popular and is not often heard.

Der Heilige Dämon

Es war einmal ein Dämon, dessen Wunsch es war, Priester zu werden.
Böse zu sein – die Natur von Dämonen – erschien ihm zu schwierig.
Gut zu sein wäre vielleicht einfacher. Deshalb wollte er ins Kloster gehen.

Dies ist eine Version der Geschichte. Eine andere sagt, dass er sich reumütig seiner unheilsamen Wege bewusst wurde.
Nach einer weiteren Version lebte er auf Diät und wollte sich nach dem Verzehr von bösen Menschen einmal ein paar Gute gönnen, daher sein Verlangen, in einen Tempel zu gehen.
Trotz all dieser Unterschiede kommen die Geschichten darin überein, dass sich der Dämon eines Tages an der Klosterpforte vorstellte.

Der Abt, ein aufgeschlossener Mann, hörte sich sein Gesuch an, ohne überrascht zu sein und sagte zu, dass er die Angelegenheit bei der nächsten Ratssitzung vorbringen würde. Bis dahin könne sich der Dämon auf sein Lager zurückziehen. Und vielleicht würde er inzwischen etwas mit seinen Krallen machen wollen, sie würden sicher die Handhabung des Rosenkranzes erschweren und sich wahrscheinlich sowieso in den langen Ärmeln der Robe verfangen.

Der Dämon sah diese Gründe ein, ging heim, nahm ein Messer und kürzte seine Klauen. Das tat weh, und seine Pranken schmerzten noch immer, als er eine Woche später, ordentlich bandagiert, erneut zum Kloster kam.

Der Kirchenrat hatte über sein Anliegen beraten, und der Abt, der mit einem kleinen Lächeln die fehlenden Krallen bemerkte, teilte ihm mit, er möge doch so gut sein, in einer Woche wiederzukommen. In der Zwischenzeit könnte er vielleicht etwas mit seinen Hörnern tun, sie würden die klösterliche Kopfbedeckung stören, und wollte er denn ständig herausragen? Sie würden ohnehin nicht zum priesterlichen Gewand passen.

Der Dämon war damit einverstanden, ging heim und begann, seine Hörner zu stutzen – ein langer, schwieriger und schmerzhafter Prozess. Schließlich musste er die Stümpfe abbrennen, eine Erfahrung, die ganz und gar nicht angenehm war.

Mit zwei Dellen, wo die Hörner gewesen waren, stellte er sich wieder beim Kloster vor.

Der Abt gratulierte ihm, dass er die Hörner entfernt hatte; lächelte jedoch bedauernd und sagte, dass noch nicht alle Mitglieder des Rates zu einem übereinstimmenden Schluss gekommen seien. Ob er nicht in der folgenden Woche wiederkommen könnte? Und inzwischen möge er doch darüber nachdenken, was er mit seinen Fangzähnen anstellen könnte. Sie würden ihn beim Essen der einfachen klösterlichen Speisen behindern und außerdem sein sonst so liebenswürdiges Lächeln beeinträchtigen.

Der Dämon verstand die Weisheit dieses Vorschlags, kehrte nach Hause zurück und wetzte mit großem Schmerzensgebrüll und einigen Tränen seine Zähne auf dem Schleifstein bis auf das Zahnfleisch ab.

Mit gequältem Lächeln und zwei großen Zahnlücken trat er eine Woche später wieder vor das Kloster.

Der Abt, der erfreut die Löcher im Lächeln des Dämonen bemerkte, war entgegenkommend und empfing ihn sofort. Dann übermittelte er ihm die beste aller Nachrichten: Der Rat hatte letztendlich zugestimmt. Er hatte entschieden, dass es eine außer-ordentliche Ehre sei, einen Dämon zum Mönch zu machen. Außerdem – diese Überlegung wurde jedoch dem reuigen Sünder nicht mitgeteilt – hätte ein Dämon, der bekehrt worden wäre, eine große Werbewirkung.

