

## Modul „Das Bodhisattva-Ideal“

### Einführung

In ‘Sehen, wie die Dinge sind’ (einem der anderen Module des Kurses) erläutert Sangharakshita den buddhistischen Pfad anhand von Lehren und Praktiken, die oft Basis-Buddhismus genannt werden. In diesem Modul ‘Das Bodhisattva-Ideal’ erklärt er den Pfad, wie ihn der Mahāyāna-Buddhismus versteht und praktiziert. Die beiden Reihen bieten einen interessanten Vergleich, da sie beide eine vollständige Version des buddhistischen Pfades aufzeigen, jedoch mit unterschiedlichen Schwerpunkten und Zusammenhängen.

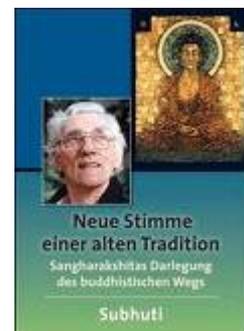
Einige der wichtigsten Lehren und Praktiken des Mahāyāna-Buddhismus werden hier angesprochen, wie

- Das Entstehen von Bodhicitta
- Das Bodhisattva-Gelübde
- Die Praxis der Sechs Vervollkommnungen (pāramitās)
- Die Zehn Stufen (bhūmis) des Bodhisattva-Pfades
- Die Bodhisattva-Hierarchie und die Trikāya-Lehre

Auch wenn in dieser Reihe ein großer Bereich betrachtet wird und sich manches davon mit fortgeschrittenen Stufen des spirituellen Pfades befasst, versteht es Sangharakshita, allem Relevanz für unser eigenes spirituelles Leben zu geben. Es geht ihm nicht um einen historischen Überblick über den Mahāyāna-Buddhismus. Wenn man sich dafür interessieren sollte, so gibt es weiter hinten Hinweise zu Hintergrund-Material.

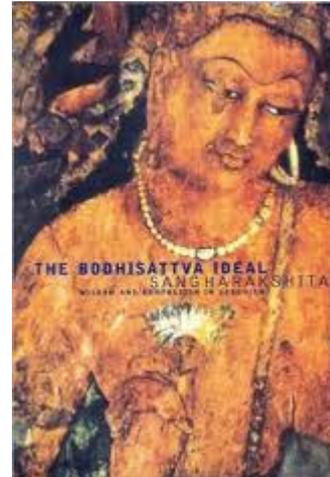
### Anmerkung

In dieser Reihe bezieht sich Sangharakshita auf das indo-tibetische Verständnis von den ‘drei yānas’. Seine Sicht auf die drei yānas hat sich jedoch seither geändert. Er betrachtet sie nicht mehr länger als Stufen der Entwicklung des Einzelnen, und es wichtig, dies zu berücksichtigen, wenn man sie studiert. Die Entwicklung seines Verständnisses der drei yānas wird deutlich in Subhuti's Buch ‘Neue Stimme einer alten Tradition’, Sangharakshita's Darlegung des buddhistischen Wegs, 2. Kapitel ‘Die Einheit des Buddhismus’, erschienen Juli 2011 bei do evolution, Essen.



## Primäres Studienmaterial

Das primäre Studienmaterial für dieses Modul, das heißt der Haupttext, der jeweils als Vorbereitung für das Treffen der Gruppe zu lesen ist, ist die Serie von Vorträgen, die Sangharakshita zum Thema 'Das Bodhisattva-Ideal' gehalten hat und die als Buch *'The Bodhisattva Ideal'* (Windhorse Publications, ISBN 1899579206) erschienen sind. Leider gibt es keine deutsche Übersetzung dieses Buchs, sodass wir für diesen deutschsprachigen Kurs auf die bisherige Übersetzung seiner Vortragsabschriften zurückgreifen müssen.



Die Vorträge im Einzelnen:

1. Der Ursprung und die Entwicklung des Bodhisattva-Ideals
2. Das Erwachen des Bodhi-Herzens
3. Das Bodhisattva-Gelübde
4. Altruismus und Individualismus im spirituellen Leben
5. 'Männlichkeit' und 'Weiblichkeit' im geistigen Leben
6. An der Schwelle zur Erleuchtung
7. Die Bodhisattva-Hierarchie
8. Der Buddha und Bodhisattva: Ewigkeit und Zeit

„*The Bodhisattva Ideal*“:

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=454>

MP3 Aufzeichnungen der Originalvorträge stehen auf Free Buddhist Audio.com zur Verfügung. Falls genug Zeit vorhanden, ist es empfehlenswert, sich diese Vorträge anzuhören, denn Sangharakshitas Humor, seine Energie und Inspiration werden beim Hören dieser Vorträge viel deutlicher als dies durch Texte möglich ist.

‘*Aspects of the Bodhisattva Ideal*’:

<http://www.freebuddhistaudio.com/series/details?ser=X09>

Das englischsprachige Buch ‘The Bodhisattva Ideal’ beinhaltet erheblich mehr Material als die Vorträge, da mancherlei Auszüge aus Sangharakshitas Seminaren in das Buch eingeflossen sind.

## **Hinweise zum Studium und zu den vorgegebenen Fragen**

Dieses Modul zeichnet sich sowohl durch eine große spirituelle Bandbreite als auch durch umfangreiches Material aus, das in Vorbereitung auf die Gruppe zu lesen (oder zu hören) ist. Es ist also ratsam, sich genügend Freiraum zu schaffen, um sich ausreichend vorbereiten zu können. Wie üblich, wäre es hilfreich, sich während der Durcharbeit des primären Studienmaterials Notizen zu machen. Das hilft dabei, das Material besser aufnehmen zu können und wirkt der Tendenz entgegen, es bloß 'zum einen Ohr herein und zum anderen gleich wieder hinaus zu lassen'. Weiterhin ermöglichen diese Notizen, für die Gruppe, aber auch zukünftig, eine kurze Zusammenfassung machen zu können.

Die Fragen am jeweiligen Ende des Kapitels dienen dazu, dass man sich mit den verschiedenen Themen des Moduls auseinander setzt. Sie sprechen jeweils einige der Schlüsselthemen des Kapitels an und befassen sich besonders mit Punkten, die ansonsten im gesamten Kurs nicht mehr auftauchen. Wenn genug Zeit vorhanden ist, könnte man sich auch einige Notizen zu den Fragen machen, bevor man zur Gruppe geht, oder man könnte einfach im Laufe der Woche bloß darüber nachdenken. Falls es ein Thema gibt, das bei den Fragen nicht angesprochen wird, das man aber diskutieren möchte, dann sollte man es selbstverständlich in der Gruppe zur Sprache bringen.

## Modul „Das Bodhisattva-Ideal“

### 1. Kapitel: Der Ursprung und die Entwicklung des Bodhisattva-Ideals

In diesem Vortrag gibt Sangharakshita eine Einführung zum Thema und zeigt, wie die Ursprünge des Bodhisattva-Ideals im Leben des Buddhas zu finden sind.

Beginn des Vortrags:

Heute abend beginnen wir damit, den "Ursprung und die Entwicklung des Bodhisattva-Ideals" zu betrachten. Aber bevor wir uns diesem Hauptthema des Abends zuwenden, einige Bemerkungen zu der Vortragsreihe als Ganzem. Ich denke, die meisten von Ihnen haben unsere letzte Ausgabe des "Newsletter" (1) gesehen. Und ohne Zweifel werden Sie die Illustration auf der Titelseite dieses "Newsletters" bemerkt haben. Sie zeigt eine Hand, die einige Blätter hält. Offensichtlich ist es die Hand des Buddhas, denn eine Robe hängt an ihr herunter. Diese Abbildung illustriert die Parabel des Buddhas von den Simsapablättern.

Es wird erzählt, dass der Buddha mit einigen seiner Schüler im Wald umherging, wie er es oft tat, vermutlich um der Hitze des Tages zu entgehen. Der Buddha lehrte oft auf eine sehr einfache und direkte Art. Nicht immer hielt er lange, elaborierte Vorträge. Bei dieser Gelegenheit nun, heißt es, bückte er sich und las eine Handvoll Blätter vom Boden auf. Dann fragte er seine Schüler: "Sagt, was meint Ihr, sind diese Blätter, die ich in der Hand halte, im Vergleich mit allen Blättern im Wald wenige oder viele?" Die Schüler entgegneten natürlich: "Im Vergleich mit allen Blättern im Wald sind die, die Du in der Hand hältst fast nichts, es sind nur eine Hand voll." Daraufhin sagte der Buddha: "Und genauso ist es auch mit all den Wahrheiten, die ich erkannt habe - verglichen mit dem, was ich Euch enthüllen konnte." (2)

Das ist etwas, worüber wir öfter nachdenken sollten. Denn trotz ihres Umfangs geben die Schriften, in denen wir die Lehre des Buddha finden, nur einen Bruchteil seines unbegrenzten Wissens und Verstehens wieder. Der Dharma, die Lehre, der Buddhismus, ist also zunächst einmal eine Hand voll Blätter. In dieser Vortragsreihe geht es nun wiederum nur um einige der Blätter von dieser Hand, nicht um alle Blätter.

Das Bodhisattva- Ideal ist ein sehr, sehr umfangreiches Thema. Es ist praktisch gleichbedeutend mit dem Buddhismus überhaupt. Man sollte nicht erwarten, dieses Thema selbst in acht Vorträgen erschöpfend behandeln zu können. Deshalb trägt die ganze Reihe einfach den Titel "Aspekte des Bodhisattva- Ideals". Die Reihe wird bestimmte ausgewählte Aspekte vorstellen, sich aber nicht systematisch mit dem ganzen Thema beschäftigen. Wir werden versuchen, uns wesentlich direkter damit auseinanderzusetzen - im Sinne des spirituellen Lebens und eigener Erfahrungen, und nur mit einem Minimum geschichtlicher und die Lehre betreffender Einzelheiten. Soviel zur Einleitung.

Wir kommen nun zum eigentlichen Thema des Abends, nämlich, wie ich sagte, dem "Ursprung und der Entwicklung des Bodhisattva-Ideals". Selbst wenn man dieses Thema, das Bodhisattva-Ideal, jahrelang studiert hat, selbst wenn man schon häufig darüber gesprochen hat, weiß man kaum womit man anfangen soll, wenn man darüber einen Vortrag halten soll. Es sind so viele Blätter in der Hand, dass es einem schwerfällt zu entscheiden, welches Blatt man zuerst wählen soll.

Diese Vorträge richten sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene, und vielleicht ist es am Besten, heute abend ganz am Anfang zu beginnen, nämlich mit dem Wort "Bodhisattva". Das Wort kommt aus dem Sanskrit, und möglicherweise ist es einigen von Ihnen nicht geläufig. Das Wort Bodhisattva besteht aus zwei Teilen: Bodhi und Sattva. Bodhi bedeutet Wissen, es bedeutet Erwachen - nicht Wissen im gewöhnlichen Sinne, nicht Erwachen im gewöhnlichen Sinne. Es bedeutet Wissen im Sinne von höchstem Wissen, spirituellem Wissen, Kenntnis der Wirklichkeit. Im gleichen Sinne bedeutet dieses Erwachen: zur Wirklichkeit erwachen, zur letztendlichen Wahrheit der Dinge erwachen, zum Herzen der Existenz durchdringen, die Wirklichkeit, die Wahrheit von Angesicht zu Angesicht sehen und eins mit ihr werden. Bodhi wird natürlich in englischen / deutschen Übersetzungen in der Regel mit 'Enlightenment' / 'Erleuchtung' wiedergegeben. Diese Erleuchtung, dieses Bodhi ist das letztendliche Ziel des buddhistischen Lebens. Es ist das, was uns wirklich beschäftigt: Erleuchtung, Erwachen, höchstes Wissen.

Sattva, der zweite Teil des Wortes, bedeutet einfach "ein lebendes Wesen" (nicht notwendigerweise ein Mensch, es kann jede Art Lebewesen sein, selbst ein Tier, selbst ein Insekt). Bodhisattva bedeutet also ein Erleuchtungswesen, ein Wesen des Erwachens, wenn man so will. (3). Der Begriff bezeichnet demnach ein Wesen, dessen ganzes Leben dem Erlangen der Erleuchtung gewidmet ist. Vorläufig können wir also sagen, dass der Bodhisattva der ideale Buddhist ist. Im Idealfall folgt der Buddhist der Lehre des Buddhas, um die gleiche spirituelle Erfahrung zu erlangen wie der Buddha selbst. Deshalb können wir sagen, dass der Bodhisattva, dessen gesamte Energie dem Erlangen der Erleuchtung gewidmet ist, den idealen Buddhisten darstellt. Wir können deshalb auch sagen, dass das Bodhisattva-Ideal das buddhistische Ideal schlechthin ist. Das Bodhisattva-Ideal ist das Ideal der höheren Evolution, der Selbstumwandlung vom unerleuchteten zum erleuchteten Menschsein. Das Bodhisattva-Ideal ist mit einem Wort das Ideal, die Buddhaschaft zu erreichen.

Dies ist die wörtliche Bedeutung. Für diejenigen, die diesem Begriff oder diesem Ideal vorher noch nicht begegnet sind, bin ich etwas näher und gründlicher darauf eingegangen als gewöhnlich. Dies ist die wörtliche Bedeutung von „Bodhisattva“, das, was Sprachwissenschaftler als die Denotation des Begriffs bezeichnen, die einfache wörtliche Bedeutung. Aber es gibt auch noch Konnotationen. Konnotationen sind verschiedene, mit einem Begriff verbundene Bedeutungsnuancen, die in der wortwörtlichen Bedeutung selbst nicht direkt wiedergegeben werden. Die Konnotation des Begriffs Bodhisattva wird mit einem wichtigen Zusatz zur Definition ausgedrückt. Ein Bodhisattva wird als jemand beschrieben, der nicht nur für sich selbst die Erleuchtung anstrebt, sondern für das Wohl aller Lebewesen. Das ist die vollständige, der Lehre entsprechende traditionelle Definition des Begriffs Bodhisattva.

Der Bodhisattva strebt nicht einfach nach Erleuchtung. Er sucht sie nicht nur zum eigenen Nutzen, zur eigenen, individuellen Befreiung, für sein eigenes persönliches Nirvāṇa, sondern so, dass er allen Lebewesen, welcher Art auch immer, von Nutzen sein und sie alle zur Erleuchtung führen kann. Das ist der Zusatz, der dem Begriff "Bodhisattva" hinzugefügt wurde. Was ist nun der Sinn dieses Zusatzes, warum wurde er hinzugefügt? Warum wurde nicht einfach gesagt, dass der Bodhisattva nach Erleuchtung strebt? Das hätte doch genügt. Warum dieser Zusatz: für das Wohl aller Lebewesen? Warum die darin enthaltene

Unterscheidung zwischen dem Erlangen der Erleuchtung für sich selbst und dem Erlangen der Erleuchtung zum Wohle anderer?

Um das zu verstehen, müssen wir zum Ursprung des Buddhismus zurückgehen, und wir müssen uns mit bestimmten Grundlagen der menschlichen Natur befassen. Wenn wir darüber nachdenken, werden wir bemerken, dass es einen sehr wichtigen Unterschied gibt zwischen dem, was jemand ist und tut, und dem, was er oder sie sagt bzw. schreibt. Beides, das Sein und Handeln auf der einen Seite und das Sprechen und Schreiben auf der anderen, ist häufig nicht das Gleiche. So mag jemand, z.B. ein Psychoanalytiker, über Liebe schreiben, ein ganzes wirklich sehr schönes Buch über Liebe schreiben. Er erklärt uns alles darüber: was Liebe ist, wie sie sich entwickelt, wie sie wächst, wie man den Zustand der Liebe aufrechterhalten kann, wie man sich dagegen wehren kann, was man tun kann, wenn etwas schiefgeht und so weiter und so fort. Betrachtet man nun aber das Leben dieses Psychoanalytikers näher, wird man herausfinden, dass er, obwohl er scheinbar alles über Liebe weiß, obwohl er sehr eloquent darüber schreiben kann, weit davon entfernt ist, eine Verkörperung von Liebe zu sein. Hier liegt also eine Unvereinbarkeit vor, Liebe wird geäußert, in Worten, im geschriebenen Wort - aber nicht im Leben.

Auf der anderen Seite gibt es auch den entgegengesetzten Fall. Jemand mag in seinem Leben wirklich Liebe verkörpern, sodass selbst flüchtige Bekannte spüren, dass dieser Mensch freundlich und liebevoll ist und Wohlwollen ausstrahlt (so der buddhistische Ausdruck). Aber es mag sein, dass er es nicht angemessen in Worten ausdrücken kann. Vielleicht kann er nicht darüber reden, kann es nicht analysieren, kann es vielleicht überhaupt nicht in Worte fassen, selbst denen gegenüber nicht, denen er sehr nahe steht. Wir finden also eine Situation vor, in der zwischen dem Sein und Handeln auf der einen Seite und dem verbalen Ausdruck auf der anderen, sehr oft eine Art Trennung besteht, bei der beides nicht immer miteinander übereinstimmt.

Betrachten wir dies nun im Hinblick auf den Buddha. Betrachten wir es mit anderen Worten auf höchster Ebene. Der Buddha war, wir können sogar sagen, ist qua definitionem, ein voll erleuchtetes Wesen. Wir lesen diese Worte, wir benutzen sie auch selbst, aber es fällt uns sehr schwer, uns auch nur vorzustellen, was ein erleuchtetes Wesen sein könnte. Wir lesen die Schriften, und wir lesen Bücher über Buddhismus. Wir lesen, dass ein Buddha die Wirklichkeit kennt, dass er Mitgefühl hat, dass er weise ist und so weiter und so fort. In den meisten Fällen sind das aber nur Worte. Wir bemühen unsere Vorstellungskraft nicht wirklich, einen Begriff davon zu bekommen, was diese Worte tatsächlich bedeuten, was ein voll erleuchtetes Wesen wirklich ist. Selbst wenn wir einem erleuchteten Wesen begegneten, wäre es sehr zweifelhaft, ob wir in der Lage wären, diese Person als erleuchtetes Wesen zu erkennen.

Bei einem erleuchteten Wesen kommt seine Erleuchtung, seine innere Erfahrung, sein Wissen um die Wirklichkeit vor allem darin zum Ausdruck, was es ist oder tut. Das ist der wichtigste Ausdruck in Bezug auf das Sein. Die Erleuchtung kommt erst in zweiter Linie dadurch zum Ausdruck, was es sagt. Der historische Buddha, Gautama der Buddha, hat tatsächlich überhaupt nichts geschrieben. Er drückte sich mündlich aus. Es ist nebenbei interessant, dass es keinen Beleg dafür gibt, dass der Buddha überhaupt lesen und schreiben konnte. Das ist nicht ohne Bedeutung. Es sollte uns wirklich zu denken geben, dass ein erleuchtetes Wesen wie der Buddha sehr wahrscheinlich nicht lesen und schreiben konnte, nie ein Buch gelesen

hat, nie eine Zeitung gelesen hat, selbst den Dhammapada (4) nicht, nie ein Dokument unterzeichnet hat, sondern von all diesen Dingen nichts wusste.

Der Buddha hat nur gesprochen, nur mündlich gelehrt. Aber obwohl er ziemlich viel gesprochen hat, obwohl er auch über Erleuchtung gesprochen hat, konnte nichts von dem, was er sagte, es vollständig und angemessen zum Ausdruck bringen. Was der Buddha war, ging über das, was er sagte, unendlich weit hinaus. Das wird natürlich in der Parabel von den Simsapablättern deutlich, wo der Buddha den Mönchen sagt, dass das, was er verwirklicht hat, unendlich größer ist als das, was er seinen Schülern durch Worte mitgeteilt hat. Dieser Unterschied zwischen dem, was der Buddha war, und dem, was er auszudrücken vermochte, wird durch Ereignisse, die wiederholt in den Schriften auftauchen, in bemerkenswerter Weise deutlich.

Wir hören zum Beispiel, dass der Buddha einem bestimmten Mönch oder einer Nonne begegnet. Der Buddha spricht nun entweder als Antwort auf eine Frage oder von sich aus einige Lehr-Worte. Und dann lesen wir zu unserem Erstaunen, dass der betreffende Mönch oder die betreffende Nonne erleuchtet wurde, ein Arhant wurde, als er bzw. sie diese Worte hörte.

Das ist tatsächlich verblüffend. Wir können nicht anders denken als: "Aber warum? Wie kann das sein?" Wir lesen dieselben Worte, wir lesen sie vielleicht hundertmal hintereinander. Wir können sie sogar laut lesen, aber nichts geschieht. Vielleicht haben wir einen schwachen Schimmer von Verständnis und denken: "Ja, natürlich, so ist es." Wir stimmen damit überein, wir akzeptieren es, aber kein Funke springt über. Nichts geschieht. Wir bewegen uns nicht in Spiralen der Erleuchtung entgegen.

Wie ist das also zugegangen, wie konnten - und es werden eine Reihe dieser Fälle in den Schriften wiedergegeben - diese wenigen Worte offensichtlich solch eine gewaltige Wirkung hervorrufen? Man könnte versuchen, es dadurch zu erklären, dass man sagt: "Letztendlich war der Mönch vorbereitet." Das ist richtig. Es ist nicht die ganze Wahrheit, aber es ist richtig. Sehr wahrscheinlich hatte der Mönch viele Jahre meditiert, bevor er zum Buddha ging und seine Frage stellte. Er war also bereit und aufnahmefähig. Aber das ist nicht die ganze Erklärung. Es gibt noch etwas Anderes, was zu berücksichtigen ist, etwas noch Wichtigeres, das wir aber trotz seiner Bedeutung oft übersehen, nämlich den Buddha selbst.

Es ging nicht nur um die Worte, die gesprochen wurden. Es war der Buddha, der diese Worte sprach. In gewisser Weise war es überhaupt nicht von Belang, was der Buddha sagte. Es war nicht so sehr das, was der Buddha dem Mönch sagte, was solchen Eindruck machte und die Verwandlung hervorbrachte. Es war vielmehr das, was der Buddha war, was Eindruck machte und zu diesem Ergebnis führte. Manchmal, heißt es, sagte der Buddha überhaupt nichts, er bediente sich keiner Worte. Aber die Wirkung war nach wie vor dieselbe. Die Wirkung war gewaltig.

Wir kennen alle die Geschichte von der goldenen Blume. Es ist eine Zen-Geschichte. (6) Wir wissen, dass der Buddha inmitten der Versammlung, ohne irgend etwas zu sagen, eine goldene Blume hoch hielt. Alle Mönche saßen um ihn herum. Hunderte, Tausende, saßen still da und meditierten. Sie alle sahen, wie der Buddha die goldene Blume hoch hielt. Der Buddha sagte überhaupt nichts, und keiner verstand, was er damit zum Ausdruck bringen wollte - außer einem sehr alten Schüler, Mahakasyapa. Er verstand, worum es dem Buddha

ging, und er sah den Buddha an und lächelte. Und der Buddha sah ihn an und lächelte. Das war, wie es heißt, der Ursprung des Zen, aber das ist nun wieder eine andere Geschichte.

Diese Anekdote mag apokryphisch sein. Heute heißt es, dass sie ungefähr tausend Jahre später entstanden ist. Aber das ist nicht weiter von Bedeutung. Die Geschichte bringt nämlich eine sehr wichtige Wahrheit zum Ausdruck. Diese Wahrheit ist, dass der Buddha durch das, was er war, und das, was er tat, in gleichem Maße lehrte und auf Menschen wirkte, wie durch das, was er sagte. Um einen modernen Ausdruck zu benutzen, können wir vom Buddha sagen, dass der Mensch selbst, der erleuchtete Mensch, die Botschaft war. Wir können sogar sagen, dass der Buddhismus der Buddha ist, der Buddha der Buddhismus ist. Während der Lebenszeit des Meisters auf der Erde, wurde die gewaltige Wirkung - dass so viele Wesen die Erleuchtung erlangten - nicht nur durch die Worte erzeugt, die er äußerte (die Worte, die in den Schriften erhalten sind), sondern durch seine gewaltige Präsenz und Ausstrahlung, die von ihm ausging.

Nach seinem Tod, nach seinem Parinirvāṇa, wie man es nennt, traten jedoch Veränderungen ein - zumindest in einigen Gegenden. Es gibt mehrere Berichte darüber, was geschah, und sie sind ziemlich widersprüchlich und unklar. Sie scheinen jedoch darin übereinzustimmen, dass sehr viele seiner Mönchsschüler nicht lange nach dem Parinirvāṇa des Buddhas ein großes Treffen abhielten. Sie diskutierten im Wesentlichen die Frage: "Was ist der Buddhismus?"

Das ist natürlich eine Frage, die uns alle auch heute noch sehr stark angeht. Soweit es uns betrifft, ist der Buddha tot, in uns tot, in dem Sinne, dass wir tot, nicht bewusst, nicht erwacht für unsere eigene innere Buddha-Natur sind. Deshalb diskutieren wir auch von Zeit zu Zeit: "Was ist Buddhismus? Was ist der Weg zur Verwirklichung der Erleuchtung, zur Wiedererlangung unserer eigenen verlorenen Buddhaschaft?"

Anscheinend gab es nach dem Parinirvāṇa des Buddhas zwei Parteien unter seinen Schülern, die verschiedene Standpunkte vertraten. Eine Partei war im Wesentlichen der Ansicht, dass Buddhismus die Lehre des Buddhas ist. Buddhismus sind die "vier edlen Wahrheiten" und der "edle achtfältige Pfad" und die "drei Merkmale bedingter Existenz" und die "zwölf Glieder der Kette bedingten Entstehens". (8) Diese Lehren, die der Buddha während seines Lebens dargelegt hat, machen in ihrer Gesamtheit den Buddhismus aus. Buddhismus ist die Lehre, die Theorie.

Die andere Partei stimmte damit nicht überein. Die andere Partei wies die Lehre zwar nicht zurück - im Gegenteil, sie maß der Lehre großen Wert zu, aber sie stimmte nicht damit überein, dass der Buddhismus vollständig nur durch die Worte der Lehre verkörpert war. Nach Ansicht dieser Menschen, die in der Mehrheit zu sein schienen, umfasst der Buddhismus zwei Dinge. Das eine ist natürlich die Lehre selbst, die sich aus verschiedenen Lehrsätzen, Verhaltensregeln usw. zusammensetzt. Das andere ist das Leben und das persönliche Beispiel des Buddhas. Sie hatten das Gefühl, dass wenn etwas davon größere Bedeutung hat, dann ist es das Letztere - dass das Leben und das Beispiel des Buddhas sogar größere Bedeutung hat als die Worte der Lehre.

Wir wollen uns das etwas genauer ansehen. Versuchen wir uns in die Lage dieser frühen Anhänger des Buddhas hineinzusetzen, die den Buddhismus nicht ausschließlich mit den Worten der Lehre gleichsetzten. Und falls der eine oder andere Zuhörer nun der Ansicht sein

sollte, dass wir uns ziemlich weit von unserem Thema entfernt haben, so möchte ich anmerken, dass wir uns nun dem Ursprung des Bodhisattva-Ideals sehr stark genähert haben.

Der Buddha starb, der Buddha verschied. So weit wir wissen, waren die Schüler von Schmerz überwältigt. Aber nicht alle! Die Arahants, so heißt es, die selbst erleuchtet und über alle Leidenschaften und alle Sorgen hinausgegangen waren, zeigten sich unbewegt. Alle anderen, so heißt es, waren fast sprachlos vor Schmerz. Nach der Überlieferung waren sogar die Tiere berührt. (5)

Es gibt in der buddhistischen Kunst sehr schöne Darstellungen dieser letzten feierlichen Episode, dem Hinscheiden des Buddhas. Die meisten sind chinesischen Ursprungs, und sie zeigen häufig einen Platz im Wald. Es ist nebenbei bemerkt sehr interessant und bedeutsam, dass der Buddha unter Bäumen geboren wurde, unter einem Baum die Erleuchtung erlangte und auch unter Bäumen verstarb. Der Platz, den uns die Schriften beschreiben (8) und der von diesen frühen buddhistischen Künstlern dargestellt wurde, ist ein Salbaum-Hain. Salbäume sind sehr schön; ich habe sie oft in Indien gesehen. Sie sind vollkommen gerade, bestehen aus einem geraden, schlanken Stamm und messen nicht einmal 30 cm im Durchmesser. Sie wachsen bis zu einer Höhe von 7 - 10 Metern. Sie haben breite, grüne Blätter und schöne weiße Blüten.

Nun wird gesagt, dass der Buddha auf einem Lager aus Steinen unter solchen Salbäumen verstarb. Und die Darstellungen zeigen um ihn herum die Schüler, Mönche, Könige, Prinzen, Kaufleute, wandernde Bettelmönche, Brahmanen, Händler, Blumenverkäufer - voller Schmerz. Etwas weiter entfernt dann die verschiedenen Tiere des Waldes sowie die Haustiere. Alle weinend - als sollte zum Ausdruck gebracht werden, dass die ganze Welt den Schmerz über den Verlust des Buddhas teilte. Und es gibt eine kleine Geschichte, die erzählt, dass von allen Tieren nur eins nicht weinte. Das war die Katze. Deswegen hat die Katze im Buddhismus, so fürchte ich, ein ziemlich schlechtes Ansehen. Es gab eine Regel, nach der Bodhisattvas keine Katzen halten sollten, weil Katzen angeblich gefühllos seien, denn selbst als der Buddha starb, leckte die Katze vermutlich weiter ihre Pfoten und kümmerte sich nicht viel darum.

Aber so groß ihr Schmerz auch ohne Zweifel gewesen sein mag, und obwohl sie das Gefühl hatten, dass, wie es die Schriften ausdrücken, das Licht der Welt verloschen war, erholten sich die Schüler langsam wieder von ihrem Schmerz, so wie wir alle in solchen Fällen wieder zu Bewusstsein kommen müssen. Und sie wurden sich langsam über ihre Situation klar. Der Buddha war tot. Zuerst konnten sie nicht glauben, dass der Buddha nicht mehr da war. Aber schließlich mussten sie sich an ein Leben ohne den Buddha gewöhnen, in einer "buddhalosen" Welt leben, was vor allem für diejenigen, die viele Jahre in seiner Gegenwart gelebt hatten, eine schreckliche neue Lage darstellte. Doch schließlich kamen sie zur Ruhe, fingen an, sich über ihre Situation klar zu werden und versuchten zu verstehen, was ihnen geblieben war. Was hatten sie jetzt, nun da der Buddha nicht mehr da war? Einige sagten: "Wir haben die Lehre, die der Buddha uns gegeben hat, die Theorie: den "achtfältigen Pfad", die "sieben Stufen der Läuterung", die "fünf Skandhas" (7). Wir haben die Verhaltensregeln: die zehn Regeln, die hundertfünfzig Regeln, usw. Das ist es, was wir haben. Einige von ihnen waren ganz zufrieden oder mehr oder weniger zufrieden, dass ihnen die Lehre geblieben war. Sie hatten das Gefühl, dass ihnen alles zur Verfügung stand. Vielleicht waren sie die

Intellektuellere, vielleicht diejenigen, die glücklich damit waren, die Lehre zu analysieren und klassifizieren - die Tradition, die später als Abhidharma bekannt wurde.

Es gab jedoch viele Schüler, die damit nicht zufrieden waren. Ja, sie hatten die Lehre. Sie hatten nichts gegen die Lehre einzuwenden, aber sie waren nicht zufrieden. Sie hatten das Gefühl, dass in ihrem Leben etwas fehlte, nun, da der Buddha selbst nicht mehr da war. Sie konnten nicht aufhören an den Buddha zu denken. Selbst wenn sie sich offensichtlich mit der Lehre beschäftigten, diese langen Listen von Begriffen auswendig lernten, konnten sie nicht aufhören, an den Buddha zu denken. Sie konnten nicht aufhören, an seine Qualitäten zu denken. Sie konnten nicht aufhören, soweit es uns bekannt ist, sich an verschiedene Ereignisse aus seinem Leben zu erinnern, Ereignisse, bei denen viele von ihnen persönlich dabei gewesen sein müssen, Ereignisse, die seine persönlichen Qualitäten beispielhaft zum Ausdruck brachten.

Einige werden sich zum Beispiel daran erinnern haben, wie der Buddha von einer kleinen Einsiedelei zur anderen ging, und wie er in einer kleinen Hütte einen älteren Mönch fand, der auf dem Boden lag und dem es sehr schlecht ging. Er hatte offensichtlich schon mehrere Tage so dagelegen, ohne dass sich jemand um ihn gekümmert oder ihm geholfen hatte. Und der Buddha fragte Ānanda, der ihn begleitete: "Was ist das? Was ist denn hier los?" Und Ānanda sagte: "Das ist ein älterer Mönch, er hat keinen guten Charakter, er ist nicht sehr beliebt bei den anderen Mönchen und deswegen haben sie ihn vernachlässigt. Er liegt hier in seinem eigenen Schmutz, ohne dass sich jemand um ihn kümmert." Der Buddha schickte Ānanda Wasser holen und das Wasser wurde erhitzt. Wie berichtet wird, nahm der Buddha den Mönch beim Kopf und Ānanda bei den Füßen, und sie legten ihn auf ein Bett, wuschen ihn und machten es ihm bequem. Dann, heißt es, rief der Buddha alle Mönche zusammen, und er sagte: "Mönche, ihr habt weder Vater noch Mutter, weder Bruder noch Schwester. Ihr habt die Welt aufgegeben. Ihr müsst Euch gegenseitig Bruder und Schwester, Vater und Mutter sein." Dann sagte er: "Wer mir dienen möchte, der möge dem Kranken dienen." (9)

Ereignisse wie diese, Ereignisse, die das praktische Mitgefühl des Buddhas zeigen, müssen sicherlich im Gedächtnis und im Herzen vieler Schüler geblieben sein, nachdem er gestorben war. Einige, vor allem die Laienanhänger, werden sich an die Geschichte von Kisagotami erinnern haben - auch eine sehr bekannte Geschichte. In Indien war die Kindersterblichkeit damals wie heute sehr sehr hoch. Die Geschichte handelt davon, dass eine junge Frau, die gerade geheiratet hatte, ihr erstes Kind kurz nach der Geburt verlor. Wie die meisten Mütter hing sie sehr an ihrem Kind. Sie konnte nicht glauben, dass ihr Kind tot war. Sie wollte nicht glauben, dass ihr Kind tot war. Sie trug es in ihren Armen von Haus zu Haus und fragte nach einer Medizin, um es wieder gesund zu machen. Sie verlor fast den Verstand vor Schmerz. Der Buddha, heißt es, hörte davon, und die Leute schickten Kisagotami tatsächlich zum Buddha, sie sagten: "Er ist ein großer Arzt, er kann Dein Kind heilen."

Sie bat ihn also, ihr zu helfen, ihr Kind zu heilen, ihr Kind wieder zum Leben zurückzubringen. Und was tat der Buddha, was sagte der Buddha? Er hielt ihr keine lange Predigt. Er wusste, dass das sinnlos gewesen wäre. Sie war verrückt vor Schmerz, sie hätte gar nicht zuhören können. Er sagte also: "Ich werde Dein Kind heilen, wenn Du mir eine bestimmte Medizin bringst. "Natürlich," entgegnete sie eifrig, und er sagte: "Bring mir nur ein paar Sesamkörner, aber bring sie mir aus einem Haus, wo noch niemand gestorben ist." So machte sie sich auf und klopfte an einer Tür nach der anderen. Ja, überall wo sie hinkam, war man bereit, ihr die Sesamkörner zu geben, aber wenn sie fragte: "Ist in diesem Haus jemand

gestorben?" erhielt sie zur Antwort: "Erinnere uns nicht an unseren Schmerz. Viele sind tot, aber nur wenige leben." Sie ging von Haus zu Haus. An jeder Tür, an die sie klopfte, in jedem Haus, wo sie nach den Sesamkörnern fragte, bekam sie dieselbe Lehre: viele sind tot, aber nur wenige leben. Der Tod kommt zu allen. Der Tod nimmt uns Vater und Mutter, Bruder und Schwester. Sie war nicht die Einzige, die durch den Tod beraubt worden war. Schließlich kam sie zum Buddha zurück. Sie setzte sich schweigend zu seinen Füßen nieder. Der Buddha fragte: "Wo ist Dein Kind?" Sie hatte das Kind nicht mehr, sie hatte die Leiche des Kindes einfach im Dschungel liegengelassen. Lange Zeit sagte sie nichts und dann endlich: "Gib mir eine Zuflucht.", und sie wurde Nonne.

Das ist also eine andere Geschichte, an die sich die Mönche nach dem Tod des Buddha erinnerten. Sie erinnerten sich daran, wie mitfühlend er war, wie verständnisvoll er mit Kisagotami umgegangen war, dieser armen Frau, die ihres einzigen Kindes beraubt worden war (10). Aber der Buddha hatte nicht nur diese Qualitäten von Mitgefühl und Liebe, er konnte auch energischer sein. Zweifellos erinnerten sie sich an seine Furchtlosigkeit und seinen Gleichmut. Zweifellos erinnerten sie sich daran, wie sich der Buddha verhielt, als ihm ein übel gesonnener Schüler, Devadatta, sogar nach dem Leben trachtete. Er war ein Cousin des Buddhas, und er war sehr ehrgeizig. Er war einige Jahre mit dem Buddha zusammengewesen. Er konnte sehr gut meditieren. Er hatte alle möglichen übernatürlichen Kräfte und konnte viele übersinnliche Kunststücke. Aber er war ehrgeizig und stolz. Eines Tages, als der Buddha schon sehr alt war, ging er zu ihm und sagte: "Herr, Du bist schon alt, ich bitte Dich, setz Dich zur Ruhe. Mach Dir keine Gedanken mehr, ich werde den Sangha übernehmen. Und Du zieh dich bitte zurück, mach Dir eine ruhige, glückliche Zeit." Und was sagte der Buddha? Er wußte, wie Devadatta dachte und so entgegnete er: "Selbst Śāriputra und Maudgalyāyana würde ich den Sangha nicht übergeben, und Dir noch viel weniger."

Devadatta war durch diese Worte so erzürnt und gekränkt, dass er den Entschluss fasste, den Buddha umzubringen. Er machte Pläne mit einem bösen König, mit dem er sich gut verstand. Er bestach den Elefantenausbilder des Königs, dass der einen verrückten Elefanten auf den Buddha losließ. Aber nichts geschah und Devadatta verzweifelte. Er wusste, dass der Buddha manchmal am Fuß des Geierberges entlang ging. Er kletterte also auf diesen Felsengipfel und stieß einen großen Felsbrocken hinunter, direkt auf den Buddha. Der Felsen stürzte den Abhang hinunter und verfehlte den Buddha um Haaresbreite, aber ein Splitter drang in seinen Fuß ein und verursachte eine blutende Wunde.

Nach diesen Vorfällen waren die anderen Schüler sehr besorgt um die Sicherheit und das Leben des Buddhas. Sie waren der Meinung, dass sie den Buddha beschützen sollten, und ohne ihm etwas davon zu sagen, bildeten sie eine Art Leibwache. Sie umringten den Vihāra, wo der Buddha schlief, mit einem Kreis von Schülern. Einige von ihnen hatten Stöcke. Sie wollten ihn bewachen. In der Nacht kam der Buddha heraus. Er schlief nie die ganze Nacht, denn die halbe Nacht war er wach und meditierte. Er sah all die Mönche um sich herum und sagte: "Mönche, was soll das bedeuten?" Die Mönche erwiderten: "Herr, wir beschützen Dich." Daraufhin sagte der Buddha: "Geht Mönche, der Buddha braucht keinen Schutz, geht." Langsam und beschämt schlichen sie davon, und der Buddha blieb allein zurück. Das war der Geist des Buddhas. Das war seine Furchtlosigkeit (11).

Zweifelsohne gab es andere Gelegenheiten, bei denen der Buddha Qualitäten zeigte, die nicht weniger bemerkenswert waren. In der Regel stellen wir uns den Buddha vor, wie er redet, wie er Lehrreden und Vorträge hält. Aber so war es nicht immer. In den Schriften gibt es eine

wunderschöne Geschichte, wie der Arzt Jivaka, der Arzt des Buddhas und auch Ajātaśatru, eines Königs aus der Nachbarschaft, den König zu einem mitternächtlichen Besuch beim Buddha mitnahm. Anscheinend saßen alle auf dem Dach des Palastes und bewunderten den vollen Mond. Es war der Vollmond im Oktober, wenn der Lotus blüht. Alle waren sich einig, dass es eine wunderbare Nacht war, um einen Heiligen zu besuchen. (Hier sieht man die indische Tradition: nicht eine wunderbare Nacht, um ins Kino zu gehen oder ähnliches, sondern eine wunderbare Nacht, um einen Heiligen zu besuchen.) Es war Mitternacht, es war Vollmond, und alles war in helles Mondlicht getaucht. Sie brachen auf. Der König musste natürlich standesgemäß und in aller Pracht gehen, und wie es heißt, wurden 500 Elefanten gesattelt und 500 Damen aus dem Harem darauf gesetzt. An ihrer Spitze ritt der König mit Jivaka, um den Buddha im Wald zu besuchen.

Als sie tief in den Wald hineinkamen, wurde es sehr, sehr dunkel. Der König, er war eben ein König, war unrechtmäßig auf den Thron gekommen und hatte ein schuldbeladenes Gewissen. Er bekam Angst und wurde misstrauisch. Er hielt an und sagte: "Jivaka, führst Du mich in eine Falle?" So dachten die Könige damals. Jivaka erwiderte: "Habt keine Angst Majestät, es ist nicht mehr weit, der Buddha lebt tief im Wald." Sie gingen ein paar hundert Meter weiter, und es wurde dunkler und dunkler und stiller und stiller - nichts war zu hören. Ajātaśatru sagte zu Jivaka: "Jivaka, führst Du mich bestimmt nicht in eine Falle?" Jivaka entgegnete: "Habt keine Angst Majestät, hier ist keine Falle." Daraufhin sagte Ajātaśatru: "Aber Du hast erzählt, dass der Buddha hier mit 2500 Mönchen lebt. Ich höre nichts. 2500 Mönche müssten doch meilenweit zu hören sein." Aber Jivaka bestand darauf: "Mach Dir keine Sorgen. Schau - da drüben kannst Du die Lichter sehen, die im Pavillon des Buddhas brennen. Und tatsächlich, als sie näherkamen, war da ein großer Kreis unter den Bäumen, und der Buddha saß in der Mitte, umgeben von seinen 2500 Schülern. Alle waren vollkommen still. Alle saßen im Licht des Vollmonds, keiner bewegte sich, es gab kein Geräusch - vollkommene Stille. Das sah nun der König mit all seinen Befürchtungen und all seinem Mißtrauen. Er betrat die Lichtung und, wie es heißt, sagte er zu Jivaka: "Oh, dass mein Sohn solchen Seelenfrieden erfahren möge." (Die Inder hängen sehr an ihren Söhnen, und wenn sie sich etwas wünschen, wünschen sie es sich für ihren Sohn.) Das also war Ajātaśatrus Wunsch. Hier sehen wir eine andere bedeutende Qualität des Buddhas: seine Liebe des Friedens, seine Liebe der Einsamkeit, seine Liebe der Stille (12).

Nun zu etwas ganz anderem: Manche Schüler müssen sich an Geschichten erinnern haben, die wir als Wunder bezeichnen würden. Allerlei merkwürdige Dinge, die sich in der Anwesenheit des Buddhas ereignet hatten. Es gab außergewöhnliche Ereignisse, selbst wundergleiche Ereignisse, Dinge, für die es keine rationale Erklärung gab. Sie werden sich daran erinnern haben, dass die Leute sagten, dass man nachts wunderbare Gestalten schweben sah, die den Buddha sehen und auch mit ihm sprechen wollten. Manchmal - möglicherweise war es wirklich so - hätte ihnen der Buddha nachts Belehrungen gegeben, genau wie den Menschen tagsüber (13).

Ganz gewiß müssen nach dem Parinirvāṇa des Buddhas Geschichten dieser Art über das Leben des Meisters noch ganz frisch im Gedächtnis der Schüler gewesen sein. Ganz gewiß müssen viele von ihnen gespürt haben, dass diese Geschichten, wie die von dem kranken Mönch und von Kisagotami etwas vermittelten, das von ungeheurer Bedeutung war. Viele werden gespürt haben, dass diese Ereignisse die Qualitäten des Buddhas zeigten und deshalb etwas mitteilten, was die formale Lehre (die "vier edlen Wahrheiten", der "achtfältige Pfad", die "fünf Skandhas" usw.) nicht vermitteln konnte. Mit anderen Worten, die Geschichten

konnten den persönlichen Einfluss des Buddhas zum Ausdruck bringen, die persönliche Wirkung auf das Bewusstsein und die Herzen der Menschen, mit denen er in Berührung kam. Sie vermittelten, um es anders auszudrücken, die direkte Wirkung eines erleuchteten Wesens über und jenseits aller Worte.

Ein Beispiel dafür, ein sehr schönes Beispiel, haben wir in der Geschichte von Ānanda. Ānanda ein Cousin des Buddhas, und mehr als zwanzig Jahre war er sein persönlicher Begleiter. Er ging überall mit dem Buddha hin. Wenn der Buddha zum Mittagessen eingeladen war, ging Ānanda mit. Wenn sich der Buddha auf den Weg machte, um eine Rede zu halten, ging Ānanda mit. Wenn der Buddha Besucher empfing und Fragen beantwortete, war Ānanda dabei. Er war immer dabei, er war immer da. Er war der Schatten des Buddhas, sein persönlicher Begleiter, sein Diener, sein Schüler, und, um es zusammenzufassen, der Buddha bedeutete ihm alles.

Als der Buddha im Sterben lag, war Ānanda verständlicherweise tiefer berührt als alle anderen. Das Mahā-parinibbāna-Sutta erzählt uns davon. Der Buddha lag drinnen im Sterben, und Ānanda, heißt es, ging zur Tür der Einsiedelei, wo sich der Buddha befand, stand da an den oberen Pfosten des Türrahmens gelehnt und dachte daran, dass der Buddha bald sterben würde - vielleicht in den nächsten Stunden oder spätestens in einigen Tagen. Er war so bestürzt und voll Kummer, dass er bitterlich weinte. Und weinend sagte er zu sich selbst: "Der Meister verlässt mich, er, der so freundlich ist." Das waren Ānandas Worte. Andere Schüler hörten sie und berichteten dem Buddha davon, der daraufhin Ānanda zu sich rief. Diese Worte Ānandas, als er an den Türrahmen gelehnt dastand und weinte, sind von allergrößter Bedeutung. Wie ich sagte, war Ānanda zwanzig Jahre lang mit dem Buddha zusammengewesen. Er hatte gehört, wie der Buddha hunderte von Vorträgen hielt - ohne Zweifel oft schwer verständliche, hoch philosophische und tief mystische Vorträge. Er hatte gehört, wie er Tausende von Fragen beantwortete. Er muss seinen Scharfsinn bewundert haben, seine Freundlichkeit, die Leichtigkeit, mit der er schwierige Fragen behandelte. Ohne Zweifel muß Ānanda auch allerlei merkwürdige Dinge im Zusammenhang mit dem Buddha gesehen haben, allerlei seltsame, übernatürliche Ereignisse.

Aber was war Ānandas vorherrschender Eindruck von der Persönlichkeit des Buddhas, vom Charakter des Buddhas, nach diesen zwanzig Jahren, in denen er so viel gehört hatte? Der vorherrschende Eindruck des Buddhas auf Ānanda wird mit diesen wenigen Worten wiedergegeben: „Er, der so freundlich ist“. Das ist von großer Bedeutung. Nicht: "Er, der so weise ist" oder "er, der so erleuchtet ist" oder "er, der so ein tiefes philosophisches Verständnis hat" oder "er, der so geistreich reden kann" oder "er, der so viele Wunder bewirkt hat" oder "er, der so tapfer ist" oder "so unermüdlich". Das war es nicht, sondern: "er, der so freundlich ist". Das war der vorherrschende Eindruck vom Buddha nach zwanzig Jahren engem täglichem Kontakt: "er, der so freundlich ist."

Man könnte behaupten, dass der halbe Buddhismus in dieser Bemerkung enthalten ist. Der Ursprung des Bodhisattva-Ideals ist in dieser Bemerkung enthalten. Wir könnten sagen, dass die Weisheit des Buddhas in der Lehre aufgezeigt ist: den "vier edlen Wahrheiten", dem "achtfältigen Pfad", der "Kette bedingten Entstehens", der Analyse des Wesens in den "fünf Skandhas" und vielen anderen tiefen, schwierigen, schwer zu verstehenden Lehren, die wir in den Schriften finden. Diese Lehren verkörpern die Weisheit des Buddhas. Aber seine

Liebe, sein Mitgefühl, seine Anteilnahme, die Ānanda mehr als alles andere so tief beeindruckten, zeigten sich in seinem Leben und seinem persönlichen Beispiel.

Vielleicht können wir nun den Standpunkt der Schüler nach dem Parinirvāṇa verstehen, den Standpunkt jener Schüler, die nicht in der Lage waren, den Buddhismus ausschließlich mit der gesprochenen Lehre des Buddha gleichzusetzen. Vielleicht können wir nun verstehen, worauf sie hinauswollten. Tatsächlich sagten sie, dass Buddhismus nicht nur Weisheit sei, wie sie in den Schriften dargestellt ist. Sie sagten, dass Buddhismus auch Liebe sei, auch Mitgefühl sei, wie es das Leben des Buddhas zeigte. Sie sagten, dass im Buddhismus beides berücksichtigt werden müsse. Sie sagten gewissermaßen, dass der Buddha selbst, sein Leben, seine Person, sein inspirierendes Beispiel, nicht aus dem Buddhismus ausgelassen werden könne, dass er nicht aus seiner eigenen Religion ausgelassen werden kann. Anders ausgedrückt sagten sie, dass das Leben eines Buddhisten nicht nur in der Entwicklung von Weisheit besteht, sondern auch in der Übung von Liebe, in der Übung von Mitgefühl.

Wir sollen nach der Erleuchtung streben, nach dem Erwachen, danach, die Wahrheit zu sehen - das stellt den Aspekt von Weisheit dar. Aber wir sollen zum Wohle aller empfindenden Wesen danach streben - das stellt den Aspekt von Mitgefühl dar. Beides zusammen, der Aspekt von Weisheit, der Aspekt, die Erleuchtung zu erlangen, und der Aspekt von Mitgefühl, die Erleuchtung zum Nutzen aller Lebewesen zu erlangen, bildet das Bodhisattva-Ideal.

Nun wird deutlich, wie und warum das Bodhisattva-Ideal entstand. Ganz allgemein stimmt das Bodhisattva-Ideal mit dem buddhistischen Ideal selbst überein, dem Ideal der höheren Evolution, dem Ideal der Entwicklung vom unerleuchteten zum erleuchteten Menschsein, zur Buddhaschaft. Aber das Bodhisattva-Ideal betont nun, dass der Buddhismus nicht nur die Lehren des Buddhas beinhaltet, sondern auch sein Leben und sein persönliches Beispiel. Praktisch ausgedrückt bedeutet dies, dass wir sowohl Weisheit als auch Mitgefühl entwickeln müssen - den auf uns selbst bezogenen und den auf andere bezogenen Aspekt des spirituellen Lebens. In den nächsten Wochen werden wir sehen, wie sich dies darstellt, wie dieses Prinzip oder dieses Muster in Einzelheiten sichtbar wird.

Bevor wir nun zum Ende kommen, noch einige Bemerkungen. Ich habe gesagt, dass der Buddha nicht aus dem Buddhismus ausgelassen werden kann. Diese Aussage knüpft unmittelbar an das Ritual an, mit dem wir den Abend abschließen, der siebenfältigen Pūjā. Die Pūjā bringt uns Angesicht zu Angesicht zum Buddha. Darum stehen oder sitzen wir dem Schrein und der Figur direkt gegenüber. Er versetzt uns in die Lage, über das letztendliche Ziel zu kontemplieren. Die Lehre ist für den Augenblick vergessen. Wenn wir uns zur Pūjā hinsetzen, wenn wir die Figur oder das Bild des Buddhas betrachten, denken wir in diesem Augenblick nicht an die Lehre, oder die Lehre nimmt zumindest eine untergeordnete Stellung ein. Für einen Augenblick stehen wir der Buddhaschaft von Angesicht zu Angesicht gegenüber. Wir kontemplieren über die Buddhaschaft, und wir erkennen in dieser Buddhaschaft unsere eigene wahre Natur.

Unser zweiter und letzter Punkt bezieht sich auf Weisheit und Mitgefühl. Sie lassen sich als der auf uns selbst bezogene Aspekt und der auf andere bezogene Aspekt des spirituellen Lebens bezeichnen. Beide Aspekte, der auf uns selbst bezogene und der auf andere bezogene, bilden die grundlegende Polarität des spirituellen Lebens: Erleuchtung innen durch Weisheit, deren Manifestation nach außen durch Mitgefühl. Es gibt viele Formulierungen dieser

grundlegenden Polarität des spirituellen Lebens, des auf uns selbst bezogenen und des auf andere bezogenen Aspekts. Einige davon werden wir in den nächsten Wochen erkunden. Wir werden zum Beispiel "Altruismus und Individualismus im spirituellen Leben" studieren, und "Männlichkeit und Weiblichkeit im spirituellen Leben". Auf diese Weise werden uns einige der wichtigsten Aspekte des Bodhisattva-Ideals verständlich werden. Wir werden uns den Ursprung und die Entwicklung des Bodhisattva-Ideals, das was wir heute abend ganz allgemein zu erkennen versucht haben, noch genauer anschauen.

Ende des Vortrags

## Fragen

1. Was sind die unverwechselbaren Schwerpunkte des Bodhisattva-Ideals?
2. *„Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Kosambi im Simsapa-Walde. Da nun nahm der Erhabene wenige Simsapa-Blätter in die Hand und wandte sich an die Mönche: "Was meint ihr, ihr Mönche: Was ist wohl mehr: Die wenigen Simsapa-Blätter in meiner Hand oder die da oben im Simsapa-Walde?" "Gering, sind die wenigen Simsapa-Blätter in der Hand des Erhabenen, o Herr, viel mehr sind die vielen da aber im Simsapa-Walde." „Ganz ebenso, ihr Mönche, gibt es viel mehr, was ich überblickt und nicht offenbart habe, und was ich offenbart habe, ist gering. Was ist das aber, was ich nicht offenbart habe, ihr Mönche? Was da, ihr Mönche, nicht heilsam ist, nicht urasketentümlich, was nicht zum Nichts-daran-finden, zur Entreizung, zur Auflösung, zur Beruhigung, zum Überblicken, zur Erwachung, zum Nirvana führt. Das ist von mir nicht offenbart worden.  
Was ist das aber, was ich offenbart habe? 'Das ist das Leiden, das ist die Leidensentwicklung, das ist die Leidensauflösung, das ist das zur Leidensauflösung führende Vorgehen'. Das ist von mir offenbart worden. Und warum ist dies von mir offenbart worden? Weil es, ihr Mönche, heilsam ist, urasketentümlich, weil es zum Nichts-daran-finden, zur Entreizung, zur Auflösung, zur Beruhigung, zum Überblicken, zur Erwachung, zum Nirvana führt. Daher habe ich es offenbart. Da habt ihr euch denn, meine Mönche, dafür anzustrengen".*

Reflektiere über die Bedeutung dieser Geschichte von den Simsapa-Blättern.

3. In welcher Hinsicht kann der Bodhisattva als 'der ideale Buddhist' beschrieben werden?
4. Wozu hast du eine stärkere Verbindung - zur Lehre des Buddhas oder zu seinem Leben und Beispiel?
5. Welche Haltung zeigt der Buddha gegenüber Kisagotami? Was löst diese Darstellung in dir aus?
6. Warum wird Furchtlosigkeit als ein Aspekt von Erleuchtung angesehen?
7. Was lässt einen Buddha einzigartig sein? Was sagt uns das über Erleuchtung?

8. Findest du persönlich das Bodhisattva-Ideal inspirierend? Falls ja, in welcher Hinsicht?

## Anmerkungen

(1) FWBO Newsletter no. 3, Jan. 1969

(2) "Simsapa-sutta", Samyutta Nikaya v. 437

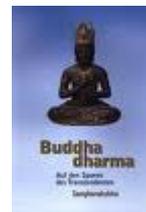
(3) Zu einer ausführlichen Analyse des Begriffs s. Dayal, H., The Bodhisattva Doctrine in Buddhist Sanskrit Literature, Motilal Banarsidas, Delhi 1975

(4) Das Dhammapada ist eines der ältesten Bücher des Pali Kanon und befindet sich in der Khuddaka Nikaya des Sutta Pitaka. Es enthält mehr als 400 Sprüche, die dem Buddha zugeschrieben werden und in 26 Kapiteln geordnet sind. Ihre kraftvolle und kompromißlose Darstellung grundlegender buddhistischer Prinzipien machen das Dhammapada zu einer der populärsten und wichtigsten grundlegenden buddhistischen Schriften. Versionen des Dhammapada sind in tibetischen und chinesischen Übersetzungen aus dem Sanskrit erhalten geblieben, dazu und zu anderen Hinweisen auf buddhistische Schriften s. Sangharakshita, The Eternal Legacy: an Introduction to the Canonical Literature of Buddhism, Tharpa, London 1985

(5) s. z.B. die Geschichte von Bahia mit dem Rindengewand. Udana, i, 10

(6) s. Suzuki, O. T., Studies in Zen, Rider, London 1957, S. 12

(7) Dies sind alles wichtige grundlegende Lehren des Buddha, die allen Schulen gemeinsam sind. Zu weiteren Informationen s. Sangharakshita, 'Buddhadharma' und 'Die Drei Juwelen'



(8) s. Maha-parinibbana Suttanta, Digha Nikaya, ii, 137

(9) Vinaya Pitaka, Mahavagga, viii, 26. s. auch Sangharakshita, A Case of Dysentery, Tape Lecture no. 150, Dharmachakra, London 1981

(10) s. Therigatha vv. 213 - 23 zu Versen, die sie gesungen hatte, nachdem sie Arahant geworden war

(11) Vinaya Pitaka, Cullavaga, VII

(12) Digha Nikaya. i. 49

(13) s. z.B. Maha-govinda, Maha-samaya und Sakkapanha Suttantas, Digha Nikaya. XIX – XXI

## Glossar

**Arahant** (Skt.) (Pali Arhat): wörtl. "würdig, verdient". Im vorbuddhistischen Gebrauch war Arahant ein Ehrentitel für hohe Beamte (vgl. Hochwürden). In der frühen Periode des Buddhismus wurde der Begriff für alle Asketen verwendet (s. z.B. Digha Nikāya ii 73), wurde allerdings später zur präzisen Bezeichnung für jemanden, der die Erleuchtung in einer Zeit erlangt hat, in der der Pfad zur Erleuchtung bereits bekannt war. Wahrscheinlich hatte er die Bedeutung von "arya", d.h. einem Stromeingetretenen oder noch weiter Entwickelten. (Offensichtlich hat der frühe Buddhismus nicht scharf zwischen den verschiedenen Stufen transzendenter Verwirklichung unterschieden.) Der allmählichen Aufwertung des Begriffs als Bezeichnung für jemanden, der das Ziel des spirituellen Lebens erreicht hat, folgte eine zunehmend enge und technische Bedeutung, die er in der Schule des Hīnayāna bekam. Im Mahāyāna werden diejenigen als Arahant bezeichnet, die das geringere (Hīnayāna) spirituelle Ideal der Erleuchtung für das eigene Wohl erreicht haben, im Gegensatz zu Samyaksambodhi - vollständige und vollkommene Erleuchtung zum Wohle aller Wesen - was das Ziel des (Mahāyāna) Bodhisattva darstellte (s. z.B. Saddharma-Puṇḍarīka Sūtra, Kap. 11). Da ein individualistisches spirituelles Ziel ein Widerspruch in sich selbst ist, sollte man Arahant in Bezug auf den auf sich selbst bezogenen Aspekt des spirituellen Ideals verstehen, während sich der Bodhisattva auf dessen altruistische Dimension bezieht. Dies sind nicht zwei verschiedene Ziele, sondern ein Ziel aus unterschiedlichen Blickwinkeln gesehen. Beide sind integraler Bestandteil des umfassenden Ideals.

**Buddha**: wörtl. "einer, der erwacht ist oder der versteht". Im vor- und frühbuddhistischen Gebrauch bezog sich "Buddha" auf einen Weisen, bekam jedoch später die spezifische Bedeutung von jemandem, der die Erleuchtung ohne Hilfe eines Lehrers, in einer Zeit, wo der Pfad zur Erleuchtung verloren war, erlangt hat und dann andere lehrt. Bevor er diese präzise Bedeutung erlangte, wurde der Begriff möglicherweise allgemein für Aryas gebraucht, für Stromeingetretene und noch weiter Entwickelte (vgl. Arahant). Buddha ist eigentlich kein Name, obwohl der historische Buddha, Gautama Śākyamuni, häufig als "der Buddha" bezeichnet wird. Der Tradition nach gab es schon frühere Buddhas in diesem Weltsystem, ihre Lehre starb aus und der Pfad zur Erleuchtung musste von ihrem jeweiligen Nachfolger neu gefunden werden. Das Mahāyāna ist der Ansicht, dass es unzählige Buddhas in anderen Weltsystemen gibt und entwickelte schließlich eine komplexe Buddhologie, die zwischen der historischen, archetypischen und essentiellen Natur eines Buddhas unterschied (Tri-kāya-Lehre). Obwohl der frühe Buddhismus nicht zwischen dem Gehalt der Erleuchtungserfahrung eines Buddhas und der eines Arahants unterschied, wurden beide später als verschiedene Ziele angesehen. Nach dem Mahāyāna war die Laufbahn eines Bodhisattvas auf das Ziel der Buddhaschaft ausgerichtet, während der Hīnayāna śrāvaka (Schüler) nur danach strebte, Arahant zu werden. Diese Unterscheidung kann nicht wörtlich genommen werden, denn da beide, ein Buddha und ein Arahant erleuchtet sind, kann der Unterschied zwischen ihnen nur darin liegen, dass der Erstere die Erleuchtung ohne Hilfe eines Lehrers in seinem letzten Leben erreicht und der Letztere die Erleuchtung in einer Zeit erlangt, wo der Dharma noch gelehrt wird. Der Buddha ist neben dem Dharma und Sangha eines der Tri Ratna (drei Juwelen), der drei grundlegenden Ideale. Zu diesen Idealen Zuflucht zu nehmen, sich freiwillig selbst zu verpflichten, macht jemanden zum Buddhisten.

**Dharma** (Pali Dhamma): wörtl. "das, was unterstützt".

1. Wirklichkeit - die Wahrheit, die ein Buddha erfahren hat.

2. Die Lehre - der Ausdruck der Erleuchtungserfahrung.
3. Ein Phänomen oder Ding. In der Abhidharma-Philosophie sind dharmas die letztendlichen Bestandteile des Universums, sowohl subjektiv als auch objektiv.
4. Ein Objekt des Geist-Sinnes (die buddhistische Psychologie fügt den üblichen fünf Sinnen noch den Geist hinzu), eine Idee oder etwas, was dem Bewusstsein erscheint.
5. Ein Zustand oder eine Bedingung der Existenz (z.B. die) acht Loka Dharmas: Gewinn und Verlust, Ruhm und schlechter Ruf, Lob und Tadel., Vergnügen und Schmerz).

Die ersten beiden Bedeutungen bilden das zweite der Tri Ratna (drei Juwelen). Das Bekenntnis zu den drei Juwelen macht jemanden zum Buddhisten. Dharma kann einfach als Bezeichnung für den Buddhismus überhaupt gebraucht werden (oft in der Form Buddha-Dharma), für die Gesamtheit der Lehren und Praktiken, die zur Buddhaschaft führen.

**Ideal:** Im Triratna-Sprachgebrauch ist Ideal die höchstmögliche Vollkommenheit, die als Modell für menschliches Streben steht. Nur das Transzendente und seine Verkörperungen - die Buddhas, die Bodhisattvas, der Dharma, der Sangha, usw. - bringen das Ideal vollständig zum Ausdruck. Der Buddhismus betont nachdrücklich, dass das Ideal, so fern es auch sein mag, für jeden Menschen erreichbar ist.

**Parinirvāṇa** (Pāli parinibbana): wörtl. "vollkommenes oder letztes Nirvāṇa". Wenn ein Buddha, der während seines irdischen Lebens die Erleuchtung erreicht hat, stirbt, sagt man, dass er ins Parinirvāṇa eingeht. Da er alle Fesseln gebrochen hat, die ihn an das Weltliche binden, wird er nicht wiedergeboren, in welcher Form auch immer. Das heißt nicht, dass ein Buddha nach seinem Parinirvāṇa erloschen ist. Der Buddha weigerte sich zu erklären, ob ein Buddha nach seinem Tod existiert oder nicht, oder beides oder keines von beiden (s. z.B. Cula-malankya-sutta, Majjhima-Nikāya I 426). Mit anderen Worten, die Natur des Buddhas nach seinem Parinirvana kann nicht durch uns geläufige Kategorien des Denkens zum Ausdruck gebracht werden. Oft bezieht sich "das Parinirvāṇa" im spezifischen Sinne auf das Parinirvāṇa des historischen Buddha Gautama Śākyamuni.

**Pūjā** (Pāli und Skt): wörtl. "Verehrung". Pūjā kann sich auf Verehrung im Allgemeinen beziehen, bezeichnet aber meist eine devotionale Zeremonie, in der Regel vor einem Schrein, auf dem sich ein Abbild eines oder mehrerer Buddhas und / oder Bodhisattvas befindet. Während der Pūjā werden Verse rezitiert, die Hingabe und Beziehung zu den Tri Ratna (drei Juwelen) ausdrücken, und es werden Blumen, Kerzen und Räucherstäbchen geopfert. Verehrung ist im Buddhismus nicht an einen Gott gerichtet, sondern an das Ideal und seine Verkörperungen. Pūjā hilft, Gefühle des Strebens und der freiwilligen Selbstverpflichtung zu stärken und auszuweiten, da sie sich hier in schöner und bedeutungsvoller Form ausdrücken können. Bei Triratna werden zwei Liturgien benutzt: eine längere, "siebenfältige 'Pūjā", die dem Bodhicaryāvatāra von Shantideva, einem indischen, buddhistischen Dichter und Denker aus dem 8. Jhd., entnommen ist, und eine kürzere "einfache Pūjā", die vom Ehrwürdigen Sangharakshita verfasst wurde. Eine Pūjā wird regelmäßig in Triratna-Zentren, in Wohngemeinschaften und bei Retreats ausgeführt.

**Samyaksambodhi** (Pāli Sammasambodhi): wörtl. "vollständige und vollkommene Erleuchtung". Samyaksambodhi ist das Ziel des Bodhisattvas. Wenn er es erreicht, wird er ein Buddha zu einer Zeit, wo der Dharma ausgestorben ist. Er gründet sein eigenes Buddha-Kṣetra (wörtl. Buddhafeld), ein Weltsystem, in dem er spirituelle Verantwortung trägt. Dieses Ziel steht im Gegensatz zu dem des Pratyeka-Buddhas, der die Erleuchtung aus eigenem Antrieb erlangt, aber nicht lehrt, und dem des Arahant, der die Erleuchtung nach der

Lehre eines Buddhas erreicht. Das Ziel von Samyaksambodhi stellt die Überwindung einer einseitigen und individualistischen Sicht der menschlichen Entwicklung dar.

**Theravada:** wörtl. "Schule oder Lehre der Älteren". Der einzige noch vorhandene Vertreter der Hīnayānaschulen des mittelalterlichen Indiens. Die Schule erhielt sich in Śrī Lanka und breitete sich von dort nach Thailand, Burma, Kambodscha und Laos aus. Sie besteht in diesen Ländern noch heute. Der Kanon dieser Schule ist das Pāli Tipiṭaka, das sehr viel frühes Material enthält.

**Yāna** (Pāli und Skt): wörtl. "Fahrzeug". Der Begriff bezeichnete ursprünglich allgemein den Pfad zur Erleuchtung (im Pāli-Kanon ist vom Brahmā-yāna, dem "vollkommenen Fahrzeug", vom

Dhamma-yāna, dem "Fahrzeug der Wahrheit" und vom Eka-yāna, dem "einen Fahrzeug", die Rede). Der Begriff nahm später die Bedeutung besonderer Pfade zur Erleuchtung an, innerhalb des Dharmas als Ganzem. Mehrere Zusammenstellungen von Yānas wurden zu verschiedenen Zeiten formuliert. Die bekannteste beinhaltet Hīnayāna, Mahāyāna und Vajrayāna, das "kleine", "große" und "Donnerkeil-" oder "Diamantfahrzeug" zur Erleuchtung. Diese stellen in erster Linie drei verschiedene Phasen der Entwicklung des Buddhismus in Indien dar, jede entwickelte sich aus der vorhergehenden und zwar in Perioden von 500 Jahren, angefangen mit der Zeit vom Tod des Buddhas. Aus diesem Blickwinkel gesehen, sind sie einfach die Formen, die der Dharma in verschiedenen Epochen annahm. So sind die Buddhisten Śrī Lankas und Südostasiens Erben der ersten, Hīnayāna-Phase, die aus China, Japan und Korea der Mahāyāna-Phase (mit gewissem Vajrayāna-Einfluss) und die Tibeter die der vollständigen Vajrayāna-Tradition. Das Mahāyāna und Vajrayāna betrachten die drei Fahrzeuge auch als Phasen des spirituellen Lebens überhaupt. Demnach ist das Hīnayāna die Phase ethischer Vorschriften und psychischer Reinigung mit dem Ziel persönlicher Erlösung, das Mahāyāna die Phase metaphysischer Einsicht und des altruistischen Wunsches, für die Erlösung aller Lebewesen zu arbeiten, und das Vajrayāna die der Verwirklichung von Buddhaschaft in diesem Leben durch magisch-yogische Mittel. Das Mahāyāna ist der Ansicht, dass es das Hīnayāna ersetzt, da es ein höheres Ziel als das persönliche Erleuchtung hinzufügt, nämlich höchste Erleuchtung zum Wohle aller Wesen (Samyaksambodhi). Das Vajrayāna versteht sich als höchste Stufe des Mahāyāna. Vielleicht sollten sich moderne Buddhisten davor hüten, traditionelle Kategorien der Lehre, die sich ohne den Vorteil der historischen Perspektive und wissenschaftlichen Studiums der Literatur entwickelt haben, im buchstäblichen Sinne zu verstehen. Es gibt nur einen Weg zur Erleuchtung (Ekayāna, wie er im Saddharmapuṇḍarīka Sūtra genannt wird), obwohl dieser Weg viele Formen annehmen und von verschiedenen Blickwinkeln aus gesehen werden kann, je nach Temperament und Stufe der spirituellen Entwicklung.

## Modul „Das Bodhisattva-Ideal“

### 2. Kapitel: Das Erwachen des Bodhiherzens

Beginn des Vortrags:

Letzte Woche haben wir uns mit der Frage beschäftigt: Wer oder was ist ein *Bodhisattva*. Wir haben gesehen, dass ein *Bodhisattva* – wie der Begriff schon andeutet – jemand ist, der danach strebt, Erleuchtung zu erlangen; jemand, dessen ganzes Wesen auf Erleuchtung ausgerichtet ist. Dann haben wir gesehen, dass ein *Bodhisattva* ferner definiert wird als „Jemand, der danach strebt, Erleuchtung nicht nur zum eigenen Wohl, sondern zum Wohle aller fühlenden Wesen zu erlangen“. Daraus ergibt sich die äußerst wichtige praktische Frage: Wie wird man ein *Bodhisattva*? Oder anders ausgedrückt, wie fängt man es an, dieses hohe spirituelle Ideal zu verwirklichen?

Damit kommen wir zum Thema dieser Woche. Die Antwort auf diese Frage ist recht kurz und direkt, aber sie erfordert beträchtliche Erklärungen. Die traditionelle Antwort auf die Frage ist: Ein *Bodhisattva* wird man mit dem Erwachen des *Bodhi*-Herzens. Und „Das Erwachen des *Bodhi*-Herzens“ ist das Thema dieser Woche. Betrachten wir zunächst kurz den ursprünglichen Sanskrit-Ausdruck *bodhicitta-utpāda*. Wie wir letzte Woche gesehen haben, bedeutet *Bodhi* „spirituelle Erleuchtung“ oder „spirituelles Erwachen“ und besteht darin, die Realität so zu sehen, wie sie ist. *Citta* bedeutet „Geist“, „Gedanke“, „Bewusstsein“ oder auch „Herz“. Es bedeutet als dies gleichzeitig. *Utpāda* heißt einfach „Entstehen“, oder poetischer ausgedrückt „Erwachen“.

Dieser Begriff *bodhicitta-utpāda* ist einer der wichtigsten Begriffe in der ganzen buddhistischen Lehre, zumindest im ganzen Mahāyāna. Er wird im Deutschen gewöhnlich als „das Entstehen des Erleuchtungsgedankens“ übersetzt. Doch ich muss sofort sagen, dass dies genau das ist was *bodhicitta-utpāda* nicht ist. In gewisser Weise ist eine schlechtere Übersetzung kaum denkbar. Es ist keineswegs ein Gedanke an Erleuchtung. Wir können über Erleuchtung nachdenken, soviel wir wollen. Wir können darüber nachdenken, lesen, darüber sprechen. „Erleuchtung ist Weisheit und Mitgefühl zugleich“ – solche Worte gehen sehr leicht über die Lippen, und wir glauben, wir wüssten alles über die Erleuchtung. Wir denken vielleicht sogar in diesem Augenblick an Erleuchtung. Während wir hier sitzen, ist der Gedanke an Erleuchtung unzweifelhaft in unserem Geist entstanden. Aber *Bodhicitta* ist nicht entstanden – wir wurden nicht in *Bodhisattvas* verwandelt. *Bodhicitta* ist sehr viel mehr als ein Gedanke an Erleuchtung.

Ich persönlich übersetze es manchmal als den „Willen zur Erleuchtung“. Im Titel unseres heutigen Vortrags nenne ich *Bodhicitta* das „*Bodhi*-Herz“. Obwohl alle alternativen Übersetzungen um einiges besser sind als „Erleuchtungsgedanke“, ist keine von ihnen wirklich zufriedenstellend. Man könnte sagen, es ist ein Problem der Sprache an sich. Man könnte sogar sagen, dass „*Bodhicitta*“ ein sehr unbefriedigender Begriff für das *Bodhicitta* ist. *Bodhicitta* ist in der Tat weder ein Geisteszustand, noch eine geistige Aktivität, noch eine Funktion des Geistes. Es ist sicherlich kein „Gedanke“ - kein Gedanke, den Sie oder ich fassen könnten. Wenn wir an Erleuchtung denken, dann ist das nicht *Bodhicitta*; *Bodhicitta* hat nicht mit Denken zu tun. Es ist noch nicht einmal ein „Willensakt“, wenn man

darunter den eigenen persönlichen Willen versteht. Es ist nicht einmal „Bewusstsein“ – wenn man darunter versteht, dass Sie oder ich mir der Tatsache bewusst bin, dass es so etwas wie „Erleuchtung“ gibt. *Bodhicitta* ist nichts von alledem.

Man könnte sagen, dass das *Bodhicitta* im Grunde die Manifestation, ja das Hereinbrechen von etwas Transzendente in uns bedeutet. In traditionellen Begriffen ausgedrückt – ich denke hier an Nāgārjunas Beschreibung des *Bodhicitta* in einem kleinen Werk, das er über dieses Thema schrieb (2). – ist das *Bodhicitta* nicht in den „Fünf *Skandhas*“ eingeschlossen. Dies ist in der Tat eine sehr bedeutsame Feststellung. Sie gibt uns einen wichtigen Hinweis auf die Natur des *Bodhicitta*. Diese Feststellung Nāgārjunas, in bester Mahāyāna-Tradition, gibt Anlass für eingehendes Nachdenken.

Einigen von Ihnen sind die „Fünf *Skandhas*“ womöglich nicht vertraut. Skandha ist wieder einer von jenen unübersetzbaren Begriffen. Gewöhnlich wird es mit „Gruppe“ oder „Zusammenstellung“ oder einem ähnlich unbefriedigenden Begriff übersetzt. Tatsächlich ist es unübersetzbar. Wörtlich bedeutet es „Baumstamm“, aber das bringt uns nicht sehr weit. Jedenfalls sind die „Fünf *Skandhas*“ eine der grundlegenden Kategorien der buddhistischen Lehre. Ob in der Pāli- oder Sanskrit-, der tibetischen oder chinesischen Literatur, immer und immer wieder wird auf die „Fünf *Skandhas*“ Bezug genommen, auf die „Fünf Gruppen“, oder – wie Dr. Conze (3) den Begriff zu übersetzen beliebt – die „Fünf Haufen“ (was auch nicht viel weiterhilft). Lassen Sie uns ein wenig bei den „Fünf *Skandhas*“ verweilen, damit wir sicher sind, wo wir stehen und worüber wir nachzudenken versuchen.

Das erste der „Fünf *Skandhas*“ ist *rūpa*. *Rūpa* bedeutet „Körperliches“, d.h. alles durch Sinnesorgane Wahrgenommene. Das zweite ist *vedanā*. *Vedanā* bedeutet „Gefühl“, „Emotion“ – positiv, negativ, lustvoll, schmerzhaft etc. Als drittes gibt es *saṃjñā*, was grob übersetzt „Wahrnehmung“ bedeutet. Manchmal wird es mit „Empfindung“ übersetzt, aber „Empfindung“ scheint eher als Übersetzung für *vedanā* zu passen. *Samjñā* ist das Vermögen, etwas als etwas zu erkennen. Wenn Sie sagen „Das ist eine Uhr.“, dann ist das *saṃjñā*; Sie haben die Uhr als solche erkannt, sie identifiziert, auf sie gezeigt, sie benannt. Viertens, die *saṃskāras*. Dieser Begriff ist noch schwieriger zu übersetzen. Einige Gelehrte pflegen ihn mit „Triebkräfte“ zu übersetzen. Ganz grob können wir ihn mit „willensmäßigen Aktivitäten“ umschreiben, d.h. Willensakte etc. Fünftens *viññāna*, was „Bewusstsein“ bedeutet; Bewusstsein mittels der fünf Sinne und des Geistes auf verschiedenen Ebenen.

Das also sind die „Fünf *Skandhas*“: *rūpa* (körperliche Form), *vedanā* (Gefühl, Emotion), *saṃjñā* (Wahrnehmung), *saṃskāras* (willensmäßige Aktivitäten) und *viññāna* (Bewusstsein). Ich muss Sie darauf aufmerksam machen, dass Sie diese „Fünf *Skandhas*“ sozusagen in- und auswendig kennen müssen, wenn Sie sich überhaupt eine Vorstellung von der buddhistischen Denkweise machen wollen, vor allem von ihrer mehr theoretischen Seite, ihrer Philosophie und Metaphysik. Sie müssen in der Lage sein, sie herunterzubeten, und wissen, worüber Sie reden. Andernfalls werden Sie nicht allzu weit in buddhistischer Philosophie kommen. Das jedoch nur nebenbei – wir befassen uns im Moment weniger mit buddhistischer Philosophie.

Im buddhistischen Denken ist man allgemein der Auffassung, dass die „Fünf *Skandhas*“ unsere gesamte psychophysische Existenz beinhalten. In allem, was unsere psychophysische Existenz ausmacht, auf allen Ebenen, gibt es nichts – keinen Gedanken, kein Gefühl, keinen Aspekt unserer physischen Existenz – was nicht in einen oder anderen dieser „Fünf

*Skandhas*“ enthalten wäre. Aus diesem Grund heißt es gleich am Anfang des Herz-Sūtras, dass der Buddha Avalokiteśvara (4), als er in den Höhen der Vollendung der Weisheit verweilte, auf die Welt herabblickte, also auf die bedingte Existenz herabblickte und Fünf Anhäufungen, „Fünf *Skandhas*“ sah. Genau das, weiter nichts. Er sah, dass die Gesamtheit der bedingten psychophysischen Existenz aus genau diesen fünf Elementen besteht; nichts begegnet, nichts findet statt, nicht existiert auf der bedingten Ebene der Existenz, der *samskr̥ta-Ebene* (4a), das nicht dem einen oder anderen der „Fünf *Skandhas*“ zugerechnet werden kann.

Aber das *Bodhicitta* wird nicht den „Fünf *Skandhas*“ zugerechnet. Die „Fünf *Skandhas*“ umfassen alles, was von dieser Welt ist. Wenn wir also sagen, dass das *Bodhicitta* nicht den „Fünf *Skandhas*“ zugerechnet wird, bedeutet dies, dass es etwas ganz und gar außerhalb dieser Welt Stehendes ist, etwas Transzendentes. Es ist kein Gedanke, kein Willensakt, keine Idee, kein Begriff, sondern es ist – wenn wir schon ein Wort dafür benutzen müssen – eine tiefe spirituelle, transzendente Erfahrung: eine Erfahrung, die unser gesamtes Wesen neu ausrichtet.

Vielleicht kann ich diesen eher dunklen Sachverhalt mit Hilfe eines Vergleichs – und es ist nicht mehr als ein Vergleich – aus der christlichen Tradition erhellen. Sie können sich vorstellen, dass jemand in einem christlichen Zusammenhang davon redet, dass er „an Gott denkt“. Wenn Sie davon reden, dass Sie „an Gott denken“, hat das, auch wenn Sie ein frommer Kirchgänger sind, nicht sehr viel zu bedeuten – Sie denken eben an Gott. Sie mögen an Gott als einen schönen alten Herrn in den Wolken denken, oder als das reine Sein, das reine Wissen, die reine Weisheit, etc. Aber „an Gott denken“ ist eben nichts mehr als ein Denken an Gott. Sie würden das nicht als spirituelle Erfahrung beschreiben, oder als tiefe Erfahrung gleich welcher Art. Nehmen wir jedoch an, Sie sprechen über die „Ausgießung des Heiligen Geistes“: das wäre etwas gänzlich anderes. An Gott denken ist eine Sache, aber die Ausgießung des Heiligen Geistes an sich selbst erleben, so dass man vom Heiligen Geist erfüllt ist, ist davon ziemlich verschieden.

Genauso verhält es sich mit dem „Nachdenken über Erleuchtung“ oder dem „Gedanken an Erleuchtung“ auf der einen und dem tatsächlichen Entstehen des *Bodhicitta* auf der anderen Seite. Wenn der Gedanke an Erleuchtung dem Denken an Gott entspricht, so entspricht das Entstehen des *Bodhicitta* der Ausgießung des Heiligen Geistes über jemanden. Dieser Vergleich soll aber lediglich zur Illustration und, wenn möglich, zur Erhellung beitragen. Es geht nicht darum, diese beiden sehr verschiedenen doktrinären und spirituellen Auffassungen zu vergleichen. Mir geht es nur darum zu versuchen, die Natur des Unterschiedes zwischen dem Nachdenken über Erleuchtung und dem Entstehen von *Bodhicitta* klar zu machen. *Bodhicitta* ist nicht bloß ein Gedanke über die Erleuchtung, sondern eine tiefe spirituelle Erfahrung, ja eine tiefe spirituelle, transzendente „Wesenheit“.

Das *Bodhicitta* ist nicht nur transzendental sondern auch über-individuell. Das ist ein anderer Punkt, den Nāgārjuna hervorhebt. Wir reden davon, dass das *Bodhicitta* in dieser oder jener Person entsteht, und man könnte deshalb meinen, dass es eine ganze Anzahl von *Bodhicittas* gibt – anscheinend eine glorreiche Vielzahl von *Bodhicittas* –, die in verschiedenen Menschen entstehen und aus ihnen allen *Bodhisattvas* machen. Tatsächlich verhält es sich keineswegs so. Verschiedene Gedanken (sogar wenn es Gedanken über das Gleiche sind) können in verschiedenen Menschen entstehen. Aber genau wie das *Bodhicitta* nicht

ein „Gedanke“ an Erleuchtung ist, keine individuelle Angelegenheit, keinem Individuum zugehörig, gibt es auch keine Vielzahl von *Bodhicittas*, die in verschiedenen Menschen entstehen. Ihr Gedanke an Erleuchtung gehört Ihnen, mein Gedanke an Erleuchtung gehört mir; es gibt viele solcher Gedanken. Aber Ihr *Bodhicitta* ist auch mein *Bodhicitta*; es gibt nur ein *Bodhicitta*.

Es gibt nur ein *Bodhicitta*, und Personen, von denen man sagt, dass das *Bodhicitta* in ihnen entstanden ist, partizipieren an diesem einen *Bodhicitta* oder manifestieren dieses eine *Bodhicitta* in verschieden hohem Grade. Die Mahāyāna-Autoren gebrauchen jenes sehr abgegriffene, aber immer noch sehr schöne Bild des Mondes. Dieser alte buddhistische Vergleich besagt, dass das *Bodhicitta* wie der Mond ist, wie der Vollmond. Das *Bodhicitta* wird sozusagen in verschiedenen Menschen widergespiegelt. D.h., es entsteht in verschiedenen Menschen genauso, wie der Mond von unterschiedlichen Gewässern unterschiedlich widergespiegelt wird. Es gibt viele Spiegelungen, aber nur einen Mond. Ebenso gibt es nur ein *Bodhicitta*, aber viele Manifestationen davon.

Nun dürfen wir aber, obwohl wir den Ausdruck „Spiegelung“ benutzt haben, der ein wenig statisch ist, das *Bodhicitta* nicht als etwas Statisches auffassen. Was in der Mahāyāna-Tradition als „absolutes *Bodhicitta*“ bekannt ist – als das *Bodhicitta* unter seinem absoluten Aspekt, außerhalb von Raum und Zeit – ist identisch mit der Realität selbst. Da es identisch mit der Realität ist, ist das absolute *Bodhicitta* außerhalb jeglicher Veränderung, genauer: Es ist außerhalb des Gegensatzes zwischen Veränderung und Verharren. Aber das gilt nicht für dasjenige *Bodhicitta*, das in der Tradition als „relatives *Bodhicitta*“ bekannt ist. Das relative *Bodhicitta* ist sozusagen eine wirkende Kraft in Aktion. Aus diesem Grund ziehe ich persönlich es vor, wie ich bereits sagte, vom „Willen zur Erleuchtung“ zu reden, wenn ich den Ausdruck „*Bodhicitta*“ übersetzen soll. Dabei bin ich mir der Tatsache bewusst, dass ich vom relativen, im Unterschied zum absoluten *Bodhicitta* spreche. Dieser Wille zur Erleuchtung ist jedoch kein individueller Willensakt. Das *Bodhicitta* ist nichts, das *ich* will. Genau wie es nicht *mein* Gedanke ist, ist es auch nicht *mein* Wille. Das *Bodhicitta* ist genauso wenig ein individueller Willensakt wie ein individueller Gedanke. Wir könnten – obwohl wir hier schon nach Worten suchen müssen – das *Bodhicitta* als eine Art „kosmischen Willen“ auffassen. Ich benutze ungern das Wort „Willen“, aber tatsächlich gibt es kein anderes. Wir können das *Bodhicitta* als eine Art „kosmischen Willen“ auffassen, der, wenn man so will, im Universum mit dem beschäftigt ist, was wir nur als universelle Erlösung bezeichnen können: mit der Befreiung, der letztlichen Erleuchtung aller fühlenden Wesen.

Wir können *Bodhicitta* sogar als eine Art „Geist der Erleuchtung“ auffassen, der der Welt innewohnt und Individuen zu immer höheren Graden spiritueller Vollkommenheit führt. Da dies sich so verhält, ist klar, dass Individuen nicht das *Bodhicitta* besitzen. Wenn jemand es besitzt, dann ist es nicht das *Bodhicitta*. Es ist etwas anderes, ein eigener Gedanke, eine Idee; das *Bodhicitta* – das transzendente, überindividuelle, kosmische *Bodhicitta* hat er verfehlt. Individuen besitzen nicht das *Bodhicitta*. Eher können wir sagen, dass das *Bodhicitta* Individuen besitzt. Und diejenigen, von denen das *Bodhicitta* „Besitz ergreift“, in denen das *Bodhicitta* entsteht, werden zu dem, was wir *Bodhisattva* nennen. Sie leben um der Erleuchtung willen; sie streben danach, zum Wohle aller die höchsten Möglichkeiten zu verwirklichen, die das Universum enthält.

So viel also zum *Bodhicitta*. Man könnte noch viel darüber sagen. Besonders einige Mahāyāna-Sūtras werden nicht müde, den Lobpreis des *Bodhicitta* zu singen. Ich erinnere

mich, dass ich vor einigen Jahren in Kalimpong ein Buch über den gesamten Bereich der kanonischen buddhistischen Literatur (5) zusammenstellte. Und ich stieß unter anderem auf die Mahāyāna-Sūtras, und u.a. auf das Gaṇḍhavyūha (6). Ich wollte bloß einige wenige Verse darüber zitieren, was das Gaṇḍhavyūha an einer Stelle über das *Bodhicitta* sagt. Und Sie mögen es glauben oder nicht, da waren Hunderte und Aberhunderte von Bildern, die das *Bodhicitta* mit diesem und jenem verglichen, mit einer Goldmine, mit der Sonne, mit dem Mond, mit allem und jedem. Diese unabsehbare Menge von Gleichnissen und Vergleichen erweckte den Eindruck, als sei für den Autor dieses Mahāyāna-Sūtras (nach traditioneller Ansicht der Buddha) das *Bodhicitta* einfach alles gewesen. Es wurde besungen und gepriesen, als sei es eine Art Gottheit. Man bekam jedenfalls nicht den Eindruck, als sei es jemandes Gedanke oder Idee. Vielmehr bekam man den Eindruck von etwas Unabsehbarem, etwas Kosmischem, etwas Sublimem, das sich in Menschen ergießt, die dafür empfänglich sind, sie durchdringt und in Besitz nimmt – nichts Individuelles, nichts in irgendeiner Weise Begrenztes. So singen die Mahāyāna-Sūtras (nicht nur das Gaṇḍhavyūha, sondern auch viele andere Sūtras) unermüdlich den Lobpreis des *Bodhicittas*.

Aber heute abend haben wir nicht genug Zeit, noch mehr über das *Bodhicitta* zu sagen, daher muss dies für jetzt genügen. Wir haben eine andere Frage zu erwägen. Wir haben gehört, was ein *Bodhisattva* ist. Wir haben gehört, wie man ein *Bodhisattva* dadurch wird, dass das glorreiche *Bodhicitta* in einem entsteht. Nun stellt sich die Frage: Wie entsteht eigentlich das *Bodhicitta*? Das ist eine sehr geheimnisvolle Angelegenheit. Die Mahāyāna-Sūtras liefern dafür eines ihrer unfehlbaren Gleichnisse. Dort heißt es, dass das Entstehen des *Bodhicittas* in uns dem Finden eines kostbaren Edelsteins nachts in einem Misthaufen durch einen Blinden gleicht. Es ist so wunderbar, so unerwartet – wer würde glauben, dass ein Blinder, der sich mitten in der Nacht seinen Weg um den Misthaufen herum ertastet, einen kostbaren Edelstein finden könnte? Und genauso: Wer hätte geglaubt, dass in uns, die wir mitten in der Welt leben, unseren Unterhalt verdienen, für unsere Familien sorgen und einmal in der Woche zum Meditationskurs gehen, dass in uns jemals das *Bodhicitta* entstanden sein sollte? Dies ist das Gleichnis, das die Mahāyāna-Sūtras benutzen.

Doch wunderbar und unerwartet wie es ist: Das Entstehen des *Bodhicittas* ist keineswegs nur Zufall. Es ist eines der Grundprinzipien des buddhistischen Denkens, dass alles, was im Universum entsteht, gleich auf welcher Ebene, in Abhängigkeit von Ursachen und Bedingungen entsteht; nicht durch Zufall, nicht als „Schicksalsfügung“, nicht durch „Gottes Wille“, sondern in Abhängigkeit von natürlichen – und auch das Übernatürliche ist natürlich – Ursachen und Bedingungen. Das trifft auch auf das *Bodhicitta* in uns zu. Dieses Ereignis, dieses Phänomen, hängt von der Schaffung bestimmter mentaler und spiritueller Bedingen ab. Diese mentalen und spirituellen Bedingungen können wir selbst in uns schaffen. Wenn wir sie schaffen, dann wird das *Bodhicitta* entstehen.

Diese Tatsache lenkt unsere Aufmerksamkeit zu einem der bedeutendsten Prinzipien des spirituellen Lebens: der Notwendigkeit der Vorbereitung. Die meisten von uns sind gewöhnlich viel zu sehr in Hast. Ich meine nicht bloß, dass wir hart arbeiten. Ich meine nicht bloß, dass wir dabei große Mühe aufwenden. Ich meine nicht einmal, dass wir Dinge schnell tun. Ich meine nur, dass wir viel zu sehr in Eile sind. Das bedeutet, dass wir gewöhnlich schnelle Ergebnisse wollen. Und weil wir so begierig sind, die Ergebnisse zu erreichen, vernachlässigen wir sehr oft die Vorbereitungen. Wir vernachlässigen genau die Bedingungen, von denen die Ergebnisse abhängen. Das ist einer der Gründe, wenn nicht der

Hauptgrund, warum wir so oft scheitern. Auf der anderen Seite jedoch, wenn wir uns genügend sorgfältig vorbereiten, dann können wir ganz beruhigt die Ergebnisse sich selbst überlassen. Wir werden feststellen, dass wir Erfolg haben werden - fast ohne es zu merken.

Das trifft in besonderem Maße auf die Meditation zu. Wenn Sie meditieren wollen, zum Beispiel zu Hause, dann sollten Sie sich nicht einfach hinsetzen und glauben, Sie könnten meditieren – das ist nicht möglich. Im Osten ist es traditionell so, dass, wenn man meditieren will, man zuallererst in den Raum gehen sollte, in dem man meditieren möchte, und ihn langsam und sorgfältig ausfegt – man fegt den Boden mit einem Besen. Man säubert den Raum – wenn nötig, staubt man auch das Bildnis des Buddha ab. Man räumt den Raum auf. Man tut all das langsam, behutsam, achtsam. Dann wechselt man die Blumen – in meditativer Haltung; man wirft die alten Blumen weg – in einigen Ländern des Ostens wirft man sie in ein fließendes Gewässer, nicht auf den Müllhaufen – und schneidet frische Blumen, stellt sie in eine Vase, ordnet sie mit Bedacht an: Man lässt sich Zeit dafür. Dann zündet man vielleicht eine Kerze an oder ein Räucherstäbchen. Man blickt sich um, bloß um zu sehen, dass alles in Ordnung ist – vielleicht, dass das Fenster offen ist, damit frische Luft hereinkommt, und die Tür zu, um Störungen zu vermeiden. Man bringt seinen Sitz in Ordnung, achtet darauf, dass er rechtwinklig steht, und wenn man auf einer Decke sitzt, dass sie ordentlich gefaltet ist. Dann setzt man sich. Man zieht seine Kleidung zurecht, bringt die Füße in die richtige Position, auch die Hände. Selbst dann wird man sehr oft noch nicht anfangen zu meditieren. Man wird die Zufluchtnahme rezitieren, die Vorsätze, einige Anrufungen der Buddhas und *Bodhisattvas*.<sup>(7)</sup> Dann – erst dann – wird man anfangen zu meditieren. Wenn man auf diese Weise vorgeht, den Weg bereitet, „pflastert“, dann ist die Erfolgchance sehr viel größer. Das trifft nicht nur auf die Meditation zu, sondern sogar auf vergleichsweise gewöhnliche, tägliche Verrichtungen. Wenn man etwas schreiben will, ein Bild malen, sogar wenn man kochen will: Das Geheimnis liegt in der Vorbereitung.

Genauso verhält es sich mit dem Entstehen des *Bodhicittas*. Man sollte nicht einmal daran denken, ein *Bodhisattva* zu werden. Es ist nichts, das man werden kann. Nichts, das man erreichen kann, für das man einen Kurs absolvieren, ein Zertifikat („Sie sind ein *Bodhisattva*“) bekommen kann. Ich bedauere, sagen zu müssen, dass es sogar im Osten Institute gibt, die Zertifikate dieser Art ausstellen. Die Leute lassen sich diese Zertifikate rahmen und hängen sie an die Wand, damit jeder sieht: „Ich bin in den Strom eingetreten“, „Ich bin ein *Bodhisattva*“. Es bezeichnet eine Art kirchlichen Rang, eine Würde, was Unsinn ist. Man sollte nicht einmal daran denken, das *Bodhicitta* zu entwickeln. Man kann es auch gar nicht. Man kann gar nicht daran denken. Es kommt nicht in Frage. Es ist Zeitverschwendung. Aber – man kann sehr wohl daran denken, in sich die Bedingungen zu schaffen, die es dem *Bodhicitta* ermöglichen, sich zu manifestieren.

Es gibt zwei Wege dies zu tun. Einer ist mit dem Namen Śāntideva verbunden, der andere mit dem Namen Vasubandhu. Beide waren große indische Mahāyāna-Lehrer, Śāntideva im siebten, Vasubandhu wahrscheinlich im vierten Jahrhundert unserer Zeitrechnung. Ihre Methoden, obwohl verschieden, ergänzen sich und können sogar kombiniert werden.

Śāntidevas Methode ist kurz gesagt eher devotional. Sie ist unter dem Namen *anuttara-pūjā*, „Höchste Verehrung“, sogar „Höchste Anbetung“ bekannt. Sie lässt sich als eine Folge von sieben spirituellen Übungen beschreiben. Jede dieser Übungen gibt einer bestimmten Phase der religiösen Bewusstheit Ausdruck. Wenn wir bestimmte Zeremonien oder Rezitationen durchlaufen, die den verschiedenen Phasen der religiösen Bewusstheit entsprechen, dann ist

diese Art der Höchsten Verehrung als „Siebenfältige Verehrung“ bekannt. Wir sind damit natürlich insoweit vertraut, als es sich hier um die „Siebenfältige Puja“ – oder Siebenfältige Verehrung – handelt, die wir jeden Freitag abend nach unserer Lesung rezitieren, bevor wir auseinandergehen. Aber – obwohl wir eine äußerliche Handlung vollziehen, obwohl wir mit unseren Lippen rezitieren, müssen wir immer daran denken, dass die Höchste Verehrung, sogar die „Siebenfältige Pūjā“ ihrem Wesen nach eine Folge von devotionalen und spirituellen Stimmungen und Erfahrungen ist, die in ihrer Gesamtheit den Weg für das Entstehen des *Bodhicitta* ebnen. Viele von Ihnen sind mit der „Siebenfältigen Pūjā“ vertraut und haben sie mit uns gemeinsam hier in diesem Raum zitiert. Aber für diejenigen, denen sie neu ist, und diejenigen, die vielleicht niemals daran teilgenommen haben, will ich ganz kurz ihre sieben Bestandteile abhandeln.

Zuallererst das, was wir „Verehrung“ im eigentlichen Wortsinn nennen. Dieser Bestandteil richtet sich hauptsächlich an den Buddha; nicht nur seine menschliche, historische Gestalt, sondern den Buddha als das Symbol oder den Repräsentanten des Ideals der Erleuchtung. Wenn wir die Pūjā vollführen, oder wenn wir in unserem Inneren die Haltung der Verehrung annehmen, dann bedeutet das, dass wir mit tiefer Ergebenheit, mit großer Hingabe, mit Ehrfurcht, die Erhabenheit und den Wert dieses Ideals der Erleuchtung zum Wohle aller fühlenden Wesen anerkennen. Und da wir so mächtig und tief von dieser Hingabe erfüllt sind, können wir gar nicht anders als eine Gabe darbringen, können wir nicht anders als etwas schenken. Die beliebteste Gabe sind Blumen, Lichter und Räucherstäbchen, obgleich viele andere Dinge ebenso möglich sind. Diese Gaben werden vor dem Bild des Buddhas dargebracht. Sie versinnbildlichen unser Gefühl der Verehrung, der Hingabe, ja der Anbetung, für das – noch sehr entfernte – Ideal der Erleuchtung. Soviel zu „Verehrung“.

Zweitens die Begrüßung, wörtlich „Verbeugung“. Sie besteht schlicht und einfach darin, durch eine äußere Handlung Respekt zu zollen. Die buddhistische Tradition sagt, dass es nicht genügt, etwas nur innerlich zu fühlen. Man ist nicht nur ein denkendes Wesen, man besteht nicht nur aus Gehirn; man hat auch eine Sprache und einen Körper. Also müssen bei jeder religiösen Übung alle drei teilnehmen: Körper, Rede und Geist. Also vollzieht man eine äußerliche Ehrenbezeugung. Zumindest legt man die Hände zusammen, zum Zeichen der Ehrfurcht und der Begrüßung. Das ist auch eine Geste der Demut: Wir sehen nicht nur das Ideal in der Entfernung leuchten, sondern wir erkennen auch an, dass wir noch weit davon entfernt sind. Das Ideal, wie die Gipfel des Himalaya, ist dort in der Ferne, und wir sind hier. Wir haben bloß unseren Fuß auf ... ich will nicht einmal sagen: auf die Straße, sondern auf einen schmalen Pfad gesetzt, der zu dem Weg führt, der zu der Straße führt, die zu der Hauptstraße führt, die zu jener erhabenen Erleuchtung führt. Also verbeugen wir uns sozusagen, wir machen einen Diener aus der Entfernung, wo wir das Ideal in weiter Ferne leuchten sehen. Das ist mit der Begrüßung gemeint.

Drittens die Zufluchtnahme. Wir nehmen Zuflucht zum Buddha, zum Dharma (der Lehre) und zum Sangha (der Spirituellen Gemeinschaft). Wir begannen mit der Verehrung, dem Anerkennen des Ideals (indem wir es sehen, es ehren, emotional darauf ansprechen). Dann bei der Ehrenbezeugung, erkennen wir die Entfernung an, die uns von ihm trennt (durch unseren Gruß, unsere Verbeugung). Jetzt, in der dritten Phase, der Zufluchtnahme, lassen wir uns vertrauensvoll darauf ein, das Ideal tatsächlich zu verwirklichen. Wir erkennen an, dass das Ideal „dort“ ist, wir erkennen an, dass wir „hier“ stehen, und jetzt entschließen wir uns, von hier nach dort vorwärts zu schreiten. Wir lassen uns auf die Verwirklichung des Ideals ein. Wir lassen uns auf den Weg ein, der zu dieser Verwirklichung führt. Und wir lassen uns auf

die Gemeinschaft all derer ein – die spirituelle Bruder- und Schwesternschaft –, die diesen Weg zur Erleuchtung mit uns geht. Das ist die Zufluchtnahme.

Viertens folgt das Eingeständnis von Fehlern. Manchen Leuten ist nicht so ganz wohl dabei. Ich weiß nicht, ob es daran liegt, dass sie meinen, keine Fehler zu haben. Es bedeutet die Anerkennung unserer dunkleren Seite, derjenigen Seite von uns, die wir andere lieber nicht sehen lassen würden, die wir selbst am liebsten nicht sehen würden, die wir zu vergessen suchen, die uns aber auf Schritt und Tritt verfolgt, wie Mephistopheles Faust in Goethes großem Gedicht auf Schritt und Tritt verfolgt. Aber auch wenn wir diese dunklere Seite anerkennen, auch wenn wir unsere kleinen Schwächen, unsere kleinen Mängel, unsere kleinen Rückfälle, unsere kleinen Gemeinheiten, unsere kleinen Heimlichkeiten, sogar unsere offene und ehrliche Schlechtigkeit anerkennen: Es geht nicht um Selbstbeichtigung. Es geht nicht darum, sich als den größten Sünder anzuklagen, der je gelebt hat. Es geht lediglich um eine realistische Einschätzung unserer eigenen Mängel und um den Entschluss, in Zukunft unser Bestes zu tun, um sie zu überwinden – weil sie Ballast sind, zusätzliches Gewicht, das wir auf unserer Reise zur Erleuchtung mitschleppen müssten. Auf dieser Reise, die natürlich mit leichtem Gepäck unternommen werden sollte. Das also ist das Eingeständnis von Fehlern.

Fünftens die Freude an fremden Verdiensten. Das bedeutet, dass wir des Lebens guter, edler, rechtschaffener, heiliger Menschen gedenken, des Lebens der Buddhas, *Bodhisattvas*, der großen Heiligen und Weisen, ja auch der großen Dichter, Künstler, Musiker, Wissenschaftler, ja auch gewöhnlicher Menschen, die wir kennen. Solcher Menschen, die während ihres Lebens hervorragende menschliche und spirituelle Qualitäten bewiesen haben oder noch beweisen. Wir lesen von ihrem Leben, wir bewundern sie. Wir lesen ihre Werke und erinnern uns an sie. Wir werden denken: „Was für ein wunderbares Vorbild, welch ein Heroismus“, oder „Welcher Adel – welche Selbst-Aufopferung – welche Stärke – welche Entschlusskraft – welche Reinheit – welch eine Liebe – welch ein Mitgefühl!“ Wir ziehen eine enorme Ermutigung, eine enorme Inspiration daraus. Wir denken: „Ist es nicht erstaunlich, dass hier in dieser schlechten Welt, in der man so viel Gemeinheit und Elend finden kann, zumindest von Zeit zu Zeit solche Menschen erscheinen?“ Man trifft sie, und fühlt sich ein bisschen erhoben. Ja man liest bloß etwas über sie und fühlt sich ebenfalls ein wenig erhoben. Man freut sich an der Tatsache, dass die Welt solche Menschen hervorzubringen vermag. Man freut sich an der Tatsache, dass gute, heilige und erleuchtete Menschen zu allen Zeiten und in allen Ländern gelebt haben und leben und den Rest der Menschheit auf so vielerlei Weise fördern und unterstützen – ob Heiliger oder Weiser, Lehrer oder Mystiker, ja sogar Wissenschaftler, Amtsinhaber oder einfacher Krankenpfleger; jeder, der in irgendeiner Weise dazu beiträgt, die Menschheit auf eine höhere, göttlichere Ebene zu heben. Das ist mit dem Lob des Guten gemeint: sich an den guten Eigenschaften von Menschen erfreuen. Es bedeutet nicht, die guten Eigenschaften, guten Taten, die gute Artung anderer Menschen miesmachen oder entlarven (was jetzt in Mode zu sein scheint), sondern sie wertschätzen und genießen und sich ihrer erfreuen.

Sechsten Bitten und Flehen. Das bedeutet, dass wir Menschen, die erleuchteter sind als wir selbst, bitten, uns zu lehren. Es bedeutet nicht, dass sie uns nur dann lehren, wenn wir sie fragen. Es bedeutet nicht, dass man sie anbetteln oder ihnen schmeicheln muss, damit sie uns lehren. Es sollte vielmehr unsere eigene Haltung innerer Bereitschaft und Aufnahmewilligkeit ausdrücken. Wir sagen sozusagen: „Ich bin offen, bitte lehre mich. Ich möchte empfangen, bitte gib.“ Wenn wir diese aufnahmebereite Haltung nicht haben, können wir nichts erreichen, schon gar nicht das *Bodhicitta*. Soviel also zur Bitte um Belehrung und Verweilen.

Siebtens und letztens die Abgabe von Verdiensten und die Selbsthingabe. Nach der buddhistischen Tradition erwirbt man mit jeder guten Tat, die man vollführt, ein gewisses Quantum an Verdienst, das einem auf dem Weg weiterhilft. Wenn man also die Zeremonie der Siebenfältigen Pūjā vollführt, wenn man von ganzem Herzen die Höchste Verehrung darbringt, wächst einem ein gewisses Quantum an Verdienst zu. Aber was macht man damit? Wenn man es schließlich erlangt hat, verschenkt man es. Man sagt: „Wie viel Verdienst auch immer ich durch diese Handlung erworben haben mag“ – ob es die Pūjā ist, eine Meditation, das Zuhören bei einer Lesung oder eine Geldspende an eine gemeinnützige Einrichtung – „dieser Verdienst soll Allen zugute kommen, nicht nur mir. Es soll nicht nur meiner eigenen, individuellen Befreiung dienen (nicht dazu, dass ich allein in den Himmel komme und die Anderen zurücklasse), sondern dem Wohle aller.“

Am Ende der Pūjā also beschließt man: „Das soll zum Wohle aller sein, nicht nur für mich.“ Wenn man diese Haltung auf eine höhere und immer höhere spirituelle Ebene überträgt, gelangt man natürlich zum *Bodhisattva*-Ideal; man sucht sogar die Erleuchtung nicht zum eigenen Wohl, sondern zum Wohle aller.

Das also ist die Höchste Verehrung, die Methode Śāntidevas, und ich wiederhole, dass sie nicht bloß eine Zeremonie ist. Sie ist auch nicht nur eine Reihe von spirituellen Übungen. In ihrem Wesen ist sie eine Folge von devotionalen und spirituellen Stimmungen und Erfahrungen. Das Vollziehen der äußerlichen Pūjā kann natürlich dazu beitragen, die entsprechenden religiösen Stimmungen und Erfahrungen herbeizuführen, und dass wir bis zu einem gewissen Grad verwandelt werden können, ist in diesen Stimmungen und Erfahrungen begründet. Wenn unsere Herzen mit erhabenen Gefühlen der Hingabe und Andacht erfüllt sind; wenn wir die Entfernung, die uns von dem Ideal trennt wirklich spüren; wenn wir wirklich entschlossen sind, uns der Verwirklichung des Ideals zu widmen; wenn wir wahrhaft die dunklere Seite unserer eigenen Natur sehen; wenn wir uns aufrichtig an den guten Taten anderer erfreuen; wenn wir wirklich empfänglich sind für höhere spirituelle Einflüsse; wenn wir wirklich wünschen, nichts für uns allein zurückzuhalten – dann kann in Abhängigkeit von diesen Zuständen des Geistes und des Bewusstseins, das *Bodhicitta* möglicherweise eines Tages entstehen. Das ist sozusagen der Boden, in dem die Saat des *Bodhicitta*, einmal gesät, aufgehen und wachsen kann.

Śāntidevas Methode ist eher devotional; Vasubandhus Methode ist eher „philosophisch“. Bei Vasubandhus Methode hängt das Entstehen des *Bodhicitta* von vier Faktoren ab. Lassen Sie mich kurz darstellen, welche das sind.

Ersten, sagt Vasubandhu, entsteht es in Abhängigkeit von der Erinnerung an die Buddhas. Man denkt an die Buddhas der Vergangenheit; man denkt an Śākyamuni, Gautama Buddha, und an seine großen Vorgänger in entfernten Weltaltern der prähistorischen Zeit (das, was Gelehrte als legendäre Zeiten bezeichnen würden: Dipankara, Kondañña, usw. (8) Und wenn man überlegt, mit den Worten des Sūtras: „Wie sie waren, so sind wir. Wie sie wurden, so können auch wir werden.“ Mit anderen Worten: Sie begannen als menschlich Wesen, genau wie wir. Sie begannen mit Schwächen und Fehlern, genau wie wir. Sie begannen mit allen möglichen Beschränkungen, genau wie wir. Doch dann: Was sie erreicht haben! Sie überwandern ihre Beschränkungen. Sie wurden Buddhas. Sie waren menschlich, wir sind menschlich; was sie erreichten, können auch wir erreichen – wenn wir uns nur genügend bemühen. Diese Art Überlegung wird Erinnerung an die Buddhas genannt, an ihrem Beispiel

entzündet sich die eigene Inspiration. Das ist einer der Faktoren für das Entstehen des *Bodhicitta*.

Zweitens das Wahrnehmen der Fehler im bedingten Sein. Bedingtes Sein ist im Buddhismus ein Fachausdruck für phänomenales Sein jeglicher Art: Physisches, Geistiges, sogar das, was wir im Westen „spirituell“ nennen mögen. Alles, was in Abhängigkeit von Ursachen und Bedingungen entsteht, wird Bedingtes Sein genannt. Es ist im Buddhismus, als einer spirituellen Tradition, ein Axiom, dass jedes bedingte Sein unbeständig ist. Es entsteht und vergeht, ob es eine Idee ist oder ein Weltreich. Es mag im winzigen Bruchteil einer Sekunde entstehen und vergehen, oder über einen Zeitraum von Millionen, ja Milliarden von Jahren, wie bei den großen Galaxien. Aber was auch immer entsteht, hört früher oder später auf zu sein. Also ist alles Bedingte unbeständig, vorübergehend, und daher auch, wie der Buddhismus sagt, leidvoll im Sine von: letztlich nicht befriedigend, letztlich nicht wirklich tief befriedigend, weil, wie groß die Befriedigung auch sein mag, etwas Unbeständiges keine dauernde Befriedigung zu geben vermag. Also entsteht früher oder später Schmerz; die Trennung kommt, der Abschiedsschmerz, und dann das Leiden. Alles Bestehende ist in gewisser Weise auch unreal: nicht im Sinne, dass es nicht existiert und nicht das ist – aber was wir für diesen bestimmten Gegenstand ansehen, ist nur die Oberfläche von etwas Tieferem. Er ist nicht in und durch sich selbst real. Er ist nur teilweise real, relativ real. Man sieht also, dass das bedingte Sein als Ganzes diese „Fehler“ hat, wie sie in der Fachsprache genannt werden: Es ist unbeständig, es ist durchsetzt von Unzulänglichkeit, und es ist letztlich nicht real. Man erfährt, dass nichts Bedingtes die tiefsten Sehnsüchte des menschlichen Herzens wirklich befriedigen kann. Das menschliche Herz begehrt immer nach etwas Beständigem über oder jenseits der vergehenden Zeit, etwas Seligmachendem, etwas dauerhaft Befriedigendem, dessen man nicht nach einer Weile überdrüssig wird, etwas schließlich, das gänzlich real und wahr ist. In dieser Weise sieht man die Fehler im bedingten Sein. Man dringt durch das Bedingte zum Unbedingten dahinter durch. Und auch in Abhängigkeit von diesem Faktor entsteht das *Bodhicitta*.

Der dritte Faktor, in Abhängigkeit von dem das *Bodhicitta* entsteht, ist die Beobachtung des Leidens fühlender Wesen. Und wieviel Leiden gibt es auf dieser Welt! Man braucht nur die Zeitung aufzuschlagen, um davon zu lesen. Leute, die gehängt, erschossen, hingerichtet, verbrannt werden. Leute, die auf alle möglichen qualvollen Weisen sterben, an allen möglichen schrecklichen Krankheiten, an Hunger, Mangel, Überschwemmung, Feuersbrunst. Jeden Tag, jede Stunde, jede Minute des Tages, auch jetzt, da wir hier so friedlich sitzen, müssen in anderen Teilen der Welt viele Menschen eines qualvollen Todes sterben. Viele Menschen müssen auf vielerlei schreckliche, grauenvolle, quälende Weisen leiden. Man braucht nicht allzu viel Einbildungskraft, um das zu erkennen, wenn man bloß an Vulkanausbrüche, Erdbeben, Flugzeugabstürze denkt, ganz zu schweigen von Krieg, ganz zu schweigen von plötzlichem Tod. Sogar, wenn man an etwas denkt, an das wir uns in unserer Abgestumpftheit zu sehr gewöhnt haben, an den Tod durch einen Verkehrsunfall – schon das ist schrecklich genug.

Also denkt man über die vielen Arten von Leiden nach, denen die menschliche Existenz unterworfen ist, denen das Fleisch selbst unterworfen zu sein scheint. Sogar das Bemühen, in der Welt voran zu kommen, „über die Runden zu kommen“, ein glückliches menschliches Leben zu führen, scheint manchmal wahrhaft schwierig zu sein. Man strebt und bemüht sich, um das Angemessene zu tun, das Richtige, das Anständige. Man versucht, den Kopf ein bisschen über dem Wasser zu halten. Man hat den Kopf gerade ein bisschen über den Wellen

und schwimmt sozusagen mit aller Kraft und schnappt nach Luft, und ...dann kommt ein Brecher und überrollt einen wieder. Man geht unter und vielleicht taucht man wieder auf, um alles noch einmal und wieder und wieder durchzumachen. Das ist das menschliche Leben.

Wenn man es also objektiv betrachtet, sieht man, dass das menschliche Leben oft und in vielerlei Weise eine qualvolle und elende Angelegenheit ist (wie ein englischer Philosoph sich ausdrückte: scheußlich, viehisch und kurz). Das ist zweifellos nur eine Seite der Medaille, aber eine, die wir oft nicht wahrnehmen. Und diese Sicht der Dinge sollte man im Kopf behalten. Und ich habe nur die Leiden von Menschen erwähnt, aber was ist mit den Tieren? Was ist mit all den Tieren, die wegen ihrer Felle gefangen werden, oder für den menschlichen Verzehr oder bloß aus Spaß, als Sport (so nennt man das) geschlachtet werden? – „Das Unaussprechliche auf der Jagd nach dem Unessbaren“, wie jemand über die Fuchsjagd bemerkte. Wenn man über diese Dinge nachdenkt, wie wahrnimmt, wenn man die Leiden fühlender Wesen „mitfühlt“, dann ist auch das, sagt Vasubandhu, ein Faktor, in Abhängigkeit von dem *Bodhicitta* entsteht.

Viertens und letztens haben wir den Faktor der Betrachtung der Verdienste der *Tathāgatas* (9) (*Tathāgatas* bedeutet: die Buddhas, die Erleuchteten.) Es gibt verschiedene Weisen, dies zu tun. Man kann sich die Verdienste – und mit „Verdienste“ sind hier nicht nur die ethischen, sondern auch die spirituellen Qualitäten gemeint – vor Augen führen, indem man das Leben des Buddhas, oder das Leben des Milarepas (10) liest, der ebenfalls ein Erleuchteter war. Oder man kann einfach eine Pūjā vor einem Bildnis vollführen, indem man vielleicht bloß davor sitzt, das Bildnis anschaut und dabei zu spüren versucht, was hinter dem Bildnis steckt, was es bedeutet, was es symbolisiert. Oder man kann, wie im tibetischen Buddhismus, die spirituellen Qualitäten der Buddhas durch Visualisierungs-Übungen betrachten, indem man ein lebendiges geistiges Abbild, eine Art archetypische Vision des Buddhas heraufbeschwört, oder eines *Bodhisattvas*, der ebenfalls die Höchste Erleuchtung symbolisiert. Was man bei diesen Praktiken tut – das Folgende ist natürlich drastisch vereinfacht – ist, die visualisierte Form immer lebendiger zu sehen, und dann nach und nach sich sozusagen mit ihr verschmolzen zu fühlen. Ob das der Buddha des Unendlichen Lichts ist, oder der Buddha des Ewigen Lebens, ob der rote oder der blaue Buddha, der *Bodhisattva* des Mitgefühls oder der Weisheit; man betrachtet ihn, man stellt sich ihn deutlich vor, man fühlt und sieht sich durch einen Lichtstrahl mit ihm verbunden, der heller und heller, kürzer und kürzer wird, bis man mit ihm verschmilzt. Das eigene Herz verschmilzt sozusagen mit dem Herzen des Buddhas, dem Herzen des *Bodhisattvas*, dem Herzen der Erleuchtung. In dieser Weise betrachtet man die Verdienste der *Tathāgatas*. Auch in Abhängigkeit von diesem Faktor entsteht das *Bodhicitta*.

Das ist Vasubandhus Methode. Das *Bodhicitta* entsteht hier in Abhängigkeit von der Erinnerung an die Buddhas, dem Wahrnehmen der Fehler im bedingten Sein, der Beobachtung des Leidens fühlender Wesen und der Betrachtung der Verdienste der *Tathāgatas*. Das *Bodhicitta* entsteht in Abhängigkeit von diesen vier Faktoren gleichzeitig. Und sicher ist es, auch ohne dass man sich zu sehr in die Details der Tradition vertieft, nicht sehr schwer zu verstehen, warum und wie das der Fall ist. Durch die Erinnerung an die Buddhas wird man überzeugt, dass Erleuchtung möglich ist. Sie haben sie erlangt, warum sollte man sie nicht selbst erlangen? So wird Energie und Kraft geweckt. Durch das Wahrnehmen der Fehler im bedingten Sein (wie unbeständig es ist, wie letztlich unbefriedigend, nicht eigentlich real) löst man sich vom bedingten Sein, es wird einem gleichgültig. Die Tendenz oder der Strom der eigenen Existenz richtet sich auf das

Unbedingte. Dann, durch die Beobachtung des Leidens fühlender Wesen – ob mit Hilfe der Einbildungskraft oder tatsächlich in der eigenen Umgebung – entsteht sicherlich Mitgefühl, Liebe, Sympathie. Wir denken nicht nur an unser eigenes Heil, wir wollen helfen. Dann, durch die Betrachtung der Verdienste der *Tathagatas* (ihre Reinheit, ihren Frieden, ihre Weisheit, ihre Liebe, ihre Erleuchtung, ihr Ewiges Leben, ihr Unendliches Licht) ähneln wir uns ihnen allmählich an und kommen dem Ziel näher.

Und wenn diese vier Faktoren sozusagen zusammenwachsen, wenn Energie und Loslösung und Mitgefühl und das Einswerden mit den Buddhas in unserem Herzen zusammenzuwachsen beginnen – dann entsteht das *Bodhicitta*, dann ist das „Erwachen des Herzens“ erreicht, dann ist ein *Bodhisattva* geboren.

Ende des Vortrags

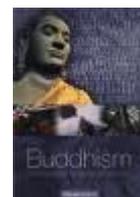
## Fragen

1. Was ist das Bodhicitta? Kannst du irgendwelche Entsprechungen dazu in deinem eigenen Leben oder dem Leben deiner Freunde erkennen?
2. Worin besteht der Unterschied zwischen dem ‘absoluten’ und dem ‘relativen’ Bodhicitta?
3. Ist Stromeintritt das Gleiche wie das Entstehen von Bodhicitta, oder gibt es einen Unterschied?
4. ... wenn wir uns (für die Meditation) genügend sorgfältig vorbereiten, dann können wir ganz beruhigt die Ergebnisse sich selbst überlassen. Was könnte dies für deine eigene spirituelle Praxis bedeuten?
5. Was fällt dir bei Śāntidevas Methode, Bodhicitta zu entwickeln, auf?
6. Wenn du über zwei der vier Faktoren von Vasubandhu nachdenkst, warum werden sie besonders als dem Entstehen von Bodhicitta dienlich angesehen?

## Anmerkungen

(2) Discourse on the Transcendentality of the Bodhicitta, zitiert in: D.T. Suzuki, *Outlines of Mahayana Buddhism*, Schocken, New York, pp. 297-9

(3) Siehe z.B. Edward Conze, *Buddhism: It's Essence and Development*,

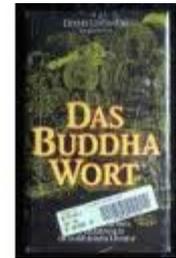
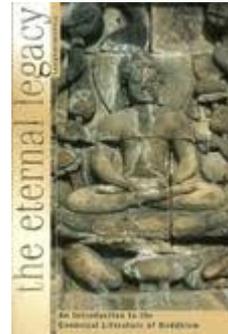


(4) Avalokiteśvara, „der Herr, der voller Mitgefühl herabblickt“, ist der archetypische Buddha des Mitgefühls. Besonders in diesem Sūtra, das die Vollendung der Weisheit darstellt, unterstreicht die Tatsache, dass Avalokiteśvara der Protagonist ist, die Identität von Weisheit und Mitgefühl.

(4a) *Samskṛta* (Pāli *sankhata*): wörtlich „zusammengesetzt“, „zubereitet“, „hergestellt“. Nach dem Abhidharma-System kann die Realität in *saṃskṛta* und *asaṃskṛta* dharmas unterteilt werden, wobei mit dharmas hier die konstituierenden Elemente der Realität gemeint sind.

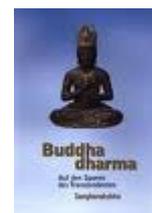
(5) The Eternal Legacy: an Introduction to the Canonical Literature of Buddhism, deutsch: Das Buddha Wort

(6) Für weitere Informationen über dieses Sūtra, vgl. The Eternal Legacy



(7) Die Zufluchtnahmen sind die traditionellen Formeln zum Ausdruck des vertrauensvollen Sich-Einlassens auf den Buddha, den Dharma und den Sangha. Die Vorsätze sind das „Trainings-Programm“ zur Enthaltung von „ungeschickten“ (unskilful) Handlungen. Die Anzahl der Vorsätze variiert. Bei Triratna sind die fünf und die zehn Vorsätze in Gebrauch. Zu den Themen Zufluchtnahme und Vorsätze und zu den „Anrufungen“ der Buddhas und Bodhisattvas vgl. das Triratna Puja-Heft.

(8) Nach der buddhistischen Tradition hat es in der Vergangenheit unzählige Buddhas gegeben, sowohl auf der Erde als auch in anderen Dimensionen des Weltraums. Im Pāli-Kanon sind 27 Buddhas erwähnt, die vor dem historischen Buddha, Gautama Śākyamuni, auf der Erde gelebt und gelehrt haben. Ein Buddha erscheint, nachdem jede Spur des Dharmas des vorherigen Buddha verschwunden ist. Für weitere Details siehe Sangharakshita, A Survey of Buddhism

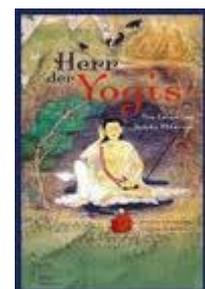
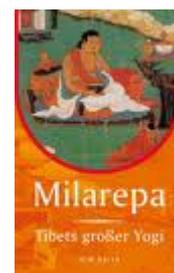


(9) Tathāgata ist ein üblicher Beiname für den Buddha – vielleicht in den Schriften üblicher als die Bezeichnung Buddha. Er wird verschieden aufgefasst: als „der so (d.h. ins Nirvāṇa) Gegangene“ oder als „der so (d.h. aus Mitgefühl in die Welt) Gekommene“.

(10) Zum Leben Buddhas siehe Bhikku Nanamoli, *The Life of the Buddha*, Buddhist Publication Society, Kandy 1987.



Zum Leben Milarepas siehe Lobsang P. Lhalungpa, *The Life of Milarepa*, Dutton, New York 1977. sowie mittlerweile in Deutsch erschienene Bücher.



## Modul „Das Bodhisattva-Ideal“

### 3. Kapitel: Das Bodhisattva-Gelübde

Beginn des Vortrags

Heute abend werden wir uns mit dem "Bodhisattva-Gelübde" beschäftigen. Das Bodhisattva-Gelübde ist einer der wichtigsten praktischen Aspekte der Mahāyāna-Tradition. In gewissem Sinne ist der heutige Vortrag eine direkte Fortsetzung von letzter Woche. Letzte Woche haben wir gesehen, dass das Bodhicitta zwei Aspekte hat. Erstens das absolute Bodhicitta: identisch mit der Erleuchtung, identisch mit der Wirklichkeit, über und jenseits von Raum und Zeit. Dann das relative Bodhicitta, das Bodhicitta, das im Strom der Zeit in Erscheinung tritt. Das relative Bodhicitta hat nun auch wiederum zwei Aspekte, die ihrer Reihenfolge nach als "Gelübdeaspekt" und "Verwirklichungsaspekt" bekannt sind. Der Verwirklichungsaspekt bezieht sich auf die "sechs pāramitās" oder sechs transzendenten Tugenden, deren Übung den Bodhisattva zur höchsten Erleuchtung führt. Die "sechs pāramitās" sind: Geben, Aufrichtigkeit, Geduld, Tatkraft, Meditation und Weisheit. Diese sechs transzendenten Tugenden werden in den nächsten drei Vorträgen behandelt. Heute abend beschäftigen wir uns mit dem ersten der beiden Aspekte des relativen Bodhicitta, mit dem Gelübdeaspekt.

Nun stellt sich hier natürlich die Frage, was das Mahāyāna unter dem Bodhisattva-Gelübde versteht. Das Wort im Sanskrit-Original ist praṇidhāna. Praṇidhāna bedeutet "Gelübde", "unerschütterlicher Entschluss", "Entschiedenheit", "Versprechen" und so weiter. Es wird als etwas sehr Feierliches und Außerordentliches verstanden, als etwas Öffentliches, nicht Privates und als etwas Unwiderrufliches - etwas, das niemals und unter keinen Umständen zurückgenommen werden kann, wenn es einmal gegeben wurde. Wir könnten das Bodhisattva-Gelübde auch als eine Art Versprechen bezeichnen, das der Bodhisattva zu Beginn seiner Laufbahn macht, wenn das Bodhicitta in ihm in Erscheinung tritt. Es ist ein Versprechen, das er dem ganzen Universum oder allen empfindenden Wesen macht. Dies ist die Bedeutung des Wortes praṇidhāna. Aber das hilft uns nicht sehr viel weiter, die wirkliche Bedeutung der Sache zu verstehen. Betrachten wir es also noch etwas genauer.

Wir haben letzte Woche gesehen, dass das Bodhicitta eine Art kosmischen Willen nach allumfassender Erlösung darstellt. Seine von entsprechenden Bedingungen abhängige Erscheinung im einzelnen Individuum kennen wir unter dem Ausdruck "Entstehen des Bodhicitta". Nun ist das Bodhicitta selbst, wie wir weiterhin festgestellt haben, nicht individuell sondern universell, es existiert nur ein Bodhicitta, an dem alle Bodhisattvas teilhaben. Aber dieses eine Bodhicitta, obwohl es "eins" ist, tritt in Individuen zutage. Es tritt in ihnen nicht nur zutage, sondern es drückt sich auch durch sie aus. Dieser Ausdruck des Bodhicitta durch die einzelne Person eben, dieser individuelle Ausdruck des Bodhicitta ist das "Bodhisattva-Gelübde". Das Gelübde kann daher als der konkrete, praktische Ausdruck des Bodhicitta im Leben und Handeln des einzelnen Bodhisattvas definiert werden. Dieser Ausdruck ist nicht einförmig, sondern vielgestaltig. Traditionell sprechen wir zwar tatsächlich vom Bodhisattva-Gelübde, aber dieses Gelübde besteht in Wirklichkeit aus einer ganzen Reihe von Gelüben. Allmählich sehen wir nun den Unterschied zwischen dem Bodhicitta auf der einen Seite und dem Bodhisattva-Gelübde auf der anderen. Es gibt ein Bodhicitta und verschiedene Bodhisattvas haben daran teil, aber die Gelübe sind individuell,

die Gelübde reflektieren die besonderen Neigungen und Fähigkeiten des Bodhisattvas im Rahmen des Bodhicitta und im größeren Rahmen des Bodhisattva-Ideals überhaupt.

Falls sich dies etwas unverständlich anhören sollte, hilft hier vielleicht ein Vergleich. Wir könnten sagen, dass der Bodhisattva wie ein Glasprisma ist. Das Bodhicitta ist wie reines, weißes Licht, das durch das Prisma scheint. Die Gelübde des Bodhisattvas sind wie die verschiedenen bunten Lichtstrahlen, die auf der anderen Seite des Prismas herauskommen. Wir haben es hier also mit drei Dingen zu tun: das Prisma, das für den Bodhisattva steht, das hinein scheinende reine weiße Licht für das Bodhicitta, und alle Farben des Regenbogens, die heraus scheinen, für das Bodhisattva-Gelübde.

Wir können diesen Vergleich sogar noch weiterführen. Wir können so weit gehen, zu sagen, dass das reine weiße Licht des Bodhicitta aus der Sonne des absoluten Bodhicitta strömt. Und wir können weiter sagen, dass dieses reine weiße Licht, dieses eine Bodhicitta, durch Hunderte und Tausende einzelner Prismen scheint. Während das Licht durch sie alle hindurch scheint, erzeugt jedes seine eigene besondere Kombination von Farben. Wir kennen natürlich nur die sieben Regenbogenfarben, aber es gibt Meditationstechniken, wo wir versuchen, Farben zu visualisieren, die wir noch nicht kennen. Wenn wir uns nun alle diese Prismen vorstellen, wie das weiße Licht durch sie hindurch scheint, und wie sie nicht nur die sieben Farben ausstrahlen, die wir kennen, sondern hunderttausende wunderschöne Farben, die wir nicht kennen, dann bekommen wir vielleicht eine gewisse Vorstellung davon, wie dieses eine Bodhicitta durch den Geist verschiedener Bodhisattvas scheint und all diese unzählbaren Kombinationen von Gelübden hervorbringt.

Wir sehen also, dass sowohl für Einheit als auch für Vielfalt gesorgt ist. Wir sehen, dass die Bodhisattvas alle an einem einzigen Bodhicitta teilhaben. Das ist die Quelle ihrer Einheit. Aber es manifestiert sich in ihnen auf ganz verschiedene Art und Weise. Jeder Bodhisattva bringt dieses Bodhicitta in seiner zum Ausdruck. Dieser individuelle Ausdruck in Form von Leben, Arbeit, Laufbahn und Handlungen ist das, was wir als Bodhisattva-Gelübde bezeichnen.

Normalerweise denken wir bei einem Gelübde an Worte, etwa wie bei einem Eid, den man vor Gericht leistet. Aber das Gelübde ist nicht nur eine mündliche Aussage. Der Bodhisattva sagt nicht einfach: "Ich werde dies tun und werde jenes tun." Das Gelübde drückt sich im Leben, der Arbeit und dem Handeln des Bodhisattvas aus. Um ein anderes Bild zu benutzen, könnten wir sagen, dass die Gelübde des Bodhisattvas wie Funken sind, die unter der ungeheuren Wirkung des Bodhicitta aus seinem ganzen Wesen geschlagen werden, nicht nur aus seinem Bewusstsein oder seinem Willen, sondern aus seinem ganzen Wesen.

Die Mahāyāna-Schriften erwähnen eine Reihe verschiedener Zusammenstellungen von Gelübden. Einige dieser Zusammenstellungen sind mit den Namen verschiedener großer Bodhisattvas verbunden. Es gibt zum Beispiel die berühmten achtundvierzig Gelübde des Bodhisattvas Dharmakara, der der Buddha Amitabha, der Buddha des unendlichen Lichts, wurde. Diese achtundvierzig Gelübde sind ausführlich im Großen Sukhāvāṭīvyūha-Sūtra aufgezählt. Sukhāvāṭīvyūha-Sūtra bedeutet Sūtra des Schmucks des Landes der Glückseligkeit. Das Daśabhūmika-Sūtra, das Sūtra über die zehn Stufen des Bodhisattva-Pfades, erwähnt wiederum zehn große Gelübde.

Diese zehn großen Gelübde werden wie folgt zusammengefasst:

1. für die Verehrung aller Buddhas ohne Ausnahme zu sorgen,
2. die religiöse Übung, die von allen Buddhas gelehrt wurde, aufrechtzuerhalten und die Lehre der Buddhas zu bewahren,
3. alle Ereignisse der irdischen Laufbahn eines Buddha zu sehen,
4. den Erleuchtungsgeist zu verwirklichen, die Pflichten eines Bodhisattva auszuüben, alle pāramitās zu erreichen und alle Stufen seiner Laufbahn zu läutern,
5. alle Wesen zur Reife zu bringen und sie mit dem Wissen des Buddhas vertraut zu machen, nämlich alle vier Gattungen von Wesen (1), die sich in den sechs Zuständen der Existenz befinden (2),
6. das ganze Universum zu durchdringen,
7. alle Buddhafelder zu läutern und zu reinigen (3),
8. den großen Pfad (des Mahāyāna) zu beschreiten und alle Bodhisattvas zu einem gemeinsamen Denken und gemeinsamen Ziel zu bringen,
9. alle Taten von Körper, Rede und Geist fruchtbar und erfolgreich zu machen,
10. höchste und vollkommene Erleuchtung zu erreichen und die Lehre zu verbreiten.

Alle diese zehn Gelübde aus dem Daśabhūmika Sūtra sind ganz offensichtlich verschiedene Gesichtspunkte des einen Entschlusses des Bodhisattvas, Erleuchtung zum Wohle aller empfindenden Wesen zu erlangen.

Diese Zusammenstellungen von achtundvierzig und von zehn Gelübden sind sehr bekannt, aber die berühmteste Zusammenstellung von Bodhisattva-Gelübden sind wohl die "Vier großen Gelübde". Diese "Vier großen Gelübde" des Bodhisattvas werden täglich überall im fernen Osten rezitiert: in China (zumindest wurden sie in China rezitiert - wie es jetzt ist, weiß man nicht genau), in Japan, Korea, der Mongolei, in Tibet, Vietnam und so weiter. Diese "Vier großen Gelübde" werden in der Regel wie folgt wiedergegeben:

1. Möge ich alle Wesen von Schwierigkeiten befreien,
2. Möge ich alle Verunreinigungen beseitigen,
3. Möge ich alle Dharmas meistern,
4. Möge ich alle Wesen zur Buddhaschaft führen.

Wir wollen nun versuchen, zumindest einige der Konsequenzen dieser Gelübde zu verstehen. Aber bevor wir dies tun, möchte ich noch eine Anmerkung machen. Ich habe beobachtet, dass diese "Vier großen Gelübde" täglich im ganzen fernen Osten rezitiert werden, was darauf hindeutet, dass jeder Bodhisattva dieselben vier Gelübde ablegt. Aber ganz so ist es doch nicht. Die "Vier großen Gelübde" fassen offensichtlich die spirituellen Bestrebungen vieler Menschen zusammen, aber man muss nicht unbedingt diese spezielle Zusammenstellung oder irgendeine andere übernehmen, auch wenn sie in den Schriften zu finden sind. Aus den Schriften geht ganz klar hervor, dass jeder einzelne Bodhisattva die Freiheit hat, im Einklang mit seinen oder ihren besonderen Bestrebungen seine oder ihre eigene Zusammenstellung von Gelübden zu formulieren - wenn er oder sie das möchte. Der hauptsächliche Gesichtspunkt dabei ist, dass die Gelübde von universeller Reichweite sein sollten. Dies ist das gemeinsame Merkmal all dieser Gelübde. Sie beziehen sich nicht auf gewöhnliche, unbedeutende oder naheliegende Ziele, sondern auf etwas Letztendliches, etwas weit Entferntes, etwas Universelles.

Kommen wir nun zu den "Vier großen Gelübden" selbst.

## *1. Möge ich alle Wesen von Schwierigkeiten befreien*

Sie sehen, dass der Bodhisattva klein anfängt. Mit Schwierigkeiten sind hier weltliche Schwierigkeiten gemeint. Es ist, als ob derjenige, der diese Gelübde formuliert hat, zu dem angehenden Bodhisattva sagte: "Denke im Moment noch nicht daran, den Menschen spirituell zu helfen, denn das ist wirklich sehr schwierig." Es ist wirklich sehr schwierig, anderen Menschen spirituell zu helfen, selbst wenn man wirklich befähigt ist, spirituelle Hilfe zu geben, wie es ja gelegentlich der Fall ist. Viele Menschen bitten tatsächlich um spirituelle Hilfe, aber selbst wenn jemand in der Lage ist, sie auch zu geben, können sie nur wenige wirklich annehmen und entsprechend handeln. Deshalb fängt der Bodhisattva eben klein an - weil jeder in einem gewissen Ausmaß anderen Menschen materielle, spürbare Hilfe und Unterstützung geben kann. Im Zusammenhang mit diesem speziellen Gelübde wird gesagt, dass der Bodhisattva oder der angehende Bodhisattva in den Angelegenheiten des täglichen Lebens mitfühlend und hilfsbereit sein soll. Der Bodhisattva sollte bei jeder Gelegenheit tun, was immer er oder sie tun kann, um zu helfen: freundlich, kooperativ und hilfsbereit sein und so weiter. Es ist nicht nötig, weiter ins Detail zu gehen, denn ich glaube, jeder versteht, welche Einstellung hier gemeint ist. Das einzige, was ich noch hinzufügen möchte, ist, dass, wenn man das Bodhisattva-Gelübde vom "Befreien aller Wesen von Schwierigkeiten" spricht, es so zu verstehen ist, dass mit "Wesen" nicht nur Menschen gemeint sind, sondern auch Tiere.

Wenn man das Bodhisattva-Gelübde ernst nimmt, sollte man sich nicht damit zufrieden geben, nur in den Angelegenheiten des täglichen Lebens hilfsbereit zu sein, so nützlich und notwendig dies auch ist. Man sollte bereit sein, noch etwas weiter zu gehen, sollte bereit sein, noch darüber hinaus zu gehen, um Menschen, die Schwierigkeiten haben, zu helfen. In diesem Zusammenhang möchte ich auf vier Gruppen von Menschen mit Schwierigkeiten hinweisen, denen wir heutzutage in besonderem Maße helfen können.

Erstens diejenigen, die heute beschönigend als "Senioren" bezeichnet werden, was ihnen das Leben allerdings auch nicht leichter macht. Sehr viele unserer Senioren müssen allein leben und verständlicherweise fühlen sie sich daher oft einsam oder vernachlässigt. Wir haben hier also eine ganze Gruppe von Menschen mit gewissen Problemen, die vielleicht nicht sehr schlimm oder akut sind, aber sicher sind diese Leute oft einsam, haben keine Freunde und fühlen sich vielleicht sehr vernachlässigt. Jemand, der das Bodhisattva-Gelübde ernst nimmt, könnte sehr gut versuchen, Kontakt mit einem, zwei oder drei alten Menschen in der Nachbarschaft aufzunehmen und freundliche, menschliche Beziehungen mit ihnen zu pflegen, das würde ihnen gewiss sehr gut tun.

Dann gibt es zweitens die Kranken. Nicht nur die, die ein paar Tage mit Grippe im Bett liegen, sondern vor allem, die lange Zeit im Krankenhaus bleiben müssen, manchmal mit sehr schweren, schmerzhaften Krankheiten. Es kommt häufig vor, dass selbst ihre nächsten Verwandten sie nach einer Weile allmählich vergessen. Sie denken: "Nun, ich kann nächste oder übernächste Woche hingehen. Schließlich ist der alte Soundso die ganze Zeit über da, er wird schon nicht weglaufen, ich kann irgendwann einmal hingehen und nach ihm sehen." Und was geschieht? Am Ende besuchen sie ihn überhaupt nicht mehr und die Wochen und Monate gehen dahin. Es kann der eigene Bruder oder die eigene Schwester sein, der eigene Vater oder die eigene Mutter, Tante oder Onkel, aber so merkwürdig es scheinen mag, oft gehen wir einfach nicht hin. Man könnte hier für diese Leute also sehr viel tun. Viele dieser Menschen im Krankenhaus, vor allem die schon eine längere Zeit dort sind, und insbesondere

die Alten, haben keine Verwandten oder Freunde, die zu Besuch kommen. Also gibt es auch hier etwas sehr Praktisches und Konkretes, das wir tun können.

Eine dritte Gruppe von Menschen sind Häftlinge. Vielleicht ist es uns nicht möglich, sie persönlich zu besuchen, aber zumindest können wir ihnen schreiben. Viele Gefangene sind dankbar, wenn ihnen Leute schreiben und helfen, mit der Außenwelt in Kontakt zu bleiben, ihnen das Gefühl vermitteln, dass sie in gewisser Weise immer noch zu dieser Welt gehören, in die die meisten von ihnen eines Tages zurückkehren müssen. Dies ist eine weitere Gruppe von Menschen in Schwierigkeiten, denen wir sehr leicht helfen können.

Und dann, viertens, möchte ich auf die Menschen mit psychischen Störungen hinweisen, die Neurotischen, psychisch Unausgeglichene und die von den verschiedensten seelischen Leiden Betroffenen. Viele davon mögen "Hilfe von Fachleuten" benötigen. Hier sollten wir sicher nicht versuchen, uns in einen Bereich zu wagen, für den wir nicht wirklich qualifiziert sind, obwohl ich gleichzeitig den Gedanken nicht los werde, dass die "Hilfe von Fachleuten" - nach allem, was man zum Beispiel über Schocktherapie in Krankenhäusern hört - die Dinge manchmal schlimmer anstatt besser macht. Tatsächlich würde ich aufgrund eigener Kontakte mit diesem Bereich sogar so weit gehen, zu sagen, dass es keine psychologische Lösung für psychische Probleme gibt. Auf lange Sicht gibt es nur eine spirituelle Lösung. Erst vor einigen Wochen habe ich - ich glaube im Evening Standard - einen Bericht gelesen, nach dem im Jahre 1967 in Großbritannien fünftausend junge Leute Selbstmord verübt haben. (Ich konnte diese Zahl nicht überprüfen, aber ich nehme an, dass sie mehr oder weniger richtig ist und hundert oder zweihundert mehr oder weniger würden die Sache auch nicht weniger erschreckend machen.) Wenn man ein wenig Vorstellungsvermögen hat und darüber nachdenkt, was bedeutet das dann? Es bedeutet, dass in diesem einen Jahr fünftausend junge Menschen, die eigentlich an der Schwelle ihres Lebens gestanden und vorwärts in die Zukunft geschaut haben sollten, von Problemen und Schwierigkeiten (hauptsächlich psychischen, könnte ich mir vorstellen) derart überwältigt wurden, dass sie keine Alternative mehr sahen als aufzugeben; mit anderen Worten, Selbstmord zu begehen. Eine Fallstudie kann also eine sehr interessante und aufschlußreiche Lektüre darstellen. Es wurde kein Hinweis darauf gegeben, was ihre Gründe gewesen sein könnten, aber offensichtlich standen die fünftausend jungen Menschen, die ihr Leben so beendet haben, unter enormem Druck. Und man kommt nicht umhin zu glauben, dass eine ganze Reihe von denen, die Selbstmord begangen haben, hätten gerettet werden können, wenn sie im richtigen Moment einen freundlichen Menschen bei sich gehabt hätten. Hier gibt es ein großes Betätigungsfeld. Hier ist eine ganze Gruppe von Menschen in Schwierigkeiten oder potentiell in Schwierigkeiten, denen geholfen werden kann - die psychisch Gestörten, vor allem die psychisch gestörten jungen Menschen.

Dies sind vier Gruppen von Menschen in Schwierigkeiten, die ich als sehr geeignet für die Hilfe des Bodhisattvas empfohlen habe, wenn er sein erstes großes Gelübde ernst nimmt: die Alten, die Kranken, die Häftlinge und die Menschen mit psychischen Störungen. Aber wir können auch noch weiter gehen. Wir können Flüchtlingen helfen, den Heimatlosen, den Hungernden, den Benachteiligten in allen Ländern der Welt. Diese Art Hilfe ist allerdings nur sehr schwer direkt zu leisten; nicht jeder kann einfach nach Afrika oder Indien aufbrechen und helfen. Wenn wir überhaupt helfen wollen, müssen wir das in der Regel indirekt über eine Wohlfahrtsorganisation tun, obwohl viele von uns ein nicht geringes Misstrauen gegenüber organisierter Wohltätigkeit empfinden. Man sieht, dass ein großer Anteil der gesammelten Spenden für organisatorische Ausgaben verbraucht wird, sodass nur ein kleiner

Teil davon die Menschen erreicht, für die das Geld gedacht war. Vielleicht ist daher persönliche Hilfe am besten.

In diesem Zusammenhang erinnere ich mich an eine Geschichte, die von einem unserer Freunde handelt. Er ist heute abend nicht hier, trotzdem kann ich diese kleine Geschichte über ihn erzählen. Unser Freund beschäftigte sich sehr viel mit den Beziehungen zwischen den Rassen. Er hatte das Gefühl, hier etwas tun zu müssen. Er war ein recht aktiver Mensch und konnte gut reden, und da er bereits in der Vergangenheit politisch engagiert war, dachte er daran, sich einer Organisation anzuschließen und vielleicht militante Aktionen zu machen. Aber dann meinte er: "Nein, dabei kommt wirklich nichts Gutes heraus. Wenn ich wirklich an die Harmonie zwischen verschiedenen Rassen glaube, sollte ich anfangen, sie selbst zu praktizieren." Da er nun gerade in seinem Haus ein Zimmer frei hatte, gab er eine Anzeige auf, dass er einen farbigen Studenten aufnehmen wollte. Nacheinander wohnten mehrere farbige Studenten bei ihm. Ich glaube, die meisten davon waren aus Amerika. Er sagte, dass es tatsächlich eine sehr interessante Erfahrung war, sich auf diese Leute einzustellen und wirklich zu lernen, in Harmonie, Freundschaft und Verständnis mit einem Menschen anderer Hautfarbe zusammenzuleben.

Ich glaube, solch eine Haltung sollten wir annehmen: nicht in entfernten Gegenden helfen zu wollen oder etwas in hohem Maße Organisiertes, Militantes oder Dramatisches zu tun, sondern innerhalb unserer unmittelbaren Lebenszusammenhänge Menschen persönlich und direkt zu helfen. Das ist also das erste große Gelübde des Bodhisattvas: möge ich alle Wesen von Schwierigkeiten befreien. Dies sind nur einige Möglichkeiten, mit denen mancher von uns einige andere Menschen von zumindest einem Teil ihrer Schwierigkeiten befreien kann. Diese Anmerkungen sind sicher nur als Anregungen und nicht als endgültig gedacht, es gibt so viel, was getan werden kann, wenn wir uns nur dazu entschließen können. Dies ist das erste, was der Bodhisattva in Angriff nimmt: Lebewesen in unmittelbaren, praktischen, materiellen Schwierigkeiten zu helfen. Auf dieser Stufe maß er sich nicht an, daran zu denken, ihnen in spiritueller Hinsicht zu helfen und sie zur Erleuchtung zu führen. Auf dieser Stufe denkt er: "Es ist genug, wenn ich ihnen in den Angelegenheiten des täglichen Lebens hilfreich beistehen kann."

## ***2. Möge ich alle Verunreinigungen beseitigen***

Hier stellen sich zwei Fragen. Erstens, was sind die Verunreinigungen und zweitens, wie sind sie zu beseitigen? Der Begriff "Verunreinigungen" umfasst alle negativen Emotionen,



psychischen Konditionierungen, Vorurteile, vorgefassten Meinungen oder, mit anderen Worten, alles, was uns an das Lebensrad bindet und es immer wieder in Drehung versetzt. Es gibt verschiedene traditionelle Aufzählungen dieser Verunreinigungen.

Zum Beispiel die Liste der "Drei unheilsamen Wurzeln": Gier, Hass und Verblendung. Sie werden auf dem tibetischen Lebensrad (4) durch den Hahn, die Schlange und das Schwein symbolisch dargestellt. Wenn wir dieses lebendig gemalte tibetische Lebensrad mit seinen Kreisen und Unterteilungen betrachten, sehen wir diese drei Tiere direkt im Zentrum, unmittelbar im Herzen des

Rades, des Rades unseres eigenen Lebens. Der Hahn steht für Gier, die Schlange für Hass und das Schwein für Verblendung.

Eine andere Aufzählung von Verunreinigungen ist die der "Fünf Nīvaraṇas". Nīvaraṇa (wörtlich: Bedeckung) wird in der Regel mit Hindernis übersetzt. Diese "Fünf Hindernisse" sind Gier, Hass, Unruhe und Besorgtheit, Müdigkeit und Trägheit sowie Unentschlossenheit. (5)

Die vielleicht brauchbarste Liste von Verunreinigungen ist die der "Fünf Gifte":

Abgelenktheit, Zorn, Gier, Selbstgefälligkeit und Verblendung.

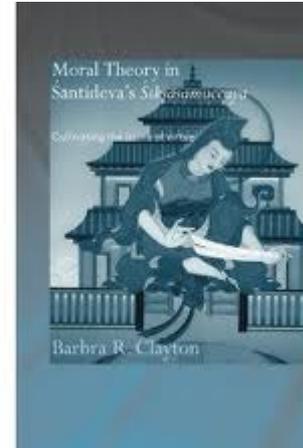
Da ich gerade beim Thema bin, fällt mir auf, dass das Wort "Gift" nicht zufällig benutzt wird. Die negativen Emotionen sind Gifte im wahrsten Sinne des Wortes. Wenn wir uns negativen Emotionen hingeben, vergiften wir unseren gesamten Organismus, und das nicht nur im übertragenen Sinne. Ich erinnere mich in diesem Zusammenhang an einige ziemlich erschreckende Experimente, die in den Vereinigten Staaten durchgeführt wurden. (Ich weiß nicht warum, aber all diese interessanten Experimente werden scheinbar in den Vereinigten Staaten durchgeführt und zwei oder drei Jahre später liest man davon im "Readers Digest".) Der Versuchsleiter versetzte im Labor einige Leute in Wut und stülpte dann eine Tüte über ihren Mund und ihre Nasenlöcher. Während sie ein- und ausatmeten, setzte sich ein dünner Belag an der Tüte ab. Als der Belag dick genug war, wurde er abgekratzt. Er war braun und erwies sich als tödliches Gift. So sind offensichtlich alle negativen Emotionen im wahrsten Sinne des Wortes giftig, und wenn wir uns ihnen hingeben, vergiften wir wirklich unseren Organismus. Vielleicht haben wir es selbst schon manchmal bemerkt, dass wir einen scharfen, stechenden Schmerz im Magen oder im Herzen verspüren, wenn wir von einem starken negativen Gefühl, vor allem Ärger oder Hass, überwältigt werden. Das ist das Gift, das sich in unsere Organe frisst. Es ist also kein Zufall, dass sich eben diese Aufzählung von Verunreinigungen auf die "Fünf Gifte" bezieht. Sie sind im wahrsten Sinne des Wortes giftig. Wann immer wir Abgelenktheit, Zorn, Gier, Selbstgefälligkeit und Verblendung nachgeben, vergiften wir uns selbst.

Die Verunreinigungen können auf verschiedene Art beseitigt werden, aber am besten ist es, sie an der Wurzel zu packen. Der Buddha gibt dazu eine Erläuterung. Er sagt: "Angenommen es gibt eine Räuberbande im Königreich, was tut der König, um sie unschädlich zu machen? Er findet ihr Versteck und zerstört es, dann können die Räuber nicht länger ihr Unwesen treiben." Ähnlich ist es mit den Verunreinigungen, man muss ihr Versteck finden, man muss ihnen zu Leibe rücken und sie mit der Wurzel herausreißen. Ihre Wurzel befindet sich natürlich im Geist. Dort müssen sie beseitigt werden. Man tut dies durch Meditation. Meditation hilft, die Verunreinigungen zu beseitigen.

Wie einige von Ihnen wissen, gibt es in der buddhistischen Tradition fünf grundlegende Meditationstechniken. Jede davon ist ein Gegenmittel für eins der fünf Gifte. Als erstes haben wir das Gift der Abgelenktheit oder der Neigung des Geistes, von einem Gegenstand zum anderen zu springen. Wir sagen, dass Leute "flatterhaft" sind, womit gemeint ist, dass sie nicht einmal für kurze Zeit bei einer Sache bleiben können. Nach T. S. Eliots berühmtem Satz ist man durch "Ablenkung von Ablenkung abgelenkt." Darin ist das moderne Leben zusammengefasst. Es ist ein ständiger Prozess, jeden Tag, jede Woche durch "Ablenkung von Ablenkung abgelenkt" zu sein. Das Gegenmittel dafür, zumindest was den Geisteszustand betrifft, ist die Vergewenwärtigung des Atems. Ich glaube nicht, dass es nötig ist, diese Übung zu beschreiben - sie ist den meisten von uns vertraut, weil sie bei Triratna überall unterrichtet

und geübt wird (6). Einspitzige Konzentration auf den Verlauf des Atems ist das Gegenmittel für all unsere Abgelenktheit.

Das zweite der "fünf Gifte" ist Zorn. Dies ist, wie man sagt, die Verunreinigung, die einem Bodhisattva am wenigsten gemäß ist: Man kann seiner Gier nachgeben, stehlen oder lügen, und im Grunde seines Herzens immer noch ein Bodhisattva sein. Aber wenn man wirklich in Wut gerät, dann ist alle Bodhisattvaschaft dahin, und man muss wieder ganz von vorn anfangen, denn Zorn steht im direkten Gegensatz zu Mitgefühl. In einem der Teile, die im Siksasamuccaya (7) angeführt werden, heißt es sinngemäß: "Da versprichst Du, alle Wesen zu befreien und freundlich und voll Mitgefühl zu ihnen zu sein - und was machst Du? Du gerätst einem der Wesen gegenüber in Wut! Mit Deinem Bodhisattva-Ideal und Deinem Bodhisattva-Gelübde kann es wirklich nicht weit her sein." Der Bodhisattva sollte daher um jeden Preis Zorn vermeiden. Das Gegenmittel für Zorn ist wiederum ganz einfach. Es ist die Mettā bhāvanā, die Entwicklung allumfassender, liebevoller Güte - diese schöne Übung, die so viele von uns extrem schwierig finden. Aber obwohl sie schwierig ist, sind wir damit vertraut, da wir auch sie in unserem Meditationsunterricht üben. Und viele wissen aus eigener Erfahrung, dass die negative Emotion Zorn durch eben diese Übung, durch die bewusste, achtsame Entwicklung von Liebe und Wohlwollen für alle Lebewesen aufgelöst werden kann. So entfernt man das Gift des Zorns durch die Entwicklung allumfassender, liebevoller Güte.



Als Drittes kommen wir zur Gier. Dies ist in gewissem Sinne das Gift par excellence. Es handelt sich hier nicht einfach um Verlangen, sondern wir können es als "neurotisches Verlangen" bezeichnen. Nehmen wir, ohne philosophisch zu sein, zum Beispiel Essen - einfach gewöhnliches Essen. Wir alle haben ein Verlangen nach Essen und genießen es. Das ist ganz normal und gesund. Aber das Verlangen nach Essen wird neurotisch, wenn wir versuchen, Essen als Ersatzbefriedigung für andere geistige oder emotionale Bedürfnisse zu benutzen. Erst gestern abend las ich den Bericht eines Journalisten für Mädchenzeitschriften: Viele Leserinnen schrieben an die Zeitschrift, dass sie einen unkontrollierbaren Drang fühlten, Süßigkeiten zu essen, wenn sie emotionale Probleme hätten. Das ist ein neurotisches Verlangen. Mit anderen Worten, es ist Gier.

Wie wir nur allzu leicht sehen können, ist Gier ein ziemlich großes Problem, vor allem in der heutigen Zeit. Es gibt eine riesige Industrie, die keine andere Funktion hat als unsere Gier zu stimulieren. Das ist natürlich die Werbebranche. Sie hat die Funktion, uns einzureden - ob wir es nun merken oder nicht - dass wir dieses und jenes haben "müssen". In der Tat könnte man sagen, dass die Tätigkeit in der Werbung zu den unethischsten Berufen überhaupt gehört. Gier kann durch verschiedene Übungen beseitigt werden. Ich erwähne nur einige davon. (An der Zahl der Gegenmittel wird sichtbar, wie groß das Problem ist.) Ich muss Sie im voraus warnen, da einige der Gegenmittel ziemlich drastisch sind. Zum Beispiel die Kontemplation der zehn Zerfallsstadien einer Leiche. Das ist in manchen buddhistischen Ländern immer noch eine ziemlich verbreitete Übung. Sie soll besonders gut als Mittel gegen sexuelle Gier geeignet sein, oder anders ausgedrückt, gegen neurotisches sexuelles Verlangen. Ich werde die Stadien nicht im Einzelnen beschreiben, das könnte für einige von Ihnen ein wenig zu viel sein.

Für die, denen das zu viel ist, gibt es eine mildere Version dieser Übung, nämlich auf einem Verbrennungsplatz zu meditieren. Wie Sie vielleicht wissen, werden in Indien die Toten in der Regel nicht begraben, sondern verbrannt, und dafür gibt es einen besonderen Ort, der als Verbrennungsplatz bezeichnet wird und sich sehr häufig am Ufer eines Flusses befindet. Es wird nun empfohlen, nachts allein dort hinzugehen und zu meditieren. Ich kann Ihnen versichern, dass diese Verbrennungsplätze keine sehr angenehmen Orte sind, zumindest nicht tagsüber. Stücke von verkohlten Knochen und Kleidern liegen herum, und meistens riecht es stark nach brennendem Menschenfleisch. Aber dort zu meditieren kann eine sehr nützliche und interessante, und ich würde sogar sagen, anregende Übung sein.

Ich habe dies selbst vor vielen Jahren einmal am Ufer des Ganges nicht weit von Lucknow gemacht. Dort wurde ein schöner Uferstreifen mit weißem Sand als Verbrennungsplatz benutzt. Es war in einer Vollmondnacht. Alles war in ein silbriges Licht getaucht und man konnte gerade die niedrigen Hügel hier und da auf dem Sand erkennen, wo Verbrennungen stattgefunden hatten. Kleine Stücke von Knochen und Schädeln lagen verstreut herum. Es war sehr ruhig und friedlich, und man hatte wirklich das Gefühl, weit weg von der Welt zu sein. Die Erfahrung hatte überhaupt nichts Deprimierendes, sie war einfach nur anregend. Man hatte, wie gesagt, das Gefühl, weit weg von allem zu sein, fast so, als ob die eigene Verbrennung bereits stattgefunden hätte. Es ist in diesem Zusammenhang interessant, dass ein Hindu, wenn er ein orthodoxer Sannyasin wird, seine eigene Bestattungsfeier und die Handlungsabläufe, die zu seiner Verbrennung gehören, vollzieht. Dem liegt die Vorstellung zugrunde, dass man, wenn man Sannyasin wird und die Welt aufgibt, im bürgerlichen Sinne tot ist, und was die Welt betrifft, nicht länger existiert. Das ist das letzte, was der Sannyasin tut, bevor er seine gelbe Robe anlegt. Diese Verbindung von Tod und der Beseitigung aller weltlichen Gier gibt die gleiche Vorstellung wieder.

Wem selbst ein gelegentlicher Besuch auf dem Friedhof zu viel ist (und für eine ganze Menge Leute kann das zu viel sein), und man eine noch mildere Form dieser Übung möchte, kann man einfach über den Tod meditieren: dass der Tod unausweichlich ist, dass er zu gegebener Zeit zu jedem kommt und dass ihm niemand entgehen kann. Da er nun einmal kommen wird - warum nicht den bestmöglichen Gebrauch von unserem Leben machen? Warum unser Leben unwürdigen Zielen widmen? Warum sich elender Gier hingeben, die auf lange Sicht keine Befriedigung und kein Glück bringt? Auf diese Weise meditiert man über den Tod. Das ist ein Mittel gegen Gier ganz allgemein - sei es nach Besitz, Erfolg oder Vergnügen.

Man kann auch über die Vergänglichkeit meditieren: dass nichts bestehen bleibt (sei es das Sonnensystem oder der eigene Atem). Von einem Augenblick zum anderen ändert sich alles. Man erinnert sich daran, dass alles vergeht wie Wolken, die am Himmel entlang ziehen. Diese Meditation hat vergleichbare Auswirkungen wie die anderen Übungen, die ich erwähnt habe. Man kann sich nicht sehr fest an Dinge klammern, wenn man weiß, dass man sie früher oder später aufgeben muss.

Es gibt noch eine andere Übung. Sie besteht in der "Kontemplation über die Ekelhaftigkeit des Essens". Ich gehe auch bei dieser Übung nicht in die Details, da sie ziemlich unangenehm sind, was auch beabsichtigt ist. Aber es ist eine sehr gute Übung für junge Damen mit einer neurotischen Sucht nach Süßigkeiten.

Von den verschiedenen Gegenmitteln für Gier sollte man sich die Übung aussuchen, die man

persönlich benötigt. Wenn man das Gefühl hat, dass die Gier sehr stark ist und einen völlig in der Gewalt hat, dann muß man eben wirklich die Zähne zusammenbeißen und zum Verbrennungsplatz gehen. Und wenn man dort eine Leiche findet oder etwas, was an den Tod erinnert - selbst wenn es nur ein oder zwei Knochen sind - sollte man über den Tod nachdenken. Manche Menschen machen sich mit dieser Vorstellung vertraut, indem sie Schädel und Knochen bei sich aufstellen.

Wovor sollte man denn auch Angst haben? In meiner Wohnung in Highgate 8 habe ich einen blank polierten alten Schädelbecher. Eines Tages kam eine Dame zum Tee und fragte nach meinen tibetischen Sachen. Sie sagte, dass sie alles liebte, was aus Tibet kommt, und ich erwiderte: "Möchten Sie das auch sehen?" und gab ihr den Becher in die Hand. Sie ließ ihn beinahe fallen wie ein Stück glühender Kohle und sagte: "Oh, aber das ist ja ein Totenschädel!" Ich entgegnete: "Ja natürlich, die Tibeter benutzen sie immer." Die Tibeter haben sehr viel für solche Dinge übrig. Sie mögen alles, was aus menschlichen Knochen oder Schädeln gemacht ist. Sie mögen Gebetsketten aus Stückchen menschlicher Knochen, sie mögen Schenkelknochentrompeten und Schädelbecher. Das kommt daher, dass sie eine ganz natürliche, dem gesunden Menschenverstand entsprechende Auffassung vom Tod haben. Für sie liegt darin nichts Morbides oder Makabres, wie für uns. Wir sind falsch erzogen worden. Wir sind in der christlichen Tradition erzogen worden, in der es uns bei dem Wort "Tod" kalt den Rücken herunterläuft. Aber das ist nicht die buddhistische Sichtweise. Der Tod ist genauso natürlich wie das Leben. In diesem Zusammenhang erwähne ich oft den schönen Satz des großen, modernen bengalischen Dichters Tagore (9) : "Ich weiß, dass ich den Tod lieben werde, weil ich das Leben geliebt habe." Er sieht Leben und Tod als die zwei Seiten einer Sache, daher wird man den Tod lieben, wenn man das Leben geliebt hat. Das ist paradox, aber es ist wahr.



Nun wird es Zeit, zum vierten Gift zu kommen, nämlich zur Selbstgefälligkeit. Der ursprüngliche Begriff wird manchmal mit "Stolz" übersetzt, aber ich glaube "Selbstgefälligkeit" ist passender. Wir alle kennen Selbstgefälligkeit aus eigener Erfahrung, und ich muss nicht viel darüber sagen. Selbstgefälligkeit lässt sich beschreiben als sich selbst getrennt von Anderen zu erfahren - nicht nur getrennt, sondern isoliert - nicht nur isoliert, sondern überlegen.

Das Gegenmittel zum Gift der Selbstgefälligkeit ist die Meditation über die sechs Elemente. Die sechs Elemente sind Erde, Wasser, Feuer, Luft, Äther oder Raum (ākāśa in Sanskrit) und Bewusstsein. Sie werden durch verschiedenen geometrische Formen dargestellt, die zusammen einen Stūpa bilden. Erde wird durch einen Würfel dargestellt, der das Fundament des Stūpa bildet, Wasser durch eine Kugel, die auf dem Würfel ruht, Feuer durch einen Kegel auf der Kugel, Luft durch eine umgedrehte Schale (als Symbol für das Firmament), Äther durch eine Flamme in dieser Schale, und Bewusstsein durch den Raum, in dem sich dies alles befindet. Der Stūpa ist von großer symbolischer Bedeutung. Die Formen stellen die nach ihrer Subtilität geordneten Elemente dar - unten das gröbste und oben das feinste.

Wie macht man nun diese Meditation? Zuerst meditiert man über Erde. Man überlegt: "In meinem Körper befindet sich das feste Element, Erde, in Form von Fleisch, Knochen und so weiter. Und wo kommt es her? Es kommt vom Erdelement im Universum. Wenn ich sterbe, was geschieht dann? Mein Fleisch, meine Knochen und so weiter verfallen und gehen zurück

zum Erdelement im Universum: "Asche zu Asche, Staub zu Staub". Auf diese Weise denkt man darüber nach. Dies ist allerdings nur ein Überblick über die Meditation, die in Wirklichkeit sehr viel ausführlicher ist.

Dann denkt man über das Wasserelement in seinem Körper nach: „In mir sind Blut, Schweiß, Tränen und so weiter. Das ist das Wasserelement. Woher kommt dieses Wasserelement in mir? Es ist nicht meines, es gehört mir nicht wirklich. Es stammt aus dem Wasser um mich herum, vom Regen, von den Meeren, von den Flüssen. Eines Tages muss ich es zurückgeben. Eines Tages fließt das flüssige Element in mir in das flüssige Element im Universum zurück.“

Dann meditiert man über das Element Feuer, das noch subtiler ist. Man überlegt: "In mir ist Hitze, ist Wärme. Wo kommt sie her? Was ist die große Wärmequelle für das ganze Sonnensystem? Es ist die Sonne. Ohne die Sonne wäre das gesamte Sonnensystem kalt und dunkel. Also kommt die Wärme in mir aus dieser Quelle. Und wenn ich sterbe, was geschieht dann? Die Wärme, die mit als letztes den Körper verlässt, zieht sich aus meinen Gliedern zurück, und zuletzt gibt es nur noch eine kleine warme Stelle oben auf dem Kopf. Wenn diese verschwindet bin ich tot. Das Wärmeelement in mir wird dann zum Hitze- und Lichtvorrat des ganzen Universums zurückgekehrt sein." So meditiert man über das Element Feuer und denkt darüber nach, dass auch dieses nur für eine Weile ausgeliehen ist und dann zurückgegeben werden muss.

Dann denkt man an Luft: "Was ist das Luftelement in mir? Es ist die Luft in meinen Lungen: Jeden Augenblick nehme ich sie auf und gebe sie zurück. Sie gehört mir nicht wirklich. Keines der Elemente gehört mir, aber im Fall des Atems habe ich die Luft nur für wenige Momente. Eines Tages werde ich einatmen und ausatmen, einatmen und ausatmen... und dann nicht mehr einatmen. Ich werde meinen Atem endgültig zurückgegeben haben. Ich werde tot sein. Mein Atem wird mir dann nicht mehr gehören, und deshalb gehört er mir schon jetzt nicht wirklich.“

Dann meditiert man über Äther und Raum. Man überlegt: "Mein Körper nimmt einen bestimmten Raum ein. Aber wenn dieser Körper zerfällt, was wird dann aus dem begrenzten Raum, den er früher eingenommen hatte? Er geht in dem ihn umgebenden unendlichen Raum auf, mit anderen Worten, er verschwindet."

Und dann, was ist mit dem Bewusstsein? Man überlegt: "Zur Zeit ist mein Bewusstsein mit dem Körper und dem Raum, den dieser Körper einnimmt, verbunden. Wenn der Körper nicht mehr existiert, und der Raum, den er einnahm, im unendlichen Raum aufgeht, was wird dann aus diesem begrenzten Bewusstsein? Es wird unbegrenzt. Es wird frei. Wenn ich körperlich sterbe, erfahre ich einen Moment lang dieses unbegrenzte Bewusstsein. Wenn ich spirituell "sterbe", transzendiert mein Bewusstsein am Ende jede Begrenzung, und ich erfahre vollkommene Freiheit." So meditiert man über das Bewusstsein.

Dies ist nur eine Zusammenfassung, doch sie vermittelt Ihnen vielleicht eine Vorstellung davon, wie man über die sechs Elemente Erde, Wasser, Feuer, Luft, Äther und Bewusstsein meditiert. Mit dieser Meditation wendet man das Gegenmittel für das Gift der Selbstgefälligkeit an. Fortschreitend löst man sich vom materiellen Körper, der aus den groben Elementen besteht, vom Raum, den dieser Körper einnimmt und von dem begrenzten Bewusstsein, das mit Körper und Raum verbunden ist. So wird man absolut frei: man wird erleuchtet.

Wie Sie wahrscheinlich bemerkt haben, ist die Meditation über die sechs Elemente eine sehr wichtige Übung. Sie kommt sehr anschaulich im Stūpa zum Ausdruck, der aus fünf übereinander liegenden geometrischen Formen besteht. Es gibt Varianten der Übung. Man kann die Formen farbig visualisieren. Der Würfel oder das Quadrat ist dann gelb, die Kugel weiß oder blau und so weiter. So kann man die Übung variieren und sie leichter und vielleicht auch angenehmer machen.



Das fünfte Gift ist Verblendung. Hier ist spirituelle Verblendung gemeint, das Nichtgewahrsein der Wirklichkeit - in gewissem Sinne die grundlegende Verunreinigung. Das Gegenmittel dafür ist die Meditation über die "Verbindungsglieder" (Nidānas) des bedingten Entstehens. Davon gibt es 24, zwölf weltliche, die zur zyklischen Existenzweise gehören, und zwölf spirituelle, die zum Spiralpfad gehören. Während die ersten zwölf das Lebensrad symbolisieren, stellen die anderen zwölf die Stufen des Pfades dar. Die einen entsprechen dem kreativen Geist, die anderen dem reaktiven. Wir haben heute abend keine Zeit, das alles im Detail zu beschreiben. Das ist ein Thema für mehrere Vorträge und ich habe ja auch schon oft darüber gesprochen. (10)

Dies sind die fünf grundlegenden Meditationen: Die Vergegenwärtigung des Atems als Gegenmittel für das Gift der Abgelenktheit, die Entwicklung universeller liebender Freundlichkeit als Gegenmittel für das Gift des Zorns, verschiedene Meditationsformen über Vergänglichkeit, Tod, Unreinheit und so weiter - allesamt Gegenmittel für das Gift der Gier, die Meditation über die sechs Elemente als Gegenmittel für Selbstgefälligkeit, und die Meditation über die Nidānas als das Gegenmittel für spirituelle Verblendung. Mit Hilfe dieser fünf grundlegenden Meditationen beseitigt der Bodhisattva die Verunreinigungen und erfüllt so das zweite seiner "vier großen Gelübde".

### ***3. Möge ich alle Dharmas meistern***

Ich werde dieses und das darauf folgende Gelübde nicht so ausführlich behandeln wie die ersten beiden. Mit Dharmas sind hier in erster Linie die Lehren des Buddhas gemeint, wie sie in den Schriften des Hīnayāna und Mahāyāna enthalten sind, wie auch die Lehren sämtlicher buddhistischer Schulen. Der Bodhisattva gehört nicht einer bestimmten Schule an. Er gehört nicht einmal dem Mahāyāna im Gegensatz zu einem anderen yāna an. Er studiert und meistert die Dharmas aller yānas - aller Schulen, aller Sekten und aller Traditionen. Nicht nur das: der Bodhisattva, heißt es, soll auch die nichtbuddhistischen religiösen und philosophischen Systeme meistern.

Einige Schriften gehen sogar so weit zu sagen, dass der Bodhisattva weltliche Künste und Wissenschaften studieren soll, insbesondere Rhetorik und Prosodie, die im indischen Mittelalter sehr beliebt waren. Es heißt, dass er diese Fächer studieren soll, weil dies seine Kommunikationsfähigkeit verbessert. Er kann seine Botschaft wirkungsvoller vermitteln, wenn ihm diese Künste und Wissenschaften zur Verfügung stehen. Manche Sūtras sagen

sogar, dass der Bodhisattva verschiedene Handwerke, wie z.B. das Töpfern, meistern sollte. Dadurch, dass er dann das Vokabular und die Anschauungen in diesen Handwerken kennt, wird er vielfältige neue Bezugspunkte haben, mit deren Hilfe er die Lehren dann mehr und mehr Menschen vermitteln kann. Mit anderen Worten wird er "ihre Sprache" sprechen können. Dadurch, dass er die Sprache sowohl im wörtlichen als auch im übertragenen Sinne kennt, die sie normalerweise benutzen, ist er in der Lage, seine Einstellungen, Ideale und Bestrebungen wirkungsvoller zum Ausdruck zu bringen. Dies ist also das dritte große Gelübde des Bodhisattvas: alle Dharmas zu meistern; die buddhistischen Lehren, die Lehren nichtbuddhistischer Schulen und sogar alle humanistischen Fächer.

#### **4. Möge ich alle Wesen zur Buddhaschaft führen**

Natürlich ist das das letztendliche Ziel. Dies tut der Bodhisattva durch Lehren, durch sein Beispiel, und auch durch die stille Mitteilung seines Einflusses. Dies sind die "Vier großen Gelübde":

1. Möge ich alle Wesen von Schwierigkeiten befreien.
2. Möge ich alle Verunreinigungen beseitigen.
3. Möge ich alle Dharmas meistern.
4. Möge ich alle Wesen zur Buddhaschaft führen.

Vielleicht sind wir nun in der Lage, zumindest ein wenig davon zu verstehen, was diese "Vier großen Gelübde" beinhalten, die täglich in allen Zentren des Mahāyāna-Buddhismus rezitiert werden. Zusammen bilden sie das Herz des Mahāyāna und sogar das Herz des Buddhismus überhaupt. Zusammen bilden sie das Bodhisattva-Gelübde, den konkreten, praktischen Ausdruck des Bodhicitta im Leben und Handeln des einzelnen individuellen Bodhisattvas und die Grundlage seiner gesamten weiteren Laufbahn.

Ende des Vortrags

### **Fragen**

1. Was ist ein Gelübde (*engl. vow*) und worin besteht der Wert oder Nutzen ein Gelübde abzulegen? Welche Erfahrungen hast du damit gemacht?
2. Darf man das Bodhisattva-Gelübde wörtlich nehmen? Wie würdest du jemand anderem deinen Standpunkt dazu darlegen?
3. Sangharakshita spricht darüber, wie man anderen in praktischer Weise helfen kann. Was könntest du tun, um anderen zu helfen?
4. 'Tatsächlich würde ich aufgrund eigener Kontakte mit diesem Bereich sogar so weit gehen, zu sagen, dass es keine psychologische Lösung für psychische Probleme gibt. Auf lange Sicht gibt es nur eine spirituelle Lösung.' Welche Implikationen hat diese Aussage?
5. Wie passen die meditativen Gegenmittel zu den fünf Giften zu Sangharakshitas Meditationsystem (wie es im vierten Teil, zweite Woche des Grundlagenkurses dargestellt wurde)?

6. Die Sechs-Elemente-Praxis wird als Gegenmittel für Dünkel oder Eingebildetheit betrachtet. Gibt es etwas bei deiner eigenen spirituellen Praxis, das eine ähnliche Wirkung hat?
7. Das dritte große Gelübde des Bodhisattvas ist 'Möge ich alle Dharmas meistern.' Was bedeutet das?



## Glossar

**Karma** (Pāli kamma): wörtlich "Handlung". Obwohl der Begriff im "buddhistischen Deutsch" meist in der angewandten Bedeutung von "Prinzip, das das Verhältnis von absichtlichem Handeln und seiner erfahrenen Auswirkung beherrscht" gebraucht wird. Mit Handlung ist also jede Art gewollten Verhaltens gemeint. Dies schließt Sprache und sogar absichtliche Gedanken ein. Nach dem Prinzip des Karma haben alle beabsichtigten Handlungen Folgen (karma-vipaka, wörtlich "die Frucht des Handelns"), die vom Handelnden erfahren werden. Die Art der Auswirkung ist von der Art der Handlung bestimmt. Demzufolge führen Handlungen aus geschickten (d. h. positiven und gesunden) Beweggründen zu Konsequenzen, die angenehm für den Handelnden sind und umgekehrt. Dieses Prinzip bestimmt die Art von Erfahrungen, die jemand macht, wie auch seine zukünftige Wiedergeburt. Obwohl alles Handeln Folgen hat, sind nicht alle Erfahrungen das Ergebnis früherer Handlungen. Karma ist nur eine von verschiedenen Arten der Beziehung zwischen Ursache und Wirkung. Das Abhidharma unterscheidet fünf Ebenen von Bedingtheit: die physikalische, biologische, psychologische, karmische (auf Wollen beruhende) und die dharmische Ebene. Eine bestimmte Erfahrung kann durch die Wirkung von Kräften hervorgerufen werden, die zu einer anderen Ebene als der karmischen gehören. Deshalb ist es nicht leicht zu entscheiden, wann eine bestimmte Wirkung durch Karma hervorgebracht wurde. Karmas sind von unterschiedlicher Art und Stärke. Manche haben eine stärkere verursachende Kraft als andere, und manche brauchen länger, um zu einer Wirkung heranzureifen. Einige Karmas heben andere auf. Daher ist es sehr schwer festzustellen, ob eine bestimmte Wirkung Ergebnis einer bestimmten Handlung ist. Eher ist es die allgemeine Tendenz des Verhaltens, die aus vielen Handlungen besteht, die die Erfahrungen hervorruft, die wir machen. Das Verständnis des Prinzips von Karma ist grundlegend für die buddhistische Ethik, und es liegt wirklich dem spirituellen Leben überhaupt zugrunde, da es sicherstellt, dass aufrichtige Bemühungen zu unserer Weiterentwicklung führen.

Siehe dazu: Sangharakshita, The Three Jewels, / Die drei Juwelen

Sangarakshita, "Karma and Rebirth", Tape Lecture Nr. 32, (Perspectives on the Mind of Man), Dharmachakra, London 1966



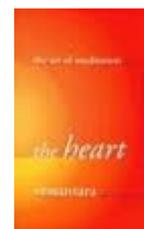
Nagapriya: Schlüssel zu Karma und Wiedergeburt

**Mettā bhāvanā** (Pāli) (Skt. Maitribhavana): "die Entwicklung liebevoller Güte". Neben der Vergewenwärtigung des Atems ist das eine der beiden grundlegenden Meditationstechniken, die bei Triratna unterrichtet werden. Ihre Funktion ist es, Gefühle von Mettā zu entwickeln. Mettā ist ein Begriff, für den es keine präzise deutsche Entsprechung gibt. Er steht für

Gefühle von Wohlwollen und uneigennütziger Freundlichkeit für andere, die sehr stark empfunden werden und dahin gehen, sich in einem Verhalten freundlicher Zuwendung zu äußern. Mettā ist von seinem Wesen her universell und unteilbar und geht in die Richtung, alle Wesen gleichermaßen zu umfassen, ohne dabei die Anforderungen persönlicher Freundschaft zu leugnen. Dieses Gefühl wird in den fünf Stufen der Mettā bhāvanā-Meditation schrittweise hervorgebracht. Zuerst versucht man, Mettā für sich selbst zu erfahren, da man ohne Selbstliebe niemand anderen lieben kann. Dann weitert man das Gefühl Stufe für Stufe aus: für einen Freund, eine neutrale Person, und einen Feind. In der letzten Phase richtet man seine Gefühle von Mettā gleichermaßen auf alle vier vorhergegangenen Personen, um sicherzugehen, dass kein Element von Voreingenommenheit mehr übrig bleibt. Dann lässt man seine Gefühle von Mettā schrittweise über den Raum, in dem man übt, hinausstrahlen, bis sie das ganze Universum erfüllen. Da Meditation eher eine Kunst als eine Wissenschaft ist, reicht es nicht aus, eine Technik nach einem Buch zu lernen. Man sollte sich von einem erfahrenen Meditierenden anleiten lassen, der auch etwas von der Atmosphäre und Haltung der Meditation vermitteln kann. In allen Triratna-Zentren gibt es regelmäßigen Meditationsunterricht für Anfänger, wo die Mettā bhāvanā und die Vergegenwärtigung des Atems geübt und Fragen beantwortet werden. Die unmittelbaren Ziele der Mettā bhāvanā sind offensichtlich und können schnell in Form von besseren Beziehungen zu den Menschen in unserer Umgebung erreicht werden. Die Mettā bhāvanā ist die Übung, die die zweite Stufe im "System der Meditation", wie es der Ehrwürdige Sangharakshita darstellt, die Stufe positiver Emotionen entwickelt. (Tape Lecture Nr.135, (Buddhism for Today and Tomorrow), Dharmachakra, London 1976). Mettā ist jedoch von so großer Bedeutung für das spirituelle Leben und vor allem für die spirituelle Gemeinschaft, dass die Übung von Mettā als der Pfad selbst angesehen werden kann. Mit der Entwicklung von Mettā gehen wir über unsere engen und starren Eigeninteressen hinaus, hin zu einer Identifikation mit anderen, was uns schließlich völlig über die Unterscheidung von uns selbst und anderen hinausbringt. Siehe dazu: Karaniya-metta Sutta, Sutta-Nipata, I, 8; Buddhagosa, Visuddhimagga, Teil II, IX;

Vajiranana Mahathera, Buddhist Meditation in Theory and Practice, Buddhist Missionary Society, Kuala Lumpur 1975.

Siehe auch: Vessantara, The Heart



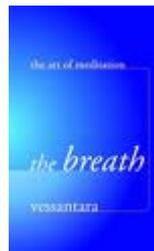
**Vergegenwärtigung des Atems:** neben der

Mettā bhāvanā ist das eine der beiden grundlegenden Meditationstechniken, die bei Triratna unterrichtet werden. Dem im Pāli-Kanon enthaltenen Satipatthana Sutta zufolge wurde diese Übung vom Buddha selbst gelehrt. Sie ist dazu gedacht, psychische Integration, Konzentration, Achtsamkeit und Sammlung zu entwickeln. In der buddhistischen Welt sind viele verschiedene Formen der Vergegenwärtigung des Atems bekannt. So wie sie innerhalb von Triratna geübt wird, besteht sie aus vier Phasen, von denen jede einen höheren Grad an Konzentration erfordert. Die ersten beiden Phasen beinhalten das Zählen der Atemzüge, die nächste das Beobachten des gesamten Atemprozesses und die letzte Phase besteht darin, sich auf eine kleine Stelle zu konzentrieren, wo der Atem zuerst die Nasenlöcher berührt. Das ist keine Atemübung, und der Atem soll völlig normal fließen. Es ist auch keine Übung von gezwungener Fixierung des Bewusstseins, sondern ein fortschreitender Prozess der

Sammlung des Bewusstseins um den Atem, der als Fokus dafür dient. Wenn man meditieren lernen möchte, sollte man das unbedingt bei einem erfahrenen Lehrer und nicht nach einem Buch tun, denn die Meditation

ist nicht so sehr eine Sache der Technik, sondern vielmehr der Einstellung. In allen Triratna-Zentren findet regelmäßig einführender Meditationsunterricht statt, wo eine umfassende Anleitung in einer besonders für Meditation geeigneten Umgebung gegeben wird. Der Gewinn der Übung ist recht schnell erlangt und liegt vor allem in größerer Gelassenheit und Positivität, mehr Energie und Inspiration. Diese positiven Folgen sind das Ergebnis zunehmender Integration, der hauptsächlich Auswirkung der Vergegenwärtigung des Atems. Dies ist die Grundlage für den Eintritt in die Dhyānas, die überbewussten Zustände, die das erste Ziel von Meditation darstellen. Die Vergegenwärtigung des Atems ist also hauptsächlich dafür gedacht, *śamatha* hervorzubringen, den Zustand von Verfeinerung, Ruhe und Integration, aus dem *vipaśyanā* oder Einsicht in die wahre Natur der Dinge hervorgehen kann. Die Übung muss als Teil eines systematischen Plans persönlicher Entwicklung bis hin zum Ziel der Erleuchtung gesehen werden. Nach Sangharakshitas "System of Meditation" (Tape Lecture Nr. 135, (Buddhism for Today and Tomorrow), Dharmachakra, London 1976) ist die Vergegenwärtigung des Atems die Grundlage des gesamten Systems.

Siehe dazu: Buddhaghosa, *Visuddhimagga*, Teil II, VIII, IX; Nanaponika Thera, *The Heart of Buddhist Meditation*, Rider, London 1962; Vajirannana Mahathera, *Buddhist Meditation in Theory and Practice*, Buddhist Missionary Society, Kuala Lumpur 1975



Siehe auch Vessantara: *The Breath*

**Stūpa** (Pāli Thupa): im vorbuddhistischen Indien ein Grabhügel von Königen und Helden, der Reliquien und Asche enthielt, ähnlich den europäischen Hügelgräbern und Grabhügeln aus Steinen. Im Pāli-Kanon (Maha-parinibbana Suttanta) wird vom Buddha gesagt, dass er Ānanda, seinem persönlichen Aufwärter, auftrug, dass die Laienanhänger seine Überreste in einem solchen Hügel beisetzen sollten, wie es auch bei großen Herrschern getan wurde. Er faltete sein Mönchsgewand zu einem Quadrat, drehte seine Almosenschale um, legte sie darauf und zeigte so die Form, die der Stūpa bekommen sollte. Tatsächlich wurden die ersten Stūpas in dieser Form gebaut. Sie wurden als Erinnerung an den Buddha selbst verehrt, denn viele enthielten angeblich Reliquien von ihm und wurden so zu Symbolen für Tod und Vergänglichkeit. Die ersten Schreinräume enthielten keine Buddhafiguren, sondern hatten kleine Stūpas in der Mitte, so wie das uralte, in den Felsen gemeißelte vihāra von Bhaja in der Nähe des Triratna-Retreatzentrums in Indien. Im Laufe vieler Jahrhunderte wurde die ursprüngliche architektonische Form des Stūpa weiter ausgearbeitet, und es entwickelten sich vielfältige Symbole. Der Stūpa symbolisierte bald nicht mehr nur den Buddha, die Vergänglichkeit und den Tod, sondern dazu das gesamte Universum und auch den Menschen, bestehend aus den fünf Elementen Erde, Wasser, Feuer, Luft und Bewusstsein. Der tibetische

Stūpa (tib. Chorten) zeigt auch Sonnen- und Mondsymbole. Der Stūpa stellt die verschiedenen Ebenen dar, auf denen sich das Leben manifestiert und damit die Möglichkeit menschlicher Entwicklung. Oft sind architektonische Elemente einbezogen, die dies noch weiter veranschaulichen, wie die zehn Ringe im konischen Teil des tibetischen Chorten, der das Feuer symbolisiert. Sie stehen für die "Zehn Bhumis" oder Stufen der Laufbahn eines Bodhisattvas. Stūpas sind ein bekannter Anblick in der buddhistischen Welt. Der große Stūpa in Sanchi in Indien, Swayambhunath in Nepal, die Shwe-Dagon-Pagode in Burma und Borobodur in Indonesien gehören zu den Weltwundern. In jedem neuen Land, wo sich der Buddhismus verbreitete, hat der Stūpa eine eigene architektonische Form angenommen, die die örtliche Kultur widerspiegelt. Traditionell diente der Stūpa als Ziel von Pilgerschaft, Hingabe und Verehrung in Form von Umkreisung und Opfern von Blumen, Räucherwerk und Kerzen. Unter westlichen Buddhisten ist der Stūpa heute ein wohlbekanntes Symbol, und in Europa und Amerika wurden bereits einige schöne Stūpas gebaut.



Siehe dazu: Sangharakshita, "Tantric Symbolism of the Stūpa", Tape Lecture Nr. 104, (Creative Symbols of the Tantric Path to Enlightenment), Dharmachakra, London 1972; "The Five Elements of the Stūpa", Tape Lecture Nr. 99, (Parables, Myths and Symbols of Mahāyāna Buddhism in the White Lotus Sūtra), Dharmachakra, London 1971; Lama Govinda, Psychocosmic Symbolism of the Buddhist Stūpa, Dharma, Berkeley 1976

**Thang-ka:** tibetische religiöse Fahne auf Stoff gemalt oder gestickt, in Seide eingefasst und auf einen Stab gehängt, um den sie herumgewickelt werden kann, wenn sie nicht gezeigt wird. In der Regel sind sie zwei oder drei Fuß im Quadrat und werden im Tempel oder an häuslichen Schreinen benutzt, sie können aber auch sehr groß sein und an den Außenwänden von Klöstern und Tempeln aufgehängt werden. Thang-kas werden als Hilfe für die Meditation und Verehrung benutzt und zeigen die reichhaltige Ikonographie des tibetischen Buddhismus: Buddhas, Bodhisattvas, große Lehrer, Mandalas, "Zufluchtsbäume" und so weiter. Sie sind vergleichbar mit den Darstellungen von Heiligen und Kirchenvätern im mittelalterlichen Christentum und besonders mit den Ikonen der östlichen orthodoxen Tradition. Thang-kas werden in der Regel von talentierten Kunsthandwerkern, die vom Kloster angestellt werden, oder von künstlerisch begabten Mönchen gemalt. Über die Jahrhunderte entwickelten sich mehrere Stilrichtungen in den verschiedenen Regionen Tibets und den unterschiedlichen buddhistischen Schulen und Traditionen. Chinesische, indische, nepalesische und mongolische Künstler wurden eingestellt und ihr Einfluss lässt sich in vielen Thang-kas erkennen. Manche Thang-kas sind von beachtlichem künstlerischen Wert und machen die Inspirationskraft der spirituellen Figuren, die sie darstellen, deutlich. Viele sind allerdings nur recht konventionelle Abbildungen des jeweiligen Themas. Thang-kas, vor allem solche mit Darstellungen der zornigen Gottheiten, wurden mit besonderer Verehrung betrachtet und normalerweise nicht öffentlich gezeigt. Sie wurden aufgerollt gelassen oder mit einem Seidenvorhang bedeckt. Unglücklicherweise fehlt es im Westen häufig an diesem traditionellen Respekt, und sie werden oft als dekorative Kunstobjekte behandelt. Reproduktionen als Poster, sogar solche mit den zornigen Gottheiten, sind leicht und billig zu haben und werden häufig in recht unangemessener Art gezeigt. Westliche Buddhisten sollten darauf achten, Bilder und Statuen der Buddhas und Bodhisattvas mit Sorgfalt und Respekt zu behandeln, da sie das Ideal darstellen, das wir anstreben. Thang-kas sollten ordentlich

gerahmt und bei einem Schrein angebracht werden. Im Buddhistischen Orden Triratna haben einige Ordensmitglieder in Anlehnung an die traditionelle Ikonographie begonnen, Thang-kas zu malen. In einigen Fällen wurden Werke von beachtlichem Wert geschaffen, die die Buddhas und Bodhisattvas in ihren traditionellen Haltungen und Formen zeigen, die aber unter Zuhilfenahme westlicher künstlerischer Techniken entstanden sind. Diese Arbeiten sind ein wichtiger Bestandteil des Anpassungsprozesses des Dharma im Westen.

Siehe dazu: Blanche C. Olschak und Geshe Thubten Wangyal, *Mystic Art of Ancient Tibet*, Allen & Unwin, London 1973

## Anmerkungen

(1) Die vier Klassen von Wesen sind nach einer traditionellen Einteilung von Organismen nach der Art, wie sie geboren werden: aus Eiern geborene, aus einem Mutterleib geborene, aus "warmer Feuchtigkeit" geborene Wesen (man glaubte, dass Würmer und Insekten so geboren werden) und solche, die durch Erscheinung geboren werden - die bereits voll ausgewachsen, ohne Befruchtung oder embryonale Entwicklung erscheinen (es heißt, dass dies die größte Klasse ist und Götter, Höllenwesen, Wesen im Bardo und Nicht-Wiederkehrer umfasst). Die Liste ist daraufhin angelegt, alle überhaupt möglichen Arten lebender Wesen einzuschließen.

(2) Die sechs Existenzweisen sind die lokas oder Bereiche, in denen Wiedergeburt stattfindet: die Bereiche der Höllenwesen, der Tiere, der pretas oder hungrigen Geister, der Āsuras oder Titanen, der Menschen und der Götter. Auch diese Klassifizierung soll alle Wesen umfassen. Siehe dazu: Alex Kennedy (Dharmachari Subhuti), *Was ist Buddhismus?*

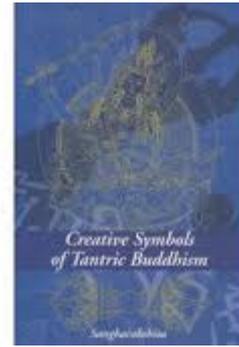


(3) Buddhafelder (Skt kṣetra), eine Vorstellung des Mahāyāna, sind jeweils der Bereich eines bestimmten Buddhas, die Welt oder das Weltsystem, in dem sein Einfluss spürbar ist und für das er spirituelle Verantwortung trägt. Demzufolge gibt es so viele Buddhafelder wie es Buddhas gibt. Manche dieser Buddhafelder sind unrein, weil sie alle sechs Existenzweisen (vgl. Anmerkung 2) enthalten, darunter die leidvollen Welten der Höllenwesen, Āsuras, Tiere und hungrigen Geister. Ein Buddhafeld zu reinigen bedeutet, seine Bewohner in die zwei freudvollen Welten von Menschen und Göttern zu führen. Das Gelübde alle Buddhafelder zu reinigen, läuft auf das Bestreben hinaus, allen Wesen im Universum zu helfen, Glück zu erlangen.

Siehe dazu: Sangharakshita, "Building the Buddha Land", Tape Lecture Nr. 143 (*The Inconceivable Emancipation: Themes from the Vimalakirti Nirdeśa: a Mahayana Buddhist Scripture*),



(4) Das tibetische Lebensrad ist ein komplexes Symbol, das auf umfassende Weise den zyklischen Charakter bedingten Daseins darstellt, eines Lebens in sich wiederholenden Verhaltensmustern, die ihren Ursprung in Unwissenheit und Frustration haben. Die "Drei unheilsamen Wurzeln" sind die zugrundeliegenden Willenskräfte, die das Rad in Bewegung halten. Siehe dazu: Alex Kennedy (Dharmachari Subhuti), Was ist Buddhismus?; Sangharakshita, "The Symbolism of the Tibetan Wheel of Life", Tape Lecture Nr. 103, (Creative Symbols of the Tantric Path to Enlightenment), Dharmachakra, London 1972



(5) Siehe dazu: "Conquering the Five Hindrances", FWBO Newsletter 58, Sommer 1983; Manjuvajra, "The Five Hindrances", Mitrata 23, August 1979

(6) Anfangsunterricht in Meditation gibt es in allen Triratna-Zentren in der Regel mindestens einmal in der Woche. Weitere Informationen beim Buddhistischen Zentrum Essen, Herkulesstr.13a, 45127 Essen, Tel: 0201/230155

(7) Das Siksa-sammuccaya ist ein von Śāntideva (dem Autor des Bodhicaryāvatāra) zusammengestelltes Kompendium von Anweisungen für den Bodhisattvapfad aus Mahāyāna-Sūtras, von denen viele heute verloren sind. Das zitierte Werk ist das Bhagavati. Siehe dazu: Siksa-sammuccaya in der Übersetzung von Cecil Bendall und W.H.D. Rouse, Motilal Banarsidas, Delhi 1971, IX, 188

(8) Als dieser Vortrag gehalten wurde, wohnte Sangharakshita in London am Highgate West Hin in der Nähe von Hampstead Heath

(9) Rabindranath Tagore (1861-1941), Dichter und Philosoph, schrieb hauptsächlich in Bengali, aber auch in Englisch

(10) Siehe dazu: Sangharakshita, Mind Reactive and Creative, Windhorse, London 1985

## Modul „Das Bodhisattva-Ideal“

### 4. Kapitel: Altruismus und Individualismus im spirituellen Leben

Beginn des Vortrags:

Letzte Woche haben wir gesehen, dass das relative Bodhicitta zwei Aspekte hat. Wir haben gesehen, dass es den Aspekt des Schwurs gibt und den Aspekt der Verwirklichung. Der Aspekt des Schwurs bezieht sich auf den Schwur des Bodhisattvas (mit dem wir uns letzte Woche befasst haben). Der Aspekt der Verwirklichung bezieht sich auf die Ausführung der *sechs pāramitās*(1), oder auch der *sechs transzendenten Tugenden*: das Geben, die Rechtschaffenheit, die Geduld, die Tatkraft, die Meditation und die Weisheit. Wir werden uns in den folgenden drei Wochen mit diesen "Sechs Transzendenten Tugenden", diesen "Sechs Vollkommenheiten", wie sie manchmal genannt werden, befassen. Heute abend befassen wir uns mit den ersten beiden: dem Geben (*dāna*) und der Rechtschaffenheit (*śīla*). Wir behandeln sie je nachdem als Ausdruck von Altruismus und von Individualismus - *dāna* als Ausdruck von Altruismus und *śīla* als Ausdruck von Individualismus. Mit anderen Worten, wir befassen uns mit ihnen als Aspekte unseres Bezugs zu anderen und uns selbst im spirituellen Leben.

Zunächst aber gehen wir noch einmal einen Schritt zurück, um einige allgemeine Feststellungen zu machen. Gehen wir zum ersten Vortrag über "Den Ursprung und die Entwicklung des Bodhisattva-Ideals" zurück (2). Diejenigen, die damals anwesend waren, werden sich erinnern, dass das Ideal des Bodhisattvas geschichtlich gesehen aus einem Versuch entstanden ist, zwei wichtigen Aspekten des Buddhismus gerecht zu werden: dem Aspekt der Weisheit, der in der sprachlich übermittelten Lehre des Buddhas zum Ausdruck kommt und dem Aspekt des Mitgefühls, der nicht so sehr in der sprachlich übermittelten Lehre, sondern (zumindest häufiger) im Leben und in den Taten des Buddhas zum Ausdruck kommt.

Das Ideal des Bodhisattvas stellt, wie wir in dem Vortrag gesehen haben, eine Vereinigung von Gegensätzen dar - angefangen von einer Vereinigung von Weisheit und Mitgefühl. Dass das Ideal des Bodhisattvas eine Vereinigung von Gegensätzen darstellt, gilt für den Beginn der Karriere des Bodhisattvas, gilt für das Ende dieser Karriere des Bodhisattvas (wo Weisheit und Mitgefühl vereinigt sind - in ihrer mächtigsten Form, in der Erleuchtung selbst) und gilt auf allen Stufen, die dazwischen liegen. In solch hohem Maße ist der Geist des Bodhisattvas eine Vereinigung von Gegensätzen, dass wir den Bodhisattva als eine Art lebenden Gegensatz bezeichnen könnten. Das ist einer der Gründe, warum der Bodhisattva und das Ideal des Bodhisattvas so äußerst schwer verständlich sind. Allgemein könnte man sagen, dass der Bodhisattva die erhabensten Höhen und die tiefgründigsten Tiefen des Daseins vereinigt: das Weltliche und das Transzendente, *saṃsāra* und *Nirvāṇa*. Etwas genauer gesagt, vereinigt der Bodhisattva, wie wir heute sehen werden, Altruismus und Individualismus. (Im Vortrag der nächsten Woche werden wir sehen, wie der Bodhisattva die "männliche" und die "weibliche" Herangehensweise an das spirituelle Leben in sich vereinigt.)

An dieser Stelle muß ein Missverständnis aufgeklärt werden. Wenn man Bücher über Buddhismus liest, vor allem populäre Bücher und vielleicht besonders Bücher über das

Mahāyāna, dann wird dort manchmal gesagt, dass der Bodhisattva nicht seine eigene Erlösung im Auge habe, sondern die Erlösung Anderer. Man liest vielleicht sogar, dass der Bodhisattva seinen eigenen Übergang ins Nirvāṇa aufgeschoben hätte - von manchen wird das sehr poetisch ausgedrückt: er sieht, sozusagen, die Pforte des Nirvāṇa von Ferne leuchten und er sagt: "Nein! Ich werde nicht eintreten. Ich möchte erst anderen helfen [vor mir] einzutreten." Das Ideal des Bodhisattvas wird sehr oft in dieser ansprechenden und attraktiven poetischen Form geschildert. Und man wird feststellen, dass der Bodhisattva mit dem Arahant (3) (der Arahant ist der perfekte Mensch oder der verwirklichte Mensch des Theravāda) verglichen wird. Es wird gesagt, dass der Arahant sich nur um seine eigene Erlösung sorge, und das Ideal des Arahants sei, sagt man, aus diesem Grund selbstsüchtig. Im Gegensatz dazu gilt das Ideal des Bodhisattvas als selbstlos. Das Ideal des Arahants, wird gesagt, sei individualistisch; das Ideal des Bodhisattvas, wird gesagt, sei altruistisch.

So hat es sich ergeben, dass sich in gewisser buddhistischer Literatur eine Art Meinungsverschiedenheit entwickelt. Man findet manchmal Vertreter des Arahant-Ideals, die die Vertreter des Bodhisattva-Ideals oder sogar das Bodhisattva-Ideal selbstkritisieren. Manchmal weisen sie darauf hin, dass man erst vor der eigenen Haustür kehren sollte. Hier ist der Bodhisattva, sagen sie, und will anderen helfen, Erleuchtung zu erlangen, aber er selbst hat sie noch nicht erlangt. Das ist, sagen sie, als wenn jemand versucht, andere aus dem Graben zu ziehen, während man selbst mitten im Graben, im Morast, steht. Sie sagen: "Das ist nicht möglich. Zuerst muss man selbst heraus gelangen, und *dann* kann man anderen heraushelfen."

Nun, das Ideal des Arahants mag selbstsüchtig sein oder auch nicht - darüber werde ich heute abend nicht reden - aber was man sagen kann ist, dass das Ideal des Bodhisattvas nicht nur eine Seite hat. Das ist das Missverständnis, das aufgeklärt werden muss. Das Ideal des Bodhisattvas stellt nicht Altruismus *als Gegensatz* zu Individualismus dar; die Sorge des Bodhisattvas, andere zu retten, steht nicht *im Gegensatz* dazu, sich selbst zu retten. Wie ich bereits sagte, vereinigt der Bodhisattva Gegensätze. In diesem Fall vereinigt er die Gegensätze der Selbsthilfe und der Hilfe für andere, Individualismus und Altruismus. Er vereinigt diese Gegensätze im spirituellen Leben durch das Ausüben von dāna und śīla.

Diese Spannung zwischen Altruismus und Individualismus, der Sorge für andere und der Sorge für sich selbst, ist nicht auf das spirituelle Leben beschränkt: sie existiert auf jeder Ebene des menschlichen Daseins. Letzten Endes leben wir als Individuen, aber wir leben auch als Mitglieder einer Gesellschaft. Das heißt, wir leben in Beziehung zu anderen Individuen. Wir haben unsere eigenen Bedürfnisse: materielle Bedürfnisse, psychologische Bedürfnisse, emotionale Bedürfnisse, geistige Bedürfnisse - die wir offensichtlich in Betracht ziehen müssen. Aber auch andere haben ihre Bedürfnisse (in der Regel, zumindest im Prinzip, von der selben Art wie unsere eigenen). Und auch diese Bedürfnisse müssen wir berücksichtigen, denn wir müssen mit anderen Menschen in der Gesellschaft zusammen leben. Wir können die Bedürfnisse anderer nicht völlig ignorieren.

Aber es kommt häufig vor, dass diese beiden in Konflikt geraten: unsere Bedürfnisse als Individuen und die Bedürfnisse anderer Individuen, die Bedürfnisse der Gesellschaft. Das kann im größeren Rahmen des Lebens in der Gemeinschaft passieren, oder in unserem eigenen, privaten Leben; unsere Bedürfnisse geraten in Konflikt mit den Bedürfnissen anderer, oder zumindest eines Anderen.

Aber gleichzeitig fahren wir fort, von Anderen abhängig zu sein, trotz dieses Widerstreits der Bedürfnisse - oder zumindest der Spannung zwischen den Bedürfnissen - und die Anderen fahren fort, von uns abhängig zu sein. So kommt es, dass wir uns in einer uns bekannten und ziemlich schmerzlichen Lage wiederfinden. Manchmal stellt es sich heraus, dass wir nicht mit anderen Menschen leben können, aber gleichzeitig stellt sich auch heraus, dass wir auch nicht ohne sie leben können. Es ist fast so, wie bei der Schlange in der Fabel. Diese Schlange fing einen Frosch. Aber der Frosch war so groß, dass die Schlange ihn nicht herunterschlucken konnte. Gleichzeitig konnte sie, wegen ihrer gebogenen Vorderzähne, den Frosch nicht herauswürgen. So saß die Schlange fest mit dem Frosch, weder in der Lage ihn zu verschlucken, noch ihn los zu werden. Häufig geht es uns genau so mit Menschen. Wir können anscheinend nicht mit ihnen leben. Trotzdem scheint es auch so, als könnten wir auch nicht ohne sie leben. Man könnte sagen, dass wir, wenn wir nicht mit Menschen leben können, nicht ohne sie leben können - das, denke ich, bedarf einen Moment des Nachdenkens! Und umgedreht, wenn wir mit Menschen leben können, können wir ohne sie leben und umgekehrt. Das ist paradox, aber wahr. Wir können möglicherweise sagen, dass nur die, die ohne Menschen leben können - wirklich ohne Menschen - mit ihnen leben können.

Was wir zweifellos brauchen, ist ein sozialer Kontext, der es uns ermöglicht, beides zu tun: mit Menschen zu leben und auch ohne sie zu leben; unsere eigenen Bedürfnisse zu beachten und die anderer Menschen; altruistisch zu sein und außerdem individualistisch. Das ist möglicherweise die Bedeutung des Lebens in einer Gemeinschaft. Jedoch führt uns das wahrscheinlich ein wenig zu weit ab und es wird Zeit, dass wir zu *dāna* und *śīla* zurückkehren.

Es ist nicht ohne Grund, dass *dāna* als Erste der "Sechs *pāramitās*" aufgeführt wird. Es scheint, dass unsere natürliche menschliche Neigung ist, für uns selbst zu nehmen.. Wenn sich irgendwelche neuen Aussichten ergeben, sei es im Zusammenhang mit unserem Arbeitsleben oder unserem Privatleben, ist unsere normale Reaktion - vielleicht halb unbewusst - zu denken: "Was ist da für mich drin?" Es besteht immer ein Selbstbezug. Da ist immer diese Neigung zu Habgier. Diejenigen unter Euch, die das tibetische Rad des Lebens (4) gesehen haben, erinnern sich vielleicht, dass sich direkt auf der Nabe drei Tiere befinden, von denen eines ein Hahn ist. Dieser Hahn steht für Habgier. Er befindet sich direkt auf der Nabe des Lebensrads, direkt in der Mitte unserer Herzen. Es bringt die Tatsache zum Ausdruck, dass Habgier - nicht nur einfaches, gesundes Verlangen, sondern tatsächlich Habgier - sehr häufig unser Leben beherrscht, zumindest unbewusst. Wir alle sind erfasst von dieser Habgier, wir alle sind getrieben von diesem Durst. Deshalb hat alles, was wir tun, alles wofür wir uns interessieren, unterschwellig einen Selbstbezug.

Der Bodhisattva muss, wenn er der Erleuchtung überhaupt nahe kommen will, diese Neigung vollkommen umkehren, sie sozusagen von innen nach außen kehren oder auf den Kopf stellen. Das Geben kommt daher als erstes, denn Geben ist das genaue Gegenteil von Habgier.

Es ist, als ob die Lehre zu uns sagt, "Du magst nicht sehr moralisch sein - Du magst Dich nicht besonders genau an die Befolgung der Vorsätze halten; Du magst nicht in der Lage sein, für Stunden zu meditieren - selbst fünf Minuten mögen in der Tat schwierig sein; Du magst wenig gelehrt sein, was die Schriften angeht - Du magst nicht viel gelesen haben: Aber wenn Du ein spirituelles Leben führen willst, wenn Du überhaupt anstrebst, ein höheres Leben zu führen, dann ist das Mindeste, das man von Dir erwarten kann, dass Du gibst, dass Du ein

wenig freigebig bist". Wenn du großzügig bist, zumindest aus der Sicht des Mahāyāna, dann gibt es, spirituell gesehen, egal was auch immer du sonst bist - du magst ein Dieb, ein Mörder oder eine Prostituierte sein - ein wenig Hoffnung für Dich. Umgekehrt kann der Mensch, der nicht großzügig ist, der es schwierig findet, die Bedürfnisse anderer zu sehen, kein spirituelles Leben führen - zumindest nicht zum gegenwärtigen Zeitpunkt. Solch ein Mensch mag äußerst tugendhaft sein, mag alle Vorsätze streng befolgen, mag sogar recht gut bewandert sein in buddhistischer Philosophie, aber zum gegenwärtigen Zeitpunkt (zumindest aus der Sicht des Mahāyāna) besteht, spirituell gesehen, keine Hoffnung für ihn.

Der Bodhisattva ist ein Gebender *par excellence*, der ideale Geber. Geben ist nicht nur eine Frage des Weiterreichens von Besitztümern. Das Geben oder die Großzügigkeit ist vor allem eine Einstellung des Herzens und des Geistes. Tatsächlich ist es eine Haltung unseres gesamten Wesens. Man gibt nicht nur mit den Händen, man gibt noch nicht einmal nur mit dem Herzen, man gibt mit seinem ganzen Wesen; unser ganzes Wesen ist am Akt des Gebens beteiligt. Das ist der Grund, warum Walt Whitman in einem einprägsamen Satz sagt: "Wenn ich gebe, gebe ich mich

selbst." (5). Das bedeutet nicht:

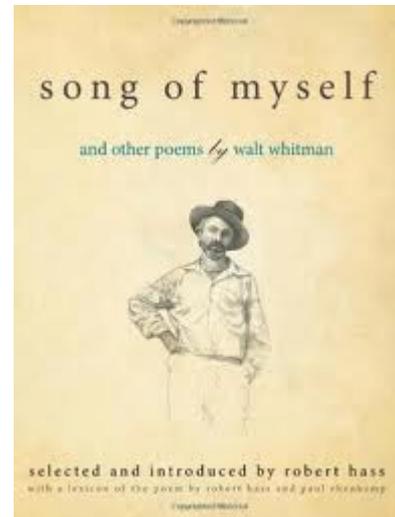
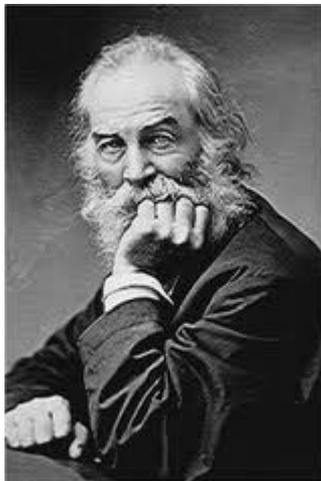
"Ich gebe persönlich, mit meinen eignen Händen", sondern: "Ich gebe mich im Ganzen, wenn ich gebe; ich gebe mich selbst, denn weniger als das reicht nicht aus." Und das entspricht ziemlich der Haltung des Bodhisattvas.

Wenn wir von der buddhistischen Philosophie und den traditionellen, fachlichen Definitionen

wegkommen wollen, wenn wir

sogar die Erleuchtung als Konzept vergessen wollen, und

wenn wir den Bodhisattva auf eine originelle Weise definieren wollen, die uns mehr bedeutet, dann könnten wir den Bodhisattva vielleicht als den Menschen beschreiben, der sich selbst gibt: der sich ständig und jedem gibt.



Die buddhistischen Schriften haben viel zum Thema dāna zu sagen. Es ist ebenfalls in Asien ein sehr beliebtes Thema für Diskurse. Wenn man an einem Vollmondtag am Abend in einem östlichen buddhistischen Land in einen Tempel geht, zwischen den Menschen sitzt und dem zuhört, was der Mönch oder der Lama sagt, dann wird man feststellen, dass er in neun von zehn Fällen dāna zum Thema hat.

Die Schriften betrachten dāna in einer Anzahl verschiedener Rubriken. Diejenigen unter Euch, die bereits buddhistische Texte studiert haben, werden wissen, dass dort das Aufteilen und Unterteilen von Themen ziemlich beliebt ist. Manchmal kann man dabei ein wenig den Faden verlieren, aber für ernsthafte Studien ist es recht hilfreich. Heute abend werde ich, zumindest was dāna angeht, dieser Tradition folgen. Aber vergessen wir nicht, dass es uns um den Geist des Gebens geht, nicht nur um die Buchstaben der Lehre, den technischen Einzelheiten. Die Schriften behandeln dāna mit folgenden Rubriken

1. wem das Geschenk gegeben wird,
2. was gegeben wird,
3. wie es gegeben wird und
4. warum es gegeben wird.

Von diesen vier Rubriken mit ihren Unterteilungen wird gesagt, dass sie das Thema dāna erschöpfen.

Zuerst einmal, wem wird das Geschenk gegeben. Im Idealfall oder im Prinzip sind alle empfindenden Lebewesen Gegenstand der Großzügigkeit des Bodhisattvas. Das ist das Ideal; das ist das Prinzip. Aber es ist praktisch unmöglich: Sehr, sehr wenige Menschen sind in der Lage, auch nur annähernd der gesamten Menschheit etwas zugute kommen zu lassen. Nichtsdestoweniger muss das Ideal zumindest hochhalten.

Die Schriften erwähnen drei Gruppen von Empfängern, denen der Bodhisattva besondere Beachtung schenken sollte. Da sind zuerst einmal seine eigenen Freunde und Verwandte. Es ist ohne Nutzen, wenn der mögliche Bodhisattva gütig und freundlich ist, was Fremde und Außenstehende angeht, solange er zu Hause schwierig und unangenehm ist. Manchmal findet man solche Fälle: Jemand hat außerhalb seines Heims einen wundervollen Ruf, so gütig, so großzügig, so gut zu sein, aber zu Hause ist er oder sie ein kleinlicher Tyrann oder auf andere Weise in gleichem Maße unangenehm. Deshalb sagt die Tradition, dass die Empfänger der Großzügigkeit des Bodhisattvas zu allererst seine eigenen Blutsverwandten sind. Nächstenliebe beginnt zu Hause. Die Betonung liegt auf dem Verb - sie beginnt zu Hause, aber hört auf keinen Fall zu Hause auf. Es ist eher wie bei der Übung der Mettā bhāvanā. Man beginnt die Übung der Mettā bhāvanā, indem man Gefühle von Mettā zuerst für sich selbst entwickelt, dann für einen nahen und lieben Freund und so weiter. In der letzten Phase der Übung überträgt man die Gefühle von Mettā auf alle Menschen im Raum und auf alle Menschen in der Stadt, dem Land und dem Kontinent, bis man schließlich Mettā für die ganze Welt empfindet, sogar für das gesamte Universum. Großzügigkeit, das Geben, sollte so sein. Es mag direkt bei uns zu Hause beginnen, aber man sollte versuchen, es mehr und mehr auszuweiten, so weit wie möglich.

Die zweite Gruppe von Menschen, die insbesondere die Empfänger der Großzügigkeit des Bodhisattvas sein sollten, sind die Armen, die Kranken, jene in Not, und die Hilflosen (zu den Hilflosen zählen in der Tradition alle Tiere). Ich habe mich damit letzte Woche recht ausführlich befasst, als ich von dem ersten der *vier großen Gelübde* des Bodhisattvas sprach, dem Gelübde, alle empfindenden Wesen aus ihren Schwierigkeiten zu erlösen. Deshalb werde ich jetzt nichts weiter dazu sagen (7).

Die dritte Gruppe unter den speziellen Empfängern der Großzügigkeit des Bodhisattvas sind jene, die ihre ganze Zeit dem religiösen Leben widmen. Traditionell betrachtet der Buddhismus es als eine Aufgabe der Gesellschaft, all diejenigen zu unterstützen, die sich zu irgendeiner Art höherem spirituellen Leben oder einer höheren kreativen Aufgabe und Tätigkeit verpflichtet haben. Normalerweise beläuft sich das darauf, die Mönche, Nonnen, Lamas, spirituellen Lehrer und so weiter zu unterstützen, aber im Idealfall sollte es alle beinhalten, die sich irgendeiner Form höherer kreativer Beschäftigung widmen, einschließlich Malern, Musikern, Schriftstellern usw. Gleichzeitig sollte es von Seiten der Gesellschaft keine Versuche geben, den religiösen Menschen oder den hauptberuflichen Künstler zu

zwingen, sich den Ideen oder Idealen der ihn unterstützenden Gesellschaft anzupassen. Völlige Freiheit ist für beide, den religiösen Menschen und den Künstler, wesentlich. Normalerweise ist die Bedingung für die Unterstützung durch die Gesellschaft (zumindest unausgesprochen), dass man zur Erhaltung des Status Quo beiträgt. Wenn man dazu beiträgt, den Status Quo zu erhalten, kann man sich normalerweise irgendeiner Art von Unterstützung sicher sein, aber sonst nicht. Das ist aus buddhistischer Sicht völlig falsch. Die Unterstützung sollte, ob sie nun dem vollzeitig religiös beschäftigten oder dem künstlerisch kreativen Menschen gegeben wird, eine bedingungslose Unterstützung sein.

Nun zum Zweiten: was wird als dāna gegeben - oder was gegeben werden kann. Das fällt potentiell mit all dem zusammen, was man besitzen kann; all das, was man besitzt, kann man weggeben. Aber, um etwas Hilfestellung zu geben, werden die Dinge, die als dāna gegeben werden können, in sechs Klassen unterteilt.

Der Buddhismus beginnt ganz unten, mit materiellen Gütern, Lebensmitteln, Kleidung, Obdach. Wenn man in östliche, buddhistische Länder fährt, sieht man die buddhistische Tradition der Großzügigkeit und der Gastfreundschaft in Aktion. Ich erinnere mich, dass ich selbst zahllose Erfahrungen damit gemacht habe, als ich in Asien war, ob in Indien oder woanders. Ich erinnere mich, dass ich jeden Winter aus den Bergen kam, herunter von Kalimpong, und in der Regel war mein erster Halt in Kalkutta im Mönchskloster der indischen Mahā-Bodhi-Gesellschaft. In der Regel gab es dort, wenn ich eintraf, ein Zusammentreffen von ungefähr zehn, zwanzig oder dreißig Mönchen aus verschiedenen Teilen der buddhistischen Welt. Viele waren darunter, die ich entweder persönlich oder durch Briefkontakt oder durch ihren Ruf kannte. Und oft habe ich erfahren, dass irgend jemand, sobald man eintrat, fragte: "Brauchst Du irgendwas?" Ein Mönch würde sagen: "Möchtest Du eine neue Robe?" Wenn man eine wollte, wurde sie einem sofort gegeben. Oder ein anderer Mönch - einer von der moderneren Sorte - würde vielleicht sagen: "Möchtest Du eine Schreibmaschine?" Oder ein Mönch würde vielleicht fragen: "Wohin gehst Du? Möchtest Du etwas Geld?" Das war ihre Lebenseinstellung - zu geben, zu teilen.

Gleichermaßen wurde es, wenn man das Haus eines Laien betrat, als Schande angesehen, wenn man dort auch nur für eine halbe Stunde saß und nichts zu essen und zu trinken angeboten bekommen hatte. In diesem Land hier ist das leider etwas anders. Man zögert normalerweise, andere Leute zu besuchen, wenn man meint, dass Mittags- oder Abendbrotzeit sei, weil man den Gastgeber in die peinliche Situation bringen könnte, einem etwas anbieten zu müssen - peinlich für alle Beteiligten!

Ich kann mich an ein recht extremes Beispiel für die großzügige Einstellung der Menschen im Osten erinnern. Ich lebte für sechs Monate bei einem burmesischen Freund. Er war zufällig ein Mitglied der ehemaligen burmesischen Adelsfamilie. Zu der Zeit war er sehr sehr arm, aber von uneingeschränkter Großzügigkeit. Er war so großzügig, dass es schwierig war, bei ihm zu leben; man musste sehr, sehr vorsichtig sein. Wenn man sagte: "Oh, das gefällt mir.", dann sagte er: "Nimm es!" Es wurde Dir auf der Stelle gegeben. Wenn man sagte: "Oh, das ist ein interessantes Buch.", dann sagte er: "Nimm es!" Alles, was man bewunderte, wurde einem gegeben. Das war anscheinend deren Sitte. Nach einer Weile lernt man sehr vorsichtig zu sein, besonders, weil man nicht ablehnen konnte - etwas abzulehnen zeugte wirklich von sehr schlechtem Benehmen. Man konnte ihm im Gegenzug etwas geben, oder ihm zumindest später etwas geben (es war dort allerdings keine Frage des Wiedergebens). Aber man musste zunächst einmal annehmen.

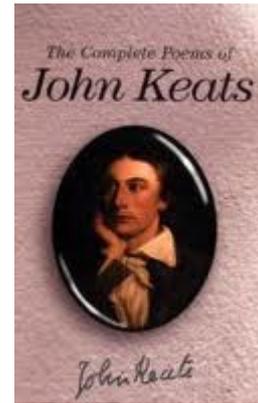
In einigen Teilen der buddhistischen Welt machen sich (insbesondere) die Laien eine Übung daraus, jeden Tag etwas zu geben. Letzten Endes *nimmt* man jeden Tag etwas, und wenn es nur Luft und Nahrung ist. Warum nicht auch jeden Tag etwas *geben*? Manche der östlichen, buddhistischen Familien halten immer Ausschau nach einem Bettler oder einem Mönch, dem sie etwas zu essen geben könnten, oder nach einem Armen, dem sie ein Kleidungsstück oder irgend etwas in der Art geben könnten. Auf diese Weise geben sie ununterbrochen. Es mag nicht viel sein - es mögen nur einige Groschen sein oder ein paar Löffel Reis - aber zumindest üben sie sich. Sie entwickeln die Gewohnheit zu geben, und so wird Geben zu einem integralen Bestandteil ihres täglichen Lebens. Geben sollte nichts sein, das man ein oder zweimal im Jahr tut - zu Weihnachten oder zu Geburtstagen - sondern etwas, das man ständig tut. So besteht ein dauerndes Abgeben als Gegenpol zu dem gleichbleibenden Prozess des Nehmens, dem wir nur allzu schnell und leicht verfallen.

Die zweite Art von Dingen, die gegeben werden kann - dies mag überraschend für einige von Euch sein - ist nicht materieller sondern psychologischer Art. Man nennt es "die Gabe der Furchtlosigkeit". Wenn man herumfährt, entdeckt man, dass so viele Menschen sehr sehr besorgt und ängstlich sind. Sie erscheinen angestrengt und angespannt. Es scheint ihnen ständig etwas im Kopf herumzugehen. Sie scheinen nicht gelassen oder in Frieden zu sein. Sie scheinen nicht glücklich zu sein. Damit muss der Bodhisattva umgehen. Er muss versuchen, Menschen durch seine eigene Anwesenheit, durch seine persönliche Inspiration Kraft, Ansporn und Angstfreiheit zu geben. In der buddhistischen Kunst gibt es eine sehr berühmte Darstellung des Buddhas (als auch verschiedener Bodhisattvas) in dem sogenannten *abhaya mudrā*. Das *abhaya mudrā* bedeutet das *mudrā* oder die Handhaltung der Furchtlosigkeit. Mit diesem *mudrā* sagt der Buddha: "Fürchte dich nicht. Hab keine Angst. Hab keine Angst, denn im Wesentlichen gibt es nichts zu fürchten."

Wir können sogar sagen, dass Angst die schwerwiegende moderne Krankheit ist. Es sind nicht eine Blinddarmentzündung oder gar Krebs, oder gar Herzkrankheiten, die uns meistens frühzeitig umbringen: Es ist einfach Angst. In diesem Zusammenhang fällt mir eine interessante kleine Episode ein, die mir ein Freund in Kalimpong erzählte. Er war ein bekannter russischer Tibetologe. Es geschah, dass er die Vereinigten Staaten von Amerika besuchte. Als er zurückkam, erzählte er mir, dass er dort eine sehr interessante Erfahrung gemacht habe. Anscheinend war er gerade dabei von Bord zu gehen, als er innehielt und dachte: "Das ist merkwürdig. Das ist sehr komisch. Hier besteht eine eigenartige Atmosphäre, wie Nebel - etwas Anhaftendes, etwas Klammes. Was kann das nur sein?" Er war ein sehr sensibler Mensch. Er dachte: "Es ist nichts Physisches - es kommt nicht aus den Fabrikschornsteinen, oder aus den Auspuffrohren der Autos - also woher kommt diese graue, schwere, anhaftende Atmosphäre?" Dann, sagte er, ging ihm plötzlich auf, dass es Angst war, die gleichsam von den Menschen dieses riesigen Kontinents ausgestrahlt wurde. Sie lebten alle in Angst.

Es gibt die Redewendung, dass man "Angst riecht". Man kann im wahrsten Sinne des Wortes Angst riechen. Wenn jemand Angst hat, kann man das riechen. Ein Hund kann das riechen und ziemlich häufig können das auch Menschen riechen, wenn ihre Sinne ausreichend scharf sind. Wenn also eine ganze Nation unter dem Eindruck von Angst lebt, ist sozusagen die gesamte psychische Atmosphäre vergiftet. Die Angst wird spürbar, wahrnehmbar, sie wird zu einer riesigen erdrückenden Wolke über dem Land. In dem Nebel dieser Wolke der Angst - in dieser Finsternis am hellichten Tage - leben und arbeiten Menschen und versuchen unablässig

zu atmen. Diese Angst schwebt, in Keats Worten, wie eine finstere Dunstglocke über unserem Geist (8). In unserem modernen Leben schwebt mehr als nur die Bedrohung durch die Atombombe oder die Wasserstoffbombe über uns: Tatsache ist, dass die Menschen sich gegenseitig nicht mehr zu trauen scheinen. Sie besitzen kein Vertrauen mehr zu einander, sie besitzen kein Vertrauen mehr zum Leben selbst. Die Menschen schrecken ständig zurück, als ob sie gerade dabei wären von einem Schlag getroffen zu werden; sie sind ständig überwältigt von Angst.



Diejenigen, die Meditation üben, werden wissen, dass in der Meditation eine Erfahrung von Angst von Zeit zu Zeit sehr mächtig in uns aufkommen kann. Zunächst kann es sich dabei um Ängste aus unserer Kindheit - oder noch davor - handeln, aber es kommt eine Phase, zumindest für manche Menschen, in der eine fundamentale, ursprüngliche Angst in uns aufsteigt. Dies ist eine schreckliche Angst, aber keine Angst vor etwas Bestimmtem. Es ist eine existentielle Angst, eine Angst, die direkt bis auf den Grund unseres Seins geht, direkt an die Wurzeln unserer Existenz. Es ist eine Angst, der man sich stellen und die man überwinden muss.

Allein durch seine Anwesenheit, allein durch sein Vorbild - dadurch, dass er das Beispiel eines Menschen gibt, der die Angst besiegt hat, der die Angst hinter sich gelassen hat, befreit der Bodhisattva von der Angst. Somit gibt der Bodhisattva Furchtlosigkeit in einer Welt von Wesen, die überwältigt sind von Angst.

Drittens gibt der Bodhisattva Bildung und Kultur. Man kann sehen, dass der Buddhismus, wo auch immer er in Asien Verbreitung fand, ein Träger von Kultur, von Kunst, Wissenschaft und aller Art von Kenntnissen war - und nicht nur ein Träger religiöser Lehren und Praktiken. Der Bodhisattva verbreitet auch weltliches Wissen, denn Kopf und Herz - der Intellekt und die Emotionen - werden durch die Künste und Wissenschaften verfeinert und mehr auf spirituelle Dinge eingestimmt. Daher ist diese Gabe von Wissen, diese Gabe von Kultur, diese Gabe von Bildung (selbst im herkömmlichen Sinne) eines der Dinge, die der Bodhisattva gibt.

Als Viertes gibt der Bodhisattva eventuell, wenn es die Situation erfordert, Leib und Leben. Diese besondere Art des Gebens ist Thema vieler Jātaka-Geschichten. Die Jātaka-Geschichten sind Geschichten von Buddha Gautamas früheren Leben. Einige dieser Geschichten werden uns in unserem westlichen Verständnis, vor allem dem modernen westlichen Verständnis, reißerisch, um nicht zu sagen melodramatisch erscheinen. Es gibt zum Beispiel eine Geschichte, in der der Bodhisattva seine Frau und seine Kinder hergibt (9). Manchmal ereifern sich einige darüber und sagen: "Wären denn die Frau und die Kinder des Bodhisattvas sein Eigentum, dass er sie weggeben musste, genau wie so viele andere seiner Güter und Vermögen?" Manche Menschen regen sich sehr darüber auf. Aber das ist nicht die Weise, in der die Geschichte verstanden werden sollte. Die Geschichte veranschaulicht nur, wie der Bodhisattva die Dinge weggeben muss, ja aufgeben muss, die ihm natürlicherweise am nächsten stehen und am liebsten sind.

Da nichts einen höheren Preis hat, als unser eigener Leib und unser Leben, gibt es Geschichten in den Jātakas, in denen der Bodhisattva, oder der kommende Buddha, auch

dieses verschenkt. Es gibt eine sehr blutrünstige Geschichte davon, wie der Bodhisattva einmal seinen Körper einer hungernden Tigerin opfert, damit sie ihre Jungen füttern kann. Wenn man das wörtlich nimmt, führt das zu allen möglichen Fragen und Problemen (auf die wir hier nicht näher eingehen werden).

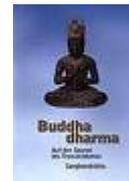
Eine Sache, die man in diesem Zusammenhang niemals vergessen darf, ist, dass, wenn wir das Ideal des Bodhisattvas ernst nehmen, wenn wir den Buddhismus ernst nehmen, wenn wir die geistigen Prinzipien ernst nehmen, wir unter gewissen Umständen gefordert sein könnten, für diese Prinzipien und Ideale unsere Leben zu opfern.

Hier, in diesem Land, haben wir es in vielerlei Hinsicht sehr, sehr leicht. Eine der großen Segnungen, derer wir uns in diesem Land erfreuen können, ist relative Religionsfreiheit, in der Tat fast vollkommene Religionsfreiheit. Hier steht es uns frei, uns zum Buddhismus zu bekennen und ihn auszuüben. Wenn wir Buddhisten sein wollen, gibt es nichts und niemanden, der uns abhalten kann. Wir können Buddhismus studieren, meditieren, uns in dāna üben, eine Pūjā abhalten: Wir können machen, was immer wir wollen. Wir können uns glücklich schätzen, dass das so ist. So ist es nicht überall in der Welt. Wenn wir zum Beispiel in einem kommunistischen Land - in China, in der Tschechoslowakei, oder in Tibet - lebten, würde es für uns sehr sehr schwierig sein, Buddhismus auszuüben. Auch in islamischen Ländern kann man, um nicht nur die kommunistischen Länder herauszuheben, kein Buddhist sein. Ich habe einige Freunde, die im Iran, einem vornehmlich islamischen Land, versuchten, der buddhistischen Lehre zu folgen, aber es war einfach nicht möglich. Sie hatten den Buddhismus weder gepredigt, noch propagiert. Aber kaum, dass es bekannt wurde, dass sie Buddhisten waren, wurden sie gesteinigt. Letzten Endes mussten sie gehen. Wie sieht es denn, um nicht nur von den islamischen Ländern zu reden, mit den römisch-katholischen Ländern aus? In einigen dieser Länder ist es sehr schwierig, ein Buddhist zu sein. Es ist sehr schwierig, buddhistische Literatur in einige dieser römisch-katholischen Länder zu senden. Ich erinnere mich an eine französische Frau, eine Freundin von mir, die vor ein paar Jahren von Frankreich nach Spanien ging. Als sie durch den Zoll kam, mit einem Haufen buddhistischer Literatur im Gepäck - die sie studierte - wurde ihr gesagt: "Solche Literatur ist in unserem Land nicht erlaubt." So weit ich weiß, gab es noch nie einen öffentlichen Vortrag über Buddhismus im katholischen Spanien. Um aber nicht nur von einer östlichen Religion wie dem Buddhismus zu reden, auch Protestantismus darf man dort nicht öffentlich predigen (11)! (Anmerkung: Der Vortrag wurde 1969 gehalten)

Wir sollten uns vielleicht klar machen, was für ein Glück wir haben, dass wir in diesem Land absolute Religionsfreiheit und Toleranz genießen können. Aber wir müssen uns auch vergegenwärtigen, dass es in dieser modernen Welt, unter manchen Regimen nicht so einfach für uns sein könnte, und dass wir darauf gefasst sein müssen, eventuell sogar unser Leben für unsere Prinzipien und Ideale zu opfern. Wir müssen uns die Frage stellen: "Wäre ich bereit, mein Leben zu opfern?" Es ist leicht genug, zu einem Vortrag wie diesem zu kommen; aber stellt Euch vor, ihr müsstet das in der Nacht tun, mit der Angst ertappt zu werden - von Polizei oder Informanten. Würdet Ihr dann kommen? Wenn Ihr damit, dass Ihr meditiert oder dadurch, dass Ihr ein Buch über Buddhismus lest, oder dadurch, dass Ihr Euch hinstellt und über Buddhismus redet, Euer Leben riskiert - würdet Ihr auch nur eine dieser Sachen tun? Oder würdet Ihr nicht zu der Mehrheit derer gehören, die denken würde: "Nun, ich werde Buddhist in meinem nächsten Leben; in diesem Leben ist es zu schwierig."

Wenn wir das Ideal des Bodhisattvas ernst nehmen, wenn wir uns ernsthaft Gedanken um dāna machen, dann müssen wir bereit sein, falls es nötig ist, um der Prinzipien und Ideale willen, die einem lieb und teuer sind und an die man glaubt, selbst Leib und Leben zu geben. Das bedeutet nicht, dass man sein Leben in tollkühner, theatralischer und leichtsinniger Weise fortwerfen sollte, sondern dass man sich fragen muss, ob man dazu bereit ist, dieses Opfer zu bringen, wenn es tatsächlich notwendig wäre.

Als Nächstes kommt das Geben von Verdiensten (12). Die Idee von Verdienst besteht darin, dass man, wenn man etwas Gutes tut, eine bestimmte Menge Verdienste "gutgeschrieben" bekommt; je mehr gute Taten man tut, desto mehr Verdienst kann man anhäufen. Im Hinayāna ist die Idee des Verdienstes sehr bedeutend. In gewisser Weise ist es eine gute Idee, denn sie ermuntert Menschen dazu, Gutes zu tun. Aber es gibt eine Kehrseite: die Neigung zum Individualismus wird begünstigt. Man sieht den Sinn des spirituellen Lebens darin, gewaltige Mengen von Verdiensten anzuhäufen, die persönliches Eigentum sind - *unser* Eigentum. In meinem *Survey of Buddhism* (deutsch: *Buddhadharma*) zitiere ich das Beispiel eines jainistischen Bettelmönchs, der für sich Jahre in Entsagung übte, bis er eine sehr große Anzahl von Verdiensten auf seinem Konto gutgeschrieben hatte. Schließlich kam er zu der Überzeugung, dass er kein Bettelmönch mehr sein wollte; er wollte ins normale Leben zurückkehren und ein Gewerbe eröffnen. Also, was tat er? Es gab dort einen anderen Bettelmönch, der nicht so viele Verdienste hatte, aber etwas Geld. Also verkaufte der erste Bettelmönch seine Verdienste an den Zweiten, eröffnete mit dem Ertrag sein Gewerbe und lebte glücklich bis ans Ende seiner Tage (13). Das ist es, was passiert, wenn man diese Idee der Verdienste sehr wörtlich, um nicht zu sagen wortwörtlich nimmt.



Dann kam der Mahāyāna-Buddhismus. Der Mahāyāna-Buddhismus sagte: "Das geht nicht, das ist Individualismus. Aber andererseits hängen die Menschen sehr an dieser Idee der Verdienste: sie glauben an die Verdienste; sie meinen, dass sie Verdienste haben, wenn sie gute Taten vollbringen. Also gut, wir werden sie auffordern ihre Verdienste abzugeben, ihre Verdienste mit anderen zu teilen, ihre Verdienste zu übertragen." Auf diese Weise wirkte der Mahāyāna-Buddhismus dem Individualismus der vorherigen Herangehensweise entgegen.

Wenn wir es ohne Fachvokabular auf untraditionelle und sogar unbuddhistische Weise betrachten wollen, dann kann man sagen, dass die Idee, Verdienste abzugeben, bedeutet, dass man nicht an seinen Tugenden hängen sollte; man sollte nicht zu sich selbst sagen: "Was für eine nette kleine Tugend habe ich da! Sie gehört mir!" Mit so einer Einstellung behandelt man seine Tugend wie ein Kind, das man hervorgebracht hat: Man ist stolz darauf; man ist selbstzufrieden; man streichelt ihm über den Kopf. Sie ist die Lieblingstugend, die nur einem selbst gehört. Der Mahāyāna-Buddhismus durchkreuzt diese Art der Herangehensweise und fordert: "Lass sie los! Teil sie! Verteil sie ein wenig!" Francis Bacon sagte: "Geld ist wie Mist - es ist um so besser, je mehr man es verteilt." (14). Das Gleiche kann man vielleicht von den Verdiensten sagen: Auch Verdienste sind wie Mist - sie sind um so besser, je mehr man sie unter einer Anzahl von Menschen verteilt.

Zu guter Letzt kommen wir zum Dharma dāna, dem Geschenk des Dharma, dem Geschenk der Wahrheit, dem Geschenk der Lehre. Von diesem Geschenk wird gesagt, dass es das höchste ist. Man kann einem Menschen materielle Güter geben, man kann ihm psychologische Sicherheit bieten, man kann ihm Bildung und Kultur geben, sogar Leib und Leben für ihn opfern und sogar seine wertvollen Verdienste mit ihm teilen, aber die größte

aller Gaben ist, die Wahrheit mit ihm zu teilen, die man selbst - eventuell nach vielen Mühen, Schmerzen und Schwierigkeiten - verstanden hat. Dieses Dharma dāna, dieses Geben der Gabe der Lehre, durch ein Wort, einen Vorsatz oder durch ein Beispiel, ist traditionell die besondere Aufgabe der Mönche, der Lamas, der Meister usw. Aber zur gleichen Zeit wird betont, dass alle teilhaben können an dieser großen Verantwortung. In der Tat kann man gar nicht anders. Man gibt tatsächlich ununterbrochen: man gibt die ganze Zeit etwas von sich; man strahlt ständig etwas aus. Wenn man irgend etwas vom Buddhismus in sich aufgenommen hat, muss man es unweigerlich bei seinem Kontakt mit anderen Menschen Buddhismus von sich geben - ob man das will oder nicht. Das bedeutet nicht, dass man bei jeder möglichen - oder unmöglichen - Gelegenheit das Wort "Buddhismus" erwähnen muss und damit zum buddhistischen Langweiler wird. Es bedeutet nicht, dass man wie der eifrige Katholik aus einer von G. K. Chestertons Geschichten werden muss, der eine Unterhaltung immer, egal mit welchem Thema sie auch begann, in Richtung auf die römisch-katholische Kirche zu lenken wusste. Eines Tages traf er einen Mann in einer Kneipe, der sehr gerne fischen ging, und sprach zu ihm: „Oh, Fischen? Ich interessiere mich auch fürs Fischen. Es gab einmal einen sehr berühmten Fischer. Sein Name war Petrus ...“ Auf diese Weise kam er auf den Papst und die katholische Kirche zu sprechen. Aber das ist nicht gemeint. Im Verlauf einer Unterhaltung sollte das, was man vom Buddhismus aufgenommen hat, ganz selbstverständlich zum Ausdruck kommen, ohne dass es unbedingt als Buddhismus gekennzeichnet werden müsste.

So viel zu dem, "was gegeben werden kann". Dies ist die wichtigste der vier Rubriken. Ich will nun kurz noch einmal die sechs Dinge zusammenfassen, die gegeben werden können:

1. materielle Güter,
2. Furchtlosigkeit,
3. Bildung und Kultur,
4. Leib und Leben,
5. die eigenen Verdienste,
6. den Dharma.

Drittens: Wie sollte man geben? Darauf brauchen wir nicht viel Zeit zu verwenden; es ist ganz einfach. Zunächst einmal heißt es, dass wir gefällig geben sollten. Ich fürchte, im Osten vergehen sich die Menschen manchmal, was Bettler angeht, an diesem Vorsatz. Wenn sie zum Beispiel einen Bettler sehen - der vielleicht nur am Straßenrand sitzt - dann werfen sie eher verächtlich eine Münze in seine Richtung. Der Buddhismus jedoch sagt, dass man, wenn man - wem auch immer - etwas gibt, sei es ein Bettler oder nur ein Tier, dann sollte man das gefällig geben. Und dann sollte man freudig geben - mit einem lächelndem Gesicht. Das ist von psychologischer Bedeutung. Was ist eine Gabe wert, die man mit einem finsternen Gesicht gibt? Es vernichtet die halbe Wirkung. Und dann sollte man schnell geben, ohne Verzögerung. Im Osten ist das besonders wichtig, wo manchmal das Leben eines Menschen von der unmittelbaren Großzügigkeit eines anderen abhängt. Weiterhin gibt man nicht so, als ob man unwillig ist, zu geben, als ob man dazu gezwungen würde. Außerdem sollte man geben, ohne es nachher zu bereuen. Nach dem Geben sollte man froh darüber sein, gegeben zu haben; man sollte nicht denken: "Ich nehme an, ich musste es tun. Es wäre besser gewesen, ich hätte es nicht getan. Wie schade, dass ich es getan habe."

Und dann, heißt es, sollte man geben ohne mit anderen darüber zu reden - man sollte es nicht erwähnen. Ich erinnere mich, dass ich einmal an einer Versammlung in Südindien teilnahm. Vor der Versammlung hatte jemand eine sehr geringe Summe Geld geschickt, ungefähr vier

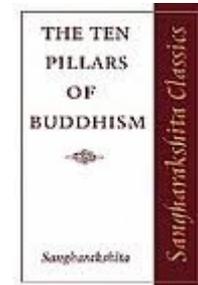
Pence. Dann, mitten in der Versammlung, stand dieser Mensch auf und fragte den Organisator mit lauter Stimme: "Haben Sie meine Spende erhalten?" Solche Sachen passieren. Also, man sollte geben, ohne damit Aufmerksamkeit auf seine Großzügigkeit zu lenken. Dann, heißt es in den Mahāyāna-Sūtras, sollte man Freund und Feind geben: wenn einer unserer Feinde daher kommt und Hilfe braucht, sollte man ihm genauso viel geben wie einem Freund. Und außerdem sollte man den Guten wie den Schlechten geben: man sollte nicht zwischen den sogenannten guten Menschen und denen, die angeblich Schlechtes tun, unterscheiden. Und darüber hinaus, heißt es, dass wir immer und überall geben sollten, aber im rechten Maß (man sollte abwägen und den Menschen ihren wahren Bedürfnissen entsprechend geben, und nicht entsprechend ihren momentanen Wünschen).

Die vierte und letzte Frage ist, warum man dāna geben sollte. Das bringt uns zu der äußerst wichtigen Frage der Motivation. Manche Menschen geben - manchmal im großen Maßstab - um einen guten Ruf zu bekommen. Ich muss leider sagen, dass dies in Indien sehr verbreitet ist: reiche Geschäftsleute, Millionäre, Multimillionäre, überschreiben große Summen an Geld an Krankenhäuser und Apotheken. Aber sie sagen immer recht direkt, eigentlich recht unverfroren, dazu: "Mein Name muss da stehen!". Sie bestehen darauf, dass das Krankenhaus oder die Apotheke nach ihnen benannt wird. Manchmal geben sie unter der ausdrücklichen Bedingung, nur Geld zu spenden, wenn das Gebäude, das gebaut werden soll, nach ihnen benannt wird - was dann sehr häufig einen sehr langen Namen bekommt. Andere, religiösere Menschen geben vielleicht mit der Vorstellung, dass sie nach ihrem Tod zum Himmel fahren werden, dass sie für sich "Reichtümer anhäufen im Himmel". Dem Buddhismus zufolge ist das keine besonders edle Idee. Der Buddhismus lehrt, dass, wenn man ein tugendhaftes Leben führt, auch später den Lohn dafür erhält, aber man sollte kein tugendhaftes Leben aus dieser Motivation heraus führen. Der Bodhisattva gibt einzig und allein, um mittels seines großzügigen Tuns (mittels der Vernichtung von Gier, die es bewirkt) zur Erleuchtung zu gelangen - nicht nur für sich selbst, sondern zum Nutzen für alle empfindenden Wesen.

Dies führt uns nun von dāna zu dāna pāramitā, der Vollkommenheit des Gebens, dem transzendentalen Geben. Das Wort pāramitā bedeutet buchstäblich "das, was zum anderen Ufer führt", mit anderen Worten, zum anderen Ufer des Nirvāṇa (des Unbedingten, des Absoluten, der Leere). Genau genommen gibt es nur eine pāramitā (wir sprechen von sechs oder zehn), und das ist prajñā (Weisheit) pāramitā. Prajñā ist Weisheit im Sinne direkter Erkenntnis von Śūnyatā, der Leerheit. Die wirkliche Bedeutung von dāna pāramitā ist die Tätigkeit des Gebens, verbunden mit der Erfahrung von Śūnyatā. Aus diesem Grund wird wahres dāna, dāna pāramitā, häufig als *trimandalaparisuddha* bezeichnet, was "von einem dreifältigen Kreis der Reinheit" bedeutet. Der dreifältige Kreis der Reinheit besteht darin, dass es im Akt des Gebens keine Vorstellung vom Selbst gibt (keine Vorstellung von *ich* gebe), dass es keine Vorstellung vom Empfänger gibt (dass ich *ihm* oder *ihr* etwas gebe) und keine Vorstellung vom Akt des Gebens (*dass ich gebe*). Das bedeutet nicht, dass es sich dabei um einen Zustand von Leere, Nichtwissen, Unbewusstsein handelt; es handelt sich um vollkommenes, klares Gewahrsein. Dieses Geben ist auch natürlich, spontan und unerschöpflich. Es ist ein Geben, könnte man sagen, aus der Tiefe der eigenen inneren Erfahrung der Wirklichkeit, des eigenen Eins-Seins mit dem Geist des Mitgefühls, das im Einklang mit den Bedürfnissen empfindender Wesen ist. So viel zu dāna pāramitā, der Vollkommenheit des Gebens, der Verkörperung des altruistischen Aspekts des Lebens und der Arbeit des Bodhisattvas.

Nun kommen wir zu śīla, der zweiten pāramitā, die den eher individualistischen, den eher selbstbezogenen Aspekt im Leben des Bodhisattvas verkörpert. Es, so könnte man sagen, entspricht dem Aspekt der Selbstreinigung - nicht ausschließlich, aber doch hauptsächlich.

Als wir uns mit dāna befasst haben, haben wir Gebrauch von der traditionellen Einteilung gemacht; aber im Falle von śīla, schlage ich vor, dass wir anders verfahren. Traditionell wird śīla in Form (I) der "Fünf Vorsätze" oder (II) der "Zehn Vorsätze" dargelegt, die zur dreifältigen Reinigung des Körpers (durch drei Vorsätze), der Rede (durch vier Vorsätze) und des Geistes (durch drei Vorsätze) führen, und (III) der "Vierundsechzig Vorsätze" für Bodhisattvas. Das ist für uns nichts Neues, und daher setze ich dies alles als bekannt voraus. Heute wollen wir uns auf die buddhistische Ethik konzentrieren, angewendet auf drei verschiedene Bereiche menschlichen Lebens, die praktisch jeden betreffen: die Ernährung, die Arbeit und die Ehe.



Zunächst ein Wort zu śīla im Allgemeinen. Vor nicht allzu langer Zeit habe ich śīla als "Rechtschaffenheit" wiedergegeben. Das ist mehr oder weniger die buchstäbliche Bedeutung. Im Allgemeinen wird es als "Moral" wiedergegeben, und ich habe es in der Tat selbst in einigen Zusammenhängen so wiedergegeben. Aber heute abend habe ich bewusst vermieden, das zu tun. Ich habe den Begriff Moral vermieden, weil mir scheint, dass er für viele Menschen, besonders wenn ich mich mit jüngeren Freunden unterhalte, eher unangenehme Konnotationen hat. Das Wort Moral wird mit den traditionellen, den konventionellen, um nicht zu sagen, den reaktionären moralischen Haltungen verbunden, die viele Menschen heute für veraltet und verbraucht halten - mit anderen Worten, jene, die auf orthodoxen christlichen Doktrinen, um nicht zu sagen Dogmas, beruhen.

Wo wir gerade beim Thema sind: als ein Ergebnis meiner eigenen Studien, nicht nur der Religion im Westen, sondern der Geschichte der westlichen Welt im Allgemeinen, komme ich um die Beobachtung nicht herum, dass die orthodoxen christlichen Moralvorstellungen und Ideale, die nicht unbedingt die der Evangelien selber sind, im Westen mehr Schaden als Gutes verursacht haben. Unter anderem sind sie dafür verantwortlich, in Millionen von Menschen Gefühle - in manchen Fällen sehr, sehr intensive Gefühle - der Versündigung und der Schuld hervorgerufen zu haben. Ich bin mir sicher, dass solche Gefühle Tausende, gar Millionen von Menschenleben im Westen zerstört haben. Ich glaube, es ist nur gerecht festzustellen, dass vor allem in der Sphäre der Sexualethik der Einfluss des Christentums der orthodoxen Kirche katastrophal gewesen ist.

Ich betone das, weil wir alle, die wir hier im Westen geboren, aufgezogen und erzogen worden sind, bis zu einem gewissen Grade von dieser Geisteshaltung und diesen Annahmen beeinflusst sind. Es geht hier nicht darum, das Christentum zu akzeptieren oder nicht zu akzeptieren; selbst im Fall derer, die das Christentum bewusst ablehnen (Atheisten, Humanisten, Agnostiker, usw.), sind sie häufig tiefgehend durch christlich-moralische Annahmen beeinflusst. Es ist sehr wichtig, dass wir versuchen das zu verstehen, denn wenn wir es nicht verstehen, wenn wir der Prozesse, die in unserem Leben wirken, nicht gewahr werden, dann übertragen wir unbewusst christliche Verhaltensweisen, besonders im ethischen Bereich, in unser buddhistisches Leben, was zu Verwirrung und möglicherweise zu Chaos führt.

Vor kurzem, bei einem Treffen, geschah es, dass ich die Bemerkung machte, dass meiner Meinung nach der Buddhismus in England nur dann weite Verbreitung finden könne, wenn zuerst das Heidentum wieder aufleben würde. Alle in der Versammlung hielten das für einen guten Witz und dachten, dass ich sie auf die Schippe nehmen würde. Aber da war ein Mann, der dachte, dass ich es vielleicht ernst gemeint hatte. Deshalb kam er nach dem Treffen zu mir und sagte: "Was hast Du mit dieser Bemerkung gemeint? Was meinst Du mit Heidentum?" Ich sagte: "Mit Heidentum meine ich die Aufgabe der christlichen - das heißt der orthodox christlichen - Moralvorstellungen; nur wenn man davon loskommt, kann der Weg geebnet werden, um den Buddhismus im größeren Maßstab einzuführen und zu praktizieren."

Nun wollen wir uns der Anwendung der buddhistischen Ethik auf die bereits erwähnten drei Lebensbereiche zuwenden. Es handelt sich hierbei nicht um eine umfassende Behandlung

Zuerst einmal Nahrung. Essen, die Aufnahme von den Substanzen, die wir "Nahrung" nennen, nimmt offensichtlich einen sehr wichtigen Platz in unserem Leben ein. Ich weiß nicht wie viele tausend Stunden in unserer Lebenszeit wir mit dieser faszinierenden Tätigkeit verbringen, aber es muss recht beachtlich sein. Da es solch eine wichtige Tätigkeit ist, eine, der wir so viel Zeit, Energie und Geld widmen, eine, für die wir besondere Vorrichtungen in unserem Haus in Form von Küchen und Kochutensilien usw. benötigen, ist es notwendig, sie auch buddhistisch zu betrachten: Wir können nicht denken, dass wir sie außen vor lassen können - unberührt von unseren buddhistischen Idealen.

Im Hinblick auf die Ernährung können einige Prinzipien angewandt werden. Das wichtigste Prinzip ist offensichtlich das der Gewaltlosigkeit, oder, um es positiver auszudrücken, das Prinzip der Achtung des Lebens. Das bedeutet in der Praxis die Enthaltensamkeit von fleischlicher Nahrung; mit anderen Worten, es bedeutet Vegetarismus. Einige der Mahāyāna Sūtren sagen, dass der Bodhisattva sich genauso wenig vorstellen kann, Fleisch zu essen, wie eine Mutter sich nicht vorstellen kann, das Fleisch ihres Kindes zu essen. So sollte der Bodhisattva fühlen.

Im Buddhistischen Orden Triratna ist strikter Vegetarismus nicht zwingend, aber wir erwarten auf jeden Fall, dass alle Mitglieder, und wenn möglich auch all unsere Freunde in der Buddhistischen Gemeinschaft Triratna einen eindeutigen Schritt in Richtung Vegetarismus machen. Ich weiß, dass die Umstände zu Hause manchmal vielleicht schwierig sind und dass es eventuell nicht möglich ist, strikt vegetarisch zu leben. Aber zumindest kann man einige Dinge aufgeben, oder man kann an bestimmten Tagen in der Woche oder zu bestimmten Gelegenheiten verzichten. Letzten Endes ist niemand hundertprozentig gewaltlos; es ist relativ, eine Frage des Ausmaßes. Aber in dieser Hinsicht sollten wir auf jeden Fall so wenig gewalttätig sein, wie wir können, sollten das Leben so viel wie möglich achten. Man könnte vielleicht sagen, dass Vegetarismus in jeder Ausprägung eine direkte Anwendung jenes äußerst wichtigen Prinzips auf unser Leben ist, das den Bodhisattva bewegt: das Prinzip des Mitgefühls.

Jedoch ist das noch nicht genug. Man sollte, um sich selbst gerecht zu werden, Nahrung zu sich nehmen, die rein und gesund ist. Mit "rein" meine ich nicht, dass sie bis zu einem solchen Grad raffiniert worden ist, dass nichts Gutes mehr in ihr enthalten ist. Das ist nicht rein, überhaupt nicht natürlich rein; das ist einfach nur chemisch rein.

Man sollte nur so viel essen, wie es für eine gute Gesundheit notwendig ist. Manchmal vergessen wir, dass es der Sinn des Essens ist, unseren Körper zu erhalten. Wenn man auf der Ebene des Existenzminimums lebt, so wie häufig die Menschen in Asien, dann weiß man das ganz genau. Im Westen, wo die Ernährung meist optimal ist, weiß man das nicht immer.

Außerdem sollte man nicht neurotisch essen. Damit meine ich, man sollte nicht essen, um Nahrung als Ersatzbefriedigung für andere - normalerweise emotionale - Bedürfnisse zu benutzen. Das ist es, was Menschen tun. Viele Menschen überessen sich, weil sie Nahrung als etwas benutzen, das ein frustriertes, emotionales Bedürfnis ausgleicht.

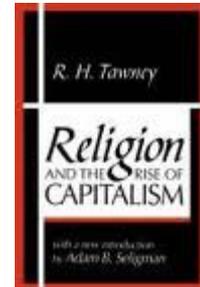
Dann sollte man still und friedlich essen. Ich glaube, das ist sehr wichtig. In einem der vorhergehenden Vorträge habe ich auf diese Unart des "Geschäftsessens" Bezug genommen. Während eines Geschäftsessens versucht man gleichzeitig Geschäfte zu machen und zu essen. Ich glaube, das ist der Gipfel an Unzivilisiertheit; das ist grob unzivilisiertes Verhalten. Essen sollte still und friedlich sein. Übrigens, bin ich mir sicher, dass es für einen sensiblen und achtsamen Menschen nicht gut ist, in einem Restaurant oder Cafe zu essen, wo viel Lärm ist - Geschepper und Geklapper, und laute Gespräche.

Aber vor allen Dingen sollte man achtsam essen - sich dessen gewahr sein, was man tut. Dies ist das große buddhistische Prinzi. Man sollte nicht essen und gleichzeitig versuchen, die Zeitung zu lesen oder ein Geschäft zu besprechen oder eine Auseinandersetzung mit seiner Ehefrau zu führen. Man sollte achtsam essen, wissend was man tut. Ich bin manchmal gefragt worden, ob Buddhisten ein Tischgebet haben, das man vor dem Essen aufsagen könnte. In Tibet und in Japan, in einigen Mönchsklöstern, haben sie so was, aber das war ursprünglich nicht die Praxis. Ursprünglich gab es kein Tischgebet, das die Mönche vor dem Essen aufsagten: die Mönche wurden einfach gebeten, achtsam zu essen. Achtsam zu essen ist eine religiöse Übung in sich.

Ich kann mir kein schöneres Beispiel vorstellen, das all diese Qualitäten zusammenfasst, als die japanische Teezeremonie. Hierbei versammelt sich eine kleine Gruppe von Menschen, zwei oder drei, höchstens vier Personen - in einer ruhigen Ecke eines Gartens in einer kleinen, rustikalen Hütte. Sie sitzen um einen Kohleherd und lauschen dem Summen des Kessels. Sehr still und friedlich, mit sehr langsamen, erlesenen, feinen, achtsamen Bewegungen, wird der Tee ausgeschenkt. Er wird zu den Gästen herumgereicht. Man nippt daran. Die Menschen sind einfach nur zusammen, vertieft in diese äußerst einfache, alltägliche Tätigkeit des Teetrinkens. Es schüttelt mich, wenn ich daran denke, wie wir hierzulande manchmal Tee trinken - wir verschütten ihn in unsere Untertassen usw. Die japanische Teezeremonie zeigt, zu welchen Höhen der Perfektion selbst solch eine einfache, alltägliche Tätigkeit gehoben werden kann, wenn wir nur Achtsamkeit darauf verwenden. So gesehen, könnte man seine Cornflakes achtsam essen ... Ich wollte noch hinzufügen: "Und man kann sein Steak mit Zwiebeln achtsam essen!" Ich wage hier vielleicht etwas, wenn ich sage, dass es vielleicht besser ist, sein Steak mit Zwiebeln achtsam zu essen, als unachtsam ein Gemüseschnitzel. Ich weiß es nicht. Was man auf der einen Seite verliert, scheint man auf der anderen Seite zu gewinnen. Ich denke dennoch, dass jeder das zugrundeliegende Prinzip verstehen kann: Selbst Essen, diese recht alltägliche Tätigkeit, kann in eine Art Kunst verwandelt werden, kann zu einem *do* ("Weg"), im japanischen Sinne des Wortes, gemacht werden. Ich glaube, ich kann sagen, dass wenn jemand jeden Tag achtsam essen würde, jeden Tag achtsam Tee trinken würde und Jahr für Jahr achtsam essend und trinkend leben würde, es sehr gut sein

könnte, dass er in wenigen Jahren so viel erlangt hat, wie andere Menschen durch ausdauernde Übung, selbst von Meditation, erlangt haben.

Zweitens, die buddhistische Einstellung zur Arbeit. Zunächst muss ich sagen, dass wir hier im Westen alle eine falsche Vorstellung von Arbeit haben. Erstens einmal, wir denken - und manchmal sagen wir - dass jeder arbeiten muss. Wir meinen damit, dass jeder für Geld arbeiten muss. Wir denken und sagen, dass es falsch ist, nicht zu arbeiten, dass es sündhaft ist, nicht zu arbeiten, nicht erwerbstätig zu sein. Diese Einstellung ist zweifellos ein Erbe des Protestantismus. (Man kann dazu den berühmten Klassiker von Tawney *Religion and the Rise of Capitalism* (16) zur Hand nehmen und dort alles im Detail nachlesen.) Die meisten von uns haben ein leicht schlechtes Gewissen, wenn sie ein paar Tage frei nehmen und gar nichts tun. Sie fühlen sich schuldig - als ob sie nicht ein paar Tage frei haben dürften, als ob sie sich nicht amüsieren dürften, als ob sie nicht nichts tun dürften. Einige Menschen können morgens nicht ein paar Stunden länger im Bett verbringen, ohne sich schrecklich schuldig zu fühlen, weil sie so erzogen und geformt worden sind. Manchmal, wenn wir andere Leute dasitzen und nichts tun sehen, fühlen wir uns rastlos und unwohl: wir wollen, dass sie sich bewegen und etwas tun, denn es ist geradezu ein Affront für uns, wenn sie so still dasitzen, während wir etwas tun. Um genau zu sein, ist dieses Gefühl, etwas tun zu müssen, hier im Westen, besonders in den angelsächsischen Ländern, natürlich einschließlich der Vereinigten Staaten von Amerika, eine Art Krankheit.



Ich erinnere mich an eine sehr ehrenwerte französische Frau, die eine buddhistische Nonne geworden war und einige Zeit in Kalimpong verbrachte, als ich in Kalimpong lebte. Sie war unglaublich aktiv; sie tat ständig etwas. Sie hielt ihre Zelle in einem pikobello Zustand; sie war ständig am Waschen und Schrubben und Auswringen und Spülen und am Wäsche Auf- und Abnehmen und erneutem Schrubben; sie fütterte Katzen und sie fütterte Hunde; sie wusch Sachen blütenweiß; sie kletterte auf Leitern; sie trug große Eimer voll Wasser; sie studierte Sanskrit und konsultierte ihr Paliwörterbuch und las tibetische Texte; sie ging zum Basar: sie war morgens, mittags und nachts tätig. Eines Tages kam sie zu mir, um mich wegen ihres spirituellen Zustands um Rat zu fragen! Also sagte ich: "Meine liebe Anila," ("Anila" ist die Anrede für Nonnen; in tibetisch bedeutet es "Tante") "da ist etwas, das Du lernen musst." Sie sagte: "Oh, was ist es?" Sie war gespannt darauf, es zu lernen! Also sagte ich: " Du musst lernen, Zeit zu vergeuden." Ihr Gesicht verzog sich. Um genau zu sein, es lief rot an - ich bin nicht sicher, ob aus Ärger oder aus Entrüstung. Und ohne ein weiteres Wort drehte sie sich um und ging. Aber sie kam wieder, und ich sagte: "Ernsthaft, Du musst lernen, Zeit zu vergeuden. Obwohl Du eine Nonne geworden bist, hast Du einen zwanghaften Trieb, zu arbeiten. Schau Dir nur die Inder und die Tibeter an. Sie sitzen herum; sie tun den ganzen Tag lang nichts. Schau wie wunderbar das ist!" Als ich das sagte, spuckte sie fast vor Verachtung aus. Nichtsdestotrotz bin ich mir sicher, dass eine Menge Wahrheit in meinem Rat war.

Leider sehen wir hier im Westen zu oft auf diejenigen herunter, die nicht arbeiten oder nicht arbeiten wollen. Wir haben für sie alle möglichen Schimpfworte: "soziale Parasiten", "Taugenichtse" usw. Wir halten sie absolut nicht für achtenswert. Übrigens fiel mir ein, als ich über diesen Vortrag nachdachte, dass der Buddha selbst, so weit ich weiß, nicht einen Tag seines Lebens gearbeitet hat. Er wurde in eine wohlhabende, aristokratische Familie geboren. Er hatte viele Diener. Zu Hause hatte er nie gearbeitet - nicht einen Handschlag! Den

Aufzeichnungen zufolge verbrachte er den größten Teil seiner Zeit in drei Palästen mit singenden, tanzenden Mädchen und Musikinstrumenten. Das ist es, was die Schriften sagen. Dann, als er sein Heim verließ, als er als Bettelmönch auszog, lebte er von anderen Menschen: andere Menschen gaben ihm zu essen und Kleidung - er tat niemals etwas dafür. Er predigte natürlich, aber er hätte sowieso gepredigt, genau wie die Sonne sowieso scheint. Er hat nie in dem Sinne gearbeitet, dass er für Geld gearbeitet hätte. Das ist also vielleicht etwas, was man in Betracht ziehen sollte, dass der Buddha, der Erleuchtete, keinen Tag seines Lebens mit ehrlicher Arbeit verbracht hat.

Ich habe hier von Arbeit im Sinne von Anstellung gesprochen. Aber es gibt so etwas wie kreative Arbeit. Kreative Arbeit, könnte man sagen, ist eine psychologische Notwendigkeit. Wir müssen etwas erschaffen; wir müssen etwas herstellen. Es mag nur in Form von Kochen sein, oder es mag nur - ich sage "nur", aber es ist in der Tat eine sehr wichtige Tätigkeit - in Form des Kindergroßziehens sein. Es mag in Form von Schreiben und Malen sein. Es mag in einer Art konstruktiver, sozialer Unternehmung sein. Was auch immer die Tätigkeit im Einzelnen ist, wir müssen etwas erschaffen: das ist ein menschliches Bedürfnis. Aber um dieses Bedürfnis, etwas zu erschaffen, zu befriedigen, braucht es nicht mit einer Anstellung verbunden zu sein.

Wenn man sich für einen Moment die ideale Gesellschaft vorstellt, sollte dort niemand für Lohn arbeiten müssen. Ich denke, der Idealzustand wäre einer, in dem man der Gemeinschaft das gibt, was auch immer man kann - durch die eigene Arbeitskraft, die eigene Produktivität, die eigene Kreativität. Und die Gemeinschaft gibt jedem Menschen, was auch immer er oder sie für das eigene Leben braucht - nicht nur, was im materiellen Sinne gebraucht wird, sondern auch, was psychologisch und spirituell gebraucht wird.

Wie auch immer, der Tag an dem das passieren wird, ist glaube ich, noch weit entfernt und in der Zwischenzeit müssen wir erwerbstätig im normalen Sinne des Wortes bleiben. Also müssen wir das Prinzip des Rechten Lebenserwerbs anwenden. Ich habe schon häufig darüber gesprochen, deshalb werde ich bei dieser Gelegenheit nicht viel dazu sagen (17). Kurz gesagt, Rechter Lebenserwerb bedeutet, dass es zum Zweck des eigenen Lebenserwerbs keine Ausbeutung Anderer geben sollte, oder dass man sich selbst erniedrigt. Wenn man aus irgend einem Grund eine Arbeit ausführen muss, die nicht kreativ, sondern mechanisch und eintönig ist, dann sollte man versuchen, in Teilzeit