**Buddhismus**

**Struktur**

* Der Beginn des Buddhismus
* Siddhartha Gautama
* Grundlegende Werte (achtfacher Pfad)
* Erlösung
* Zeitleiste des Buddhismus
* Buddhismus heute

**Der Beginn des Buddhismus**

Der Buddhismus wurde vor etwa 2500 Jahren (480 v. Chr.) im Nordosten Indiens von Siddhartha Gautama, der später als der Buddha ("Der Erwachte", wird oft falsch als "Der Erleuchtete" übersetzt) bekannt war, gegründet.

Siddhartha verließ mit 29 Jahren seine Frau Yasodhara, den Palast und das Reich seiner Eltern und begann, das Leben eines Asketen zu führen. Er erlernte die yogische Praxis und Meditation als Schüler zweier angesehener brahmanischer Eremiten, Alara Kalama und Uddaka Ramaputta. Zunächst wandte er sich der in Indien zu jener Zeit verbreiteten Schmerz-Askese zu. Sechs Jahre verbrachte er so im Tal des Ganges, doch er fand weder innere Ruhe noch die ersehnten Antworten. Dem Hungertod nahe erkannte er, dass dies nicht der Weg zur Befreiung sein könne. Da ihn alle überlieferten Religionen und ihre Methoden seinen Zielen nicht näher brachten, gab er diese auf und führte fortan das Leben eines besitzlosen Wanderers, der sich vor allem in der Meditation übte, aber nicht mehr in strenger Askese. Er nannte dies den „Mittleren Weg“, weil er die Extreme anderer religiöser Lehren meidet.

**Die Erleuchtung**

Im Alter von 35 Jahren saß er in einer Vollmondnacht in tiefster Versenkung unter einer Pappelfeige, als er „erwachte“. Dieser Baum wird heute deshalb auch als Baum der Weisheit oder treffender als Bodhi-Baum bezeichnet, von Bodhi „Erwachen“ (oft ungenau mit „Erleuchtung“ übersetzt). Hass, Begierde und Unwissenheit fielen von ihm ab. Er wurde zum „Buddha“, zum Erwachten. Dies geschah am Ufer des Neranjara-Flusses bei Bodhgaya (nahe Gaya im heutigen Bihar). Oft haben buddhistische Klöster einen Ableger des Baumes in ihrem Besitz.

**Siddhartha Gautama**

Siddhartha Gautama war ein indischer Weisheitslehrer und Religionsstifter.

Nach seinem Erwachen hielt Gautama im Wildpark bei Isipatana (dem heutigen Sarnath) nahe Benares vor einer Gruppe von fünf Asketen, seinen früheren Gefährten, seine erste Lehrrede (bekannt als Dharmacakrapravatanasūtra (Sanskrit) bzw. Dhammacakkappavattanasutta (Pāḷi); deutsch etwa: „Rede, die das Rad der Lehre in Gang setzt“). In dieser verkündete er die sog. Vier Edlen Wahrheiten bzw. vier Wahrheiten des (geistig) Edlen. Die fünf Gefährten wurden damit die ersten Mitglieder der buddhistischen (Mönchs-)Gemeinschaft (Saṅgha).

Von jenem Tage an lehrte er 45 Jahre lang im Nordosten Indiens diesen „mittleren Pfad“ zwischen Luxus und Askese, den achtfachen Pfad von Tugend, Meditation und Weisheit, der zum Erwachen führe. Dabei sprach er vor Menschen aller Gesellschaftsschichten, vor Königen und Bauern, Brahmanen und Ausgestoßenen, Geldverleihern und Bettlern, Heiligen und Räubern. Die Unterscheidungen der Kastenordnung, wie sie bis heute in Indien existiert, nahm er zwar hin, erkannte sie aber nicht an und betonte die Unwesentlichkeit solcher sozialer Unterscheidungen für das Beschreiten des Wegs, den er lehrte. Sein Weg stand allen Männern und Frauen offen. Auch seine frühere Frau Yasodhara und ihre Schwiegermutter Pajapati, die Ziehmutter Siddharthas, traten schließlich als Nonnen in den Orden des Buddha ein.

Siddhartha Gautamas Lehren sind nur in Übersetzungen überliefert, die ältesten bekannten Niederschriften erfolgten in Südindien in der Pali-Sprache. Es wird vermutet, dass er ursprünglich in der Sprache Ardhamagadhi gelehrt hat.

**Der achtfache Pfad**

Eine der grundlegenden Vorraussetzungen der Lehre Buddhas ist die Erkenntnis der Vier Edlen Wahrheiten, die besagen, dass alles Leben Leiden sei, welches durch Anhänglichkeit an das Leben und allesIrdische sowie die Unwissenheit verursacht werde. Um diesen Zustand zu überwinden, muss der Mensch dem Achtfachen Pfad folgen, dessen Elemente alle Aspekte des Leben abdecken: rechte Ansicht, rechter Entschluss, **rechte Rede, rechtes Handeln, rechtes Leben, rechtes Streben, rechte Achtsamkeit, rechte Meditation.**

**Erlösung**

Eine zweites Element der Lehre des Buddhas betrifft sein Verständnis der Existenzmechanismen. Er lehre in seiner Idee vom „Abhängigen Entstehen“, dass Gegenwart und Zukunft das Resultat einer Ereigniskette seien, der so genannte „zwölf Glieder des abhängigen Entstehens“. Demnach hat keiner eine Eigenexistenz, sonder ist von früheren Existenzweisen kausal abhängig ist. Das wird auch als **Karma** bezeichnet.

Dieser Kreislauf der Wiedergeburten wird als **Samsara** bezeichnet.

Die menschliche Existenz im nicht-erlösten Zustand wird als grundsätzlich leidenhaft angesehen, da alle glückbringenden Erfahrungen nicht von Dauer sind.

Die Erlösung wird durch Überwindung des Leids und durch das Löschen des Durstes nach dem Dasein bewirkt. Durch den achtfachen Pfad findet der Mensch aus dem Samsara heraus.

Am Ende steht das Verlöschen der Seele (*Atman*) im Nirwana.

**Zitate, Gebete und Lehren**

„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 zu sein, ist schmerzhaft. Kurz das Festklammern am Dasein ist schmerzhaft“ - Buddha

„Wieso aber, o Herr, kann es Wiedergeburt geben ohne eine Seelenwanderung? Erkläre mir dies.  
Wenn zum Beispiel, o König, ein Mann eine Lampe an einer anderen Lampe anzündet, würde da wohl das Licht der einen Lampe zur anderen Lampe hinüberwandern?"  
Nicht doch, o Herr.  
Ebenso auch, o König, wird man wiedergeboren, ohne daß dabei irgend etwas hinüberwandert.“

– Nagasena: Mil. 3.2.5. Wiedergeburt ohne Seelenwanderung

**Definitionen**

**Brahmanen**

Die Angehörigen der obersten Kaste (Varna) im Hinduismus.

**Eremiten**

bedeutet "Einsiedler". Ein Mensch, der abgeschieden von der menschheit lebt

**Askese**

streng enthaltsame und entsagende Lebensweise [zur Verwirklichung sittlicher und religiöser Ideale]

**Nirwana**

ein buddhistischer Schlüsselbegriff, der den Austritt aus dem Samsara, dem Kreislauf des Leidens, des Daseins und der Wiedergeburten (Reinkarnation) durch Erwachen (Bodhi) bezeichnet.

**Quellen**

Buch: Atlas der Weltreligionen von Ninian Smart

<https://de.wikipedia.org/wiki/Siddhartha_Gautama>

https://de.wikipedia.org/wiki/Eremit

[https://de.wikipedia.org/wiki/Erl%C3%B6sung](https://de.wikipedia.org/wiki/Erlösung)

<https://de.wikipedia.org/wiki/Nirwana>

<https://de.wikipedia.org/wiki/Wiedergeburt_(Buddhismus)>

<https://ijab.de/angebote-fuer-die-praxis/toolbox-religion/glaubenspraxis-religioese-regeln-und-rituale/religioese-rituale-alltagsrituale-und-feste>

**Fragen**

Samsara oder Sansara?