Der Dämon bemühte sich, erfreut dreinzuschauen, aber irgendwie schien er weniger begeistert zu sein als vorher. Als der Abt ihn danach fragte, erfuhr er, dass sich der Dämon ziemlich schwach fühlte. Obwohl er ursprünglich mit ernsthaftem Interesse und guter Gesundheit gekommen war, hatte ihn das Abschneiden seiner Krallen, Hörner und Zähne offensichtlich nicht nur geschwächt, sondern regelrecht krank gemacht. Seine Tatzen bluteten, seine Stirn war entzündet, sein Zahnfleisch eiterte und er hatte Fieber. Der Abt zeigte sich mitfühlend, bemerkte jedoch, dass das tugendhafte Leben letzten Endes ein anstrengendes sei. Nur solche mit äußerer als auch innerer Stärke sollten erwägen, sich darauf einzulassen. Dem Dämon blieb es überlassen, daraus zu schließen, ob er selbst dazu in der Lage war.

In der Zwischenzeit, fuhr der Abt fort, wäre es das Beste für ihn, sich zu erholen, bevor er in die Klostersgemeinschaft eintrat. Der Dämon verstand dies alles, ging zurück, wurde jedoch wirklich sehr krank.

Das Fieber tobte, die Pfoten pochten, der Kopf dröhnte und sein Maul war nichts als Schmerz. Da er keine Sünder mehr fangen, aufspießen und verzehren konnte, wurde er außerdem immer dünner und dünner. Wenn es so schwierig ist, gut zu sein, dachte er, hätte ich mich besser nicht um ein tugendhaftes Leben bemühen sollen.

Als er sich schließlich dem Tode nahe fühlte, ging er nochmals zum Kloster. Dort eröffnete er dem Abt, dass er im Schutz einer wahren Religion sterben wollte, wenn er schon nicht mehr die Kraft hätte, Priester zu werden.

Der Abt war sofort einverstanden. Der Bischof wäre sicher sehr erfreut darüber. Ein reuiger Dämon wäre eine gute Sache gewesen, aber ein sterbender Dämon, der sich der Kirche überlässt, wäre eine Sensation. Daher lud der Abt den kranken Dämon gleich in das Kloster ein, gab ihm ein eigenes Zimmer und beauftragte zwei Mönche, ihn zu pflegen.

Doch jeden Tag wurde der kranke Dämon schwächer. Der Rosenkranz verletzte seine Pfoten, er versuchte, seinen Reisbrei zu essen, aber dabei schmerzte sein Maul, er versuchte sogar, den Totenhut aufzusetzen, doch sein Kopf tat weh. Er fand, dass es fürchterlich schwierig war, gut zu sein, noch viel schwieriger als bloß böse zu sein.

Aber er starb nicht, und nach und nach verringerten sich die Schmerzen. Der Abt verfolgte dies mit einigem Missfallen. Es würde offensichtlich keine Sensation geben. Er würde sich mit einer guten Sache zufrieden geben müssen – einem reuigen Dämon. Nun gut, er war immerhin stark genug, den größten Teil der schweren Arbeit um das Kloster herum zu erledigen.

An diesem Punkt der Geschichte weichen die verschiedenen Versionen wieder etwas voneinander ab. In der einen findet der Dämon, obwohl er so verkrüppelt ist, sein Glück darin, tugendhaft zu leben – er bereitet das Bad, reinigt die Dachkammer, schleppt Reisballen.

In der anderen erleidet er einen letzten, tödlichen Rückfall und stirbt inmitten von Weihrauchwolken und im Gewährsein der Güte Gottes.

In einer anderen Version der Geschichte jedoch erholte sich der Dämon vollständig. Jeden Tag fühlte er sich besser und besser, und das beunruhigte ihn, weil die unschuldige Kreatur nicht wusste, was eigentlich geschah. Gut zu sein kann doch nicht so einfach sein, dachte er. Dann entdeckte er den Grund: Seine Krallen, Hörner und Reißzähne begannen zu wachsen. Er wurde wieder zu einem bösen Dämon.

Nur bezeichnete er es nicht so. Es erfüllte ihn mit großer Freude, weil er wieder er selbst wurde.

Und wenn niemand zusah, übte er seine Grimassen und fühlte entzückt, wie sich die bösen Falten wieder um sein Maul bildeten. Er knirschte vergnügt mit seinen frischen Zähnen und grub mit seinen neuen Hörnern spielerisch Löcher in den Mattenboden seines Zimmers. Wenn die Mönche zugegen waren, war er jedoch darauf bedacht, unschuldig auszuschauen und aufzupassen. Er lächelte auch kaum, weil er befürchtete, dass sie seine neuen scharfen Fangzähne sehen könnten.

Ich habe versucht, gut zu sein und habe versagt, gestand er sich ein. Aber er fühlte kein Bedauern. Dazu war er zu glücklich darüber, wieder zu seinem eigenen Selbst zurückgekehrt zu sein.

Er fiel auch in seine alten Gewohnheiten zurück. Eines Tages, als er sich besonders froh und glücklich fühlte, sprang er von seinem Lager und verschlang seine beiden Pfleger. Sie schmeckten ausgezeichnet nach den vielen Wochen, in denen er nichts als Reisbrei gegessen hatte. Er zermalmte ihre Knochen bis aufs Mark mit dem unschuldigen und wahren Eifer, der ihm ursprünglich zu eigen war.

Dann kroch er wartend in den Korridor und fraß all die anderen Priester, und als schließlich der Abt selbst um die Ecke kam, verschlang er auch ihn. Dann streckte er sich, brüllte und galoppierte hinaus in den Wald.

Es war, wie der verblichene Abt prophezeit hatte, in der Tat eine Sensation..

Ganze Generationen wurden mit dieser Geschichte verängstigt, niemand wagte sich in die Nähe des Ortes des Geschehens und sowohl Spinnweben als auch Legenden woben sich um das verlassene Kloster.

Alle waren sich darin einig, dass etwas Furchtbares geschehen war. Alle außer einem. Es war ein heiliger Mann, ein alter Mönch, der in einer Hütte in den Bergen lebte.

Er sagte, dass es die natürlichste Sache der Welt war.

Es ist ganz in Ordnung für einen Dämonen, heilig zu werden, meinte er, aber er muss als Dämon heilig werden, nicht als eine verstümmelte Kreatur, die nicht mehr sie selbst ist. Und außerdem, wer sagt denn, dass dieser Dämon nicht, wie er es schon immer war, auf gewisse Art, auf seine eigene Art eben, heilig gewesen ist?

Was das Kloster angeht – nun, man muss für seine Fehler bezahlen. Und alles in allem ist das tugendhafte Leben eben anstrengend. Und was den Dämonen betrifft, er hatte versucht zu werden, was er nicht war und das, sagte der heilige Mann aus den Bergen, hätte ihn fast umgebracht. Angetrieben von einem Verlangen nach Wohlbefinden (einem leichteren Leben) – immer ein schlechter Ratgeber – hatte er sich weit von seinem natürlichen Weg entfernt. Zu seinem Glück fand er dorthin zurück.

Vielleicht kehrte er nach diesem Abenteuer mit einer neuen Zielsetzung, einer frischen Einsicht zurück. Er wusste nun, wie schwierig Gutsein ist und konnte seine alte, faule Bösartigkeit mit seiner Neuen vergleichen und das Böse verstehen. Man muss erst sterben, um wiedergeboren zu werden, und ob das Ergebnis gut oder schlecht ist, hat nichts mit der Sache zu tun. Dann verkündete er die Moral, die jede Geschichte hat:

Ob es uns gefällt oder nicht, es gibt Raum für jeden von uns in dieser Welt, sowohl für Priester als auch für Dämonen. Das Ziel von allem ist, zu seiner eigenen wahren Natur zu erwachen.

Diese Version der Geschichte ist nicht so populär und wird nicht oft erzählt.