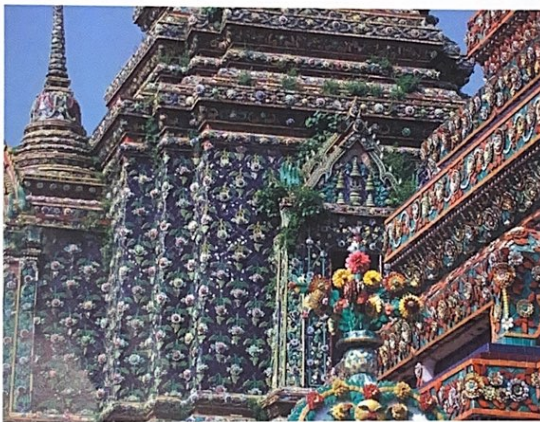


3.3 Buddhismus



Buddhistischer Gebets- und Thronraum im Tibetmuseum Hüttenberg (Kärnten)



Wat Pho-Tempel, Bangkok



Riesige Buddha-Statue, Japan

Die Entstehung des Buddhismus

Der indische Fürstenson **Gautama Siddharta** (um 560-480 v. Chr.) lebte bis zu seinem 29. Lebensjahr in Reichtum. Dann trieb ihn der Gedanke an Alter, Krankheit und Tod – ausgelöst durch die Begegnung mit einem Greis, einem Kranken, einem Leichenzug und einem Asketen – zu Wanderschaft und Einsamkeit. Unter einem Feigenbaum meditierend, kam ihm die große Erleuchtung von den vier edlen Wahrheiten, die Antwort auf die Frage nach dem Woher des Leids. Er glaubte, den rechten Weg der Mitte gefunden zu haben, und erlangte dadurch den Titel **Buddha** (der Erleuchtete).

Erste schriftliche Aufzeichnungen über Buddhas Lehre gab es ca. 200 Jahre nach seinem Tod. Diese Schriften wurden schon früh in *Dharma* (Lehre) und *Vinaya* (mönchische Disziplin) eingeteilt. Am wichtigsten sind die *Sutras*, angeblich von Gautama selbst stammende Aussagen, während die *Shastras* buddhistischen Autoritäten zugeschrieben werden. Die Texte werden in drei Sammlungen (Kanones) eingeteilt: *Pali-Tripitaka*, *chinesisches Tripitaka* und *tibetanisches Kanjur und Tanjur*. Der Buddhismus findet sich in Thailand, Myanmar, Indien, Sri Lanka, Japan, Tibet, Nepal und China, gewinnt aber auch in Europa und Nordamerika immer mehr AnhängerInnen.

Die buddhistische Sicht vom Menschen

Das Ich des Menschen, das „Nicht-Selbst“, ist nur eine „Zusammenballung“ von Daseinsfaktoren (*Dharmas*): Körper, Sinne – Empfindung – Wahrnehmungen und Vorstellungen – Triebkräfte – Bewusstsein. Der Glaube an die *Individualität* soll aufgehoben werden. Die Annahme einer Seele oder eines Subjekts wird durch unpersönliche Vorgänge ersetzt: Statt „ich nehme wahr“ muss es „es vollzieht sich ein Prozess der Wahrnehmung in den fünf Gruppen“ heißen. Mensch und Welt bilden kein einheitliches Ganzes, sondern sind eine Kombination von Einzelbestandteilen, die sich immer wieder verbinden, lösen und neu verbinden. Sie werden durch den Tod nicht unterbrochen, sondern schaffen durch neue Kombinationen die Grundlage für neue „Individuen“ (**Wiederverkörperung**). Dem Tod des Unwissenden und damit Un-erlösten folgt entsprechend seinen Taten seine Wiedergeburt. Dabei zählen mehr die Motive des Handelns. Die treibende Kraft der Wiedergeburten ist die Gier, der „Durst“, die das Wesen ans Dasein bindet.

Christentum kennt keine Wiedergeburt

Die Auffassung eines Kreislaufes von Wiedergeburten unterscheidet sich wesentlich vom Christentum. Der östlichen Idee der beliebigen Wiederholung der Lebenszeit steht die christliche Lehre von der Einmaligkeit und Verantwortlichkeit des Menschen gegenüber, dem wiederkehrenden Kreislauf des Lebens die Auferstehung von den Toten, dem nicht personal gedachten Weltprinzip der personale christliche Gott. Die Reinkarnationstheorie ist mit dem Christentum nicht vereinbar.

Die vier edlen Wahrheiten und der Weg zur Erlösung

[1] Alles Leben und Tun ist Leiden:

Die Geburt ist schmerzhaft, das Alter ist schmerzhaft, die Krankheit ist schmerzhaft, der Tod ist schmerzhaft, Leiden, Klagen, Niedergeschlagenheit und Verzweiflung sind schmerzhaft. Die Berührung mit unangenehmen Dingen ist schmerzhaft, mit Unlieben vereint und von Lieben getrennt sein, ist schmerzhaft. Kurz, das Festklammern am Dasein ist schmerzhaft.

AUS DEN REDEN BUDDHAS

[2] Ursache des Leidens ist die Gier: Grund für das Leiden ist der Durst, der von Wiedergeburt zu Wiedergeburt führt und von Freude und Leidenschaft begleitet ist. Wer am Körper und am Selbst mit seinen Gefühlen haftet, bleibt im Irdischen.

[3] Erlösung vom Leiden geschieht durch Auslöschen der Gier: Wer seine Gier nach Leben nicht auslöschen kann, wird wiedergeboren. Wer den Kreislauf der Wiedergeburten durchbricht, geht ins Nirwana ein, d.h. in einen Zustand der Befreiung, des Loslösens und der Ruhe. Der Mensch ohne Gier lässt die Dinge kommen und gehen, ohne sie herbeizusehnen und an ihnen festzuhalten (buddhistische Gelassenheit).

[4] Der Weg zur Erlösung ist der achtfältige Pfad.

- **Rechte Erkenntnis (Anschauung):** meint die Erkenntnis der vier edlen Wahrheiten.
- **Rechte Gesinnung:** erweist sich in einer Haltung der Güte und Friedfertigkeit, fern von Sinnenlust, Hass und Argem.
- **Rechte Rede:** duldet keine Lüge, kein unnützes Geschwätz, keine Angeberei. Das Reden muss weise, wahr und verständig sein.
- **Rechte Tat:** zeigt sich im gesamten Handeln, wobei vor allem Töten, Stehlen und Ehebruch ausgeschlossen sind.
- **Rechter Lebenswerb:** fügt anderen Wesen im beruflichen Tun keinen Schaden zu.
- **Rechte Anstrengung:** lässt böse Willensregungen nicht aufkommen und fördert gute.
- **Rechte Achtsamkeit:** ist die begierdefreie Besonnenheit beim Denken, Reden, Tun und Fühlen.
- **Rechte Sammlung:** erreicht der Fromme durch intensive Konzentration.

1 und 2 werden als Weisheit zusammengefasst, 3-5 als Zucht, 6-8 als Meditation.

- AA**
1. Untersuchen Sie, warum die Wiedergeburtstheorie im Westen auf so große Sympathie stößt.
 2. Erläutern Sie den Zugang zur Wirklichkeit, wie er sich in den vier edlen Wahrheiten darstellt. Bewerten Sie diesen.
 3. Im Buddhismus gibt es keinen Gottesglauben. Verfassen Sie eine kurze Beschreibung des Buddhismus unter diesem Blickwinkel.
 4. Recherchieren Sie buddhistische Einrichtungen in Ihrer näheren Umgebung.

Verschiedene Wege

Theravadins – Anhänger der Lehre der Alten
Kennzeichnend für den Theravada-Buddhismus ist das Festhalten an dem Ideal eines klösterlichen Lebens in Entsagung und an der Lehre der acht-samen Meditation. In dieser Umgebung wurde der **Theravada-Buddhismus** ausformuliert. Im „*Kleinen Fahrzeug*“ ist der Arhat (Heiliger, Weiser) das Vollkommenheitsideal. Er hat eine Art „Übererkenntnis“ erlangt und nähert sich dem Zustand des Nirwana in drei Stufen: *moralische Disziplin* (Ablassen von sinnlichen Freuden und Gier sowie von der Illusion des Ich), *Trance* (Konzentrationsübungen) und *Weisheit* (methodische Kontemplation des Dharma). Diese strenge Form des Buddhismus verbreitete sich im Süden: Sri Lanka, Myamar, Thailand, Kambodscha und Laos.

Mahasanghikas – Anhänger der „Großen Gemeinde“

Der **Mahayana-Buddhismus** nimmt die Existenz eines Absoluten an und projiziert dessen Züge auf Buddha. Er will nicht die Welt überwinden, sondern allen Wesen zur Erlösung verhelfen. So kennt er auch die Möglichkeit, eigene karmische Verdienste auf andere zu übertragen (Ethik des Mitleidens). Im Mahayana-Buddhismus ist der *Bodhisattva* das Ideal. Ein Bodhisattva hat das eigene Selbst überwunden, verbleibt aber aus Mitleid in der Welt, um andere Lebewesen aus dem Strom des Leidens zu retten. Der Mahayana-Buddhismus entwickelte sich im Norden (China, Japan und Tibet) und ist auch in Nepal, Korea und in der Mongolei verbreitet.

Bhakti – Buddhismus des Glaubens und der Verehrung

Die Eröffnung eines „leichten“ Weges im Mahayana-Buddhismus wird in der Bhakti-Bewegung fortgesetzt. Dort kam es zur Verehrung von Gottheiten, auch der Buddhas und Bodhisattvas, die in menschlicher Gestalt vorgestellt wurden. Die Bhakti-Bewegungen brachten drei neue Gedanken in den Buddhismus: die Lehre von der Übertragung des karmischen Verdienstes – die Überzeugung, dass die Buddha-Natur in allen Lebewesen gegenwärtig ist – die Erschaffung einer großen Anzahl von Erlösten.

Tantrismus – magischer Buddhismus

Der Tantrismus entstand ca. 550 n. Chr. Erlösung kann aus der persönlichen Beziehung zu einem Lehrer (*Guru*), dem sich der Schüler/die Schülerin unterwirft, erlangt werden. Es gibt im Tantrismus drei Arten von Übungen: die Rezitation von Mantrien – die Ausführung ritueller Tänze und Handbewegungen – sowie die Selbst-Identifizierung mit den Gottheiten durch besondere Meditationen. Buddha gilt im Tantrismus als allgegenwärtig.

Der Ch'an-Buddhismus in China

Der Buddhismus gelangte um 50 n. Chr. nach **China**. Er verband sich dort (wie auch in Japan) mit der taoistischen Einheitsschau, dem kaiserlichen Staatskult und der Ahnenverehrung. Die bedeutendste Neuerung des Ch'an-Buddhismus war die Anerkennung und Einführung körperlicher Arbeit nach der Regel: „Ein Tag ohne Arbeit – ein Tag ohne Nahrung“.

Zen-Buddhismus in Japan

Um 1200 n. Chr. kam der Buddhismus von China nach **Japan**, wo er **Zen-Buddhismus** heißt. Seine Einfachheit und sein Heroismus fand großen Anklang unter der japanischen Kriegerkaste, er beeinflusste aber auch die Kultur. Eigenheiten von Ch'an- und Zen-Buddhismus sind ein radikaler Empirismus („Denke nicht, versuche!“), die Feindseligkeit gegen alles Theoretisieren und die Auffassung, dass die Erfüllung des buddhistischen Lebens nur in den alltäglichen Dingen geschieht. Zen-Buddhisten suchen die unmittelbare Erfahrung der Einheit aller Existenz durch *Zazen* (sitzende Meditation). Durch Konzentration auf die Atmung soll höchste Konzentration erreicht werden. Aufkommende Gedanken sollen einfach zur Kenntnis genommen werden, ohne an ihnen festzuhalten. Ziel ist, das „wahre Sosein“ wahrzunehmen. In der Kunst der *Kalligraphie* wird angestrebt, in größter Konzentration in einem Atemzug den perfekten Pinselstrich auszuführen.

Amidismus

Der Amidismus (von Buddha Amitabha/Amida, der in Ostasien als höchstes Wesen verehrt wurde) kam um 150 n. Chr. nach China und nach 950 nach Japan. Er wurde im Laufe der Zeit sozialpolitisch radikal, besonders in der Shin-Sekte, deren Anhänger die Moral im Gegensatz zum Glauben als bedeutungslos ansehen, da durch die Güte Amidas alle Menschen zum Paradies zugelassen werden.

Tibetisches Vajrayana

Im 7. Jahrhundert n. Chr. wurde im Tibet der Buddhismus eingeführt. Den höchsten Rang nehmen die als Lehrer verehrten *Lamas* ein, von denen manche als inkarnierte Bodhisattvas gelten. Diese werden schon von Kindheit an auf ihre Rolle vorbereitet, als Kenner der höchsten Wahrheit den Menschen zu helfen. Die Unterwerfung unter einen *Guru* und die Einweihung in *tantrische Praktiken* ist der einzige Weg, die Lehren zu erhalten. Die Anfänger meditieren über Gottheiten (Gottheits-Yoga), die relative Manifestationen des höchsten Bewusstseins sind. Es geht darum, durch die Nutzung der Lebensenergien den Geist zu wandeln und höhere Bewusstseinsstufen zu erreichen. Begleiterscheinungen des Wandels sind die Levitation (Schweben ohne Hilfsmittel), Hellsichtigkeit, Dauermeditation ohne Schlaf und innerliche Erwärmung des Körpers.



Tibetanische Handgebetsmühlen: Die Zylinder sind mit Papierstreifen gefüllt, die mit heiligen Texten bedruckt sind. Jede Rotation der Mühle entspricht dem einmaligen Aufsagen der Gebete.

Religiöses Leben

Seit den Anfängen des Buddhismus waren die frömmsten Anhänger und Anhängerinnen Buddhas in **Ordensgemeinschaften** organisiert. Die Mitglieder waren an ihren geschorenen Köpfen und an ihrer Robe aus ungenähtem orangefarbenen Tuch erkennbar. Die frühen buddhistischen Mönche wanderten von Ort zu Ort, später entstanden Klöster. Von den Mönchen wird Entsagung, Askese und Gleichmut gefordert. Früher lebten die Mönche in ihren Pagoden von der Welt abgeschieden in den Bergen. Heute ist das „In-die-Welt-Gehen“ zur Praxis geworden. Sie sollen die Leiden der Lebewesen teilen. Viele Mönche folgen auch heute noch der Tradition, täglich von Haus zu Haus zu gehen und zu betteln, um so Reste des eigenen Hochmuts zu überwinden. Zu den traditionellen Aufgaben der buddhistischen Mönche gehört die Veranstaltung von Begräbnissen und Gedenkfeiern zu Ehren der Toten, wobei das Rezitieren von Schriften ein Hauptbestandteil ist.

In den Ländern, in denen der Mahayana-Buddhismus vorherrscht, werden von den **Gläubigen** Abbildungen Buddhas und von Bodhisattvas angebetet. Gebete und Sprechgesänge sind gebräuchliche Andachtshandlungen wie auch Frucht-, Blumen- und Weihrauchopfer. Das bekannteste buddhistische Fest in China und Japan ist das Ullambana-Fest, bei welchem den Geistern der Toten und den hungrigen Geistern geopfert wird. Besonders in Indien dient das Rezitieren von Mantras (heiliger Silben) und die Zeremonie des Eingangs in ein Mandala (mystischer Kreis) als Mittel der Meditation. Obwohl im Theravada-Buddhismus eigentlich keine Anbetung Buddhas erfolgt, äußert sich die ihm erbrachte Ehrerbietung im Stupa-Kult. Eine Stupa ist ein kugelförmiger heiliger Bau, der eine Reliquie enthält. Die Anbeter umschreiten das Kuppelgewölbe und tragen Blumen und Weihrauch als Zeichen der Verehrung. Es werden Beschützungsformeln vorgelesen, um böse Geister auszutreiben, Krankheiten zu heilen, neue Gebäude zu segnen und andere Wohltätigkeiten zu erlangen.