

Buddhismus

- Religion unterscheidet sich wesentlich von Glaubensreligionen
- Glauben nicht an übernatürliche Macht oder Gott.
- Erfahrungsreligion
- Buddha selbst praktizierte keinen „Buddhismus“
- Über die Jahrhunderte haben sich verschiedene buddhistische Schulen und Traditionen entwickelt

Ziele im Buddhismus

- Entwicklung des eigenen Geistes
- Überwindung von Leid
- Erwachen / Erleuchtung : Zustand eines dauerhaften und bedingungslosen Glücks

Samsara

- Kreislauf der Existenzen, des Todes und der Wiedergeburt
- Alle nicht erleuchteten Menschen oder Lebewesen befinden sich in diesem Kreislauf
- Grund dafür ist Karma



•

Karma

- Prinzip von Ursache und Wirkung
- Karma beeinflusst maßgeblich den Samsara Kreislauf
- Absichtlich gute und schlechte Handlungen oder Denkweisen bestimmen Karma
- Führt zu einer möglichen Wiedergeburt (Bleiben im Samsara) oder zur Erleuchtung (übergehen ins Nirvana)
- Übergang ins Nirvana nur, wenn Geist von karmischen Handlungen und Gedanken gereinigt ist und kein neues Karma entsteht
- Zustand ist schwer zu erklären und kann nur verstanden werden, wenn tatsächlich erfahren
- Weg nach dem Tod führt dann ins Nirvana

Nirvana

- Gibt keinen Tod oder Wiedergeburt
- Samsara „Kreislauf des ewigen Leidens“ wird mit dem erleuchteten Geist durchbrochen

- Weg ins Nirvana führt über Selbstständigkeit und Eigenverantwortung des Menschen



Buddhistische Lehren

- Lehrer raten Ihren Schülern, die empfangenen Lehren skeptisch zu betrachten, selbst wenn von Buddha persönlich
- Sollen das Gehörte oder Gelesene weder passiv akzeptieren noch automatisch ablehnen
- Sollen stattdessen Urteilsvermögen verwenden
- Sollen selbst prüfen, ob die Lehren mit ihren eigenen Erfahrungen und Erfahrungen anderer übereinstimmen

Buddha

- Viele Möglichkeiten zu beschreiben wer Buddha ist
- Die verschiedenen Perspektiven haben ihre Quellen in den Lehren des Buddha



Historischer Buddha (Shakayamuni)

- Ein Mensch der vor ca. 2.500 Jahren lebte und seinen Geist von allen Verunreinigungen befreite und sein gesamtes Potenzial entwickelte.
- Jedes Wesen dass dies ebenfalls tut, wird auch als Buddha betrachtet, denn es gab viele Buddhas, nicht nur einen.

- Prinz Siddharta Gautama
- Geboren zwischen der heutigen Grenze Indien und Nepal

Die Vier edlen Wahrheiten – Essenz aus Buddhas Lehren

- Buddhistische Lehre ist sehr komplex und vielschichtig
- Die Wahrheit des Leidens, Ursache des Leidens, Beendigung des Leidens und Pfad zur Beendigung des Leidens

Symbole des Buddhismus

- Dharma Rad
 - Zeichen das für den Buddhismus als Kennzeichen des Lebens gilt
 - Buddha selbst wird mit diesem Symbol dargestellt
 - Die 8 Speichen des Rads stehen für die 8 Pfade des Buddha
 - Mit diesen Pfaden hat Buddha seinen Schülern beigebracht, wie sie die Erleuchtung erreichen und das Samsara verlassen können



-
- Ewiger Knoten
 - Steht mit seinen nie endenden Verknotungen für Weisheit, Religion und Mitgefühl
 - Symbol für das Dies- und Jenseits und steht für die Unendlichkeit Buddhas



- Zwei goldene Fische
 - Bedeuten Mut, Reichtum, Glück und Furchtlosigkeit
 - Ursprünglich stammt es aus Indien und wurde vom Buddhismus übernommen
 - Dort wurden die zwei heiligen Flüsse Yamuna und Ganges in Form von zwei Fischen dargestellt
 - Diese sollten Reichtum, Glück und Überfluss bringen



-
- Sonnenschirm
 - Ist ein Symbol für Schutz vor Leid und bösen Kräften
 - Auch dieses Symbol stammte ursprünglich aus Indien und stand für Schutz



-
- Vase
 - Steht für Wohlstand und Reichtum
 - Überfluss von Gesundheit
 - Eine Vase kann beliebig gefüllt werden und wird deshalb mit dieser Bedeutung in Zusammenhang gebracht



-

- Vajra
 - Gehört zum tantrischen Buddhismus
 - Stellt Metallstab mit vielen Speichen dar und symbolisiert die Kraft des Geistes
 - Form erinnert an Diamanten
 - Steht deshalb für Beständigkeit, unzerstörbare Kraft und Reinheit



Unterschiedliche Arten von Buddhismus

- Hinayana
- Mahayana
- Vajrayana

Sikhismus

- Religion der Sikhs ähnelt dem Islam und Hinduismus
- Ist die Religion der Sikhs
- Für sie sind alle Menschen gleich
- Vor weniger als 500 Jahren in Punjab und Nordindien entstanden
- Gründer heißt Guru Nanak
- Lebte von 1469 und 1538
- Hatte zehn Nachfolger
- Der letzte Nachfolger starb vor rund dreihundert Jahren
- Seitdem verehren die Sikhs als Guru ihre heilige Schrift
- Heilige Schrift heißt „Adi Guru Garanth Sahib“ und wird oft kurz „Adi Granth“ oder „Ganth Sahib“ genannt
- Die Lehre heißt Gurmat und enthält drei Grundsätze
- Heiligste Stätte der Sikhs ist der Goldene Tempel Hari Mandir oder Harmandir Sahib
- Steht auf einer Insel in Amritsar in Punjab (Geburtsland der Religion“
- Täglich besuchen ihn mehr als tausend Pilger
- Monotheistische Religion
- Gemeinschaft hat weltweit rund 25 bis 27 Millionen Anhänger (Mehrheit in Indien)
- Betont die Einheit der Schöpfung und verehrt einen gestaltlosen Schöpfergott der weder Mann noch Frau ist
- Weitere wesentliche Merkmale sind die Abkehr von Aberglauben und traditionellen religiösen Riten
- Obwohl Kastensystem den Alltag der Sikhs durchdringt, wird es abgelehnt
- Orientieren sich nicht an Einhaltung religiöser Dogmen, sondern haben das Ziel religiöse Weisheit für den Alltag nutzbar und praktisch zu machen

- Im Gegensatz zum Hinduismus akzeptieren Sikhs Bedeutung materieller Bedürfnisse und deren Befriedigung
- Lehnen die Askese entschieden ab
- Brüderlichkeit, auch mit Nichtgläubigen, gehört zu den Grundsätzen des Sikhismus, weshalb der Ertrag ihrer Arbeit mit der ganzen Welt geteilt werden soll
- Die religiösen Einsichten sind in metaphorischer Poesie festgehalten
- Fortwährendes Gottvertrauen und Verinnerlichung und das Leben spiritueller Weisheit im Alltag, Praktizieren der drei Grundprinzipien stehen im Mittelpunkt
- Sikhs glauben an den einen höchsten Gott

3 Grundsätze des Sikhismus

- Bete zu Gott
- Arbeite hart für deinen Lebensunterhalt
- Teile mit anderen

Sikhs

- Viele Sikhs möchten Punjab zu ihrem eigenen Staat machen
- Führt immer wieder zu Konflikten mit den Hindus, die das Land nicht gerne abgeben möchten
- Oft erkennbar an besonderer Kleidung und Aussehen
- Männer tragen Pluderhosen, Armreif aus Stahl und einen Dolch oder Säbel bei sich
- Religion verbietet das Haareschneiden
- Männer haben daher oft lange Bärte.
- Ihre Haare wickeln sie unter einem bunten Turban auf
- Turban hat mehrere Namen (Pag oder Pagri, Dastar oder Keski)
- Viele Frauen tragen Pluderhosen
- Frauen verbergen ihre Haare nur teilweise unter einem losen Kopftuch

Schöpfungsverständnis

- Wesen der Schöpfung ist untergründlich
- Das Universum wird als unermesslich angesehen
- Wille der Schöpfung manifestiert sich in den Grundgesetzen der Natur
- Schöpfer wird als bedingungslos liebend, unendlich, unfassbar, feindlos, namenlos, geschlechtslos und formlos beschrieben
- Vereint 3 wesentliche Naturen

3 wesentliche Naturen

- Transzendenz
- Immanenz
- Omnipräsenz

Leben nach dem Tod

- Menschen und Tiere haben eine Seele, die in verschiedene Lebensformen wiedergeboren werden kann
- Die Seele kann einige Lebensformen durchlaufen, bis die die des Menschen (höchste Stufe der Bewusstseinswahrnehmung) erreicht hat
- Reinkarnation ist ein leidvoller Kreislauf, da die Seele viele Male den Verlust ertragen musste

- Bestimmung des Menschen ist es, aus dem Kreislauf der Wiedergeburt zu entkommen und die Seele mit Gott eins werden zu lassen, indem man dem Weg der Gurus folgt und die vollkommene Erleuchtung erlangt
- Nach Guru Nanak ist es sinnlos, sich mit Vergangenheit zu beschäftigen.
- Es zählt nur das Hier und Jetzt
- Nanak verurteilt die Yogis, die Tage und Nächte damit verbracht haben darüber nachzudenken, was sie werden bzw. waren

Lebenseinstellung

- Jede Tat und jeder Gedanke hat eine Konsequenz und postuliert ein Naturgesetz von Ursache und Wirkung (Karma)
- Zentrales Thema ist die Überwindung des Egoismus
- Das Haupthindernis für inneren und sozialen Frieden das Hängen am eigenen Ich und an weltlichen Dingen
- Innerer Frieden „Mukti“(Erlösung)m könne durch ein erwachtes und aufgeklärtes Bewusstsein erreicht werden, welches das Gefühl des Getrenntseins von allem Existierenden als Illusion durchschaut
- Erlösung bezieht sich dabei auf Erleben der schöpferischen Einheit zu Lebzeiten eines Menschen
- Um ein erwachtes Bewusstsein zu entwickeln, ist die Nutzung von Urweisheiten, die dem Menschen potenziell innewohnen, essenziell
- Ein Leben, das sich an diesen Weisheiten ausrichtet, zeichne sich durch eine ganzheitliche Lebensführung aus, die von fortwährender Verbundenheit mit der Schöpfung, innerer Zufriedenheit und Bemühen um menschlichen Fortschritt geprägt sei
- Diese Haltung wird mit dem Wort „Meditation“ ausgedrückt

Tugenden

- Größter Wert wird auf tugendhafte Lebensführung gelegt
- Als Eckpfeiler gelten ein sozial ausgerichtetes Familienleben, ehrlicher Verdienst des Lebensunterhaltes sowie lebenslange spirituelle Entwicklung
- Dienst an Mitmenschen sowie das Bemühen um Beseitigung sozialer Ungerechtigkeiten werden als wichtige Form der Gotteshingabe angesehen
- Frauen und Männer haben gleiche Rechte und Pflichten
- Rituale, Pilgerfahrten, Aberglaube, Okkultismus, Asketentum, religiöses Spezialistentum, Mönchs- und Nonnentum sowie Mittler zwischen dem Menschen und Schöpfer werden abgelehnt, da jeder Mensch das Potenzial hat, das Göttliche direkt in sich selbst und im Alltag mit anderen zu erfahren

Symbole

- Das Khanda-Emblem ist das religiöse Symbol des Sikhismus
- Besteht aus vier Waffen, die gleichzeitig religiöse Symbole sind
- Khanda (zweischneidiges Schwert in der Mitte) symbolisiert die Trennung des Guten und Bösen
- Chakar (mittleralterlicher Wurfing) symbolisiert den unendlichen Gott der kein Anfang und kein Ende hat
- Zwei Säbel (Kirpans) mit dem Namen Piri und Miri. Diese legen sich links und rechts um die Konstruktion. Symbolisieren die weltliche und die spirituelle Autorität und gehen auf den sechsten Guru, Har Gobind, zurück
- Das Khanda-Symbol wird z.B. als Anhänger getragen, ist aber auch auf der Sikh-Flagge zu betrachten



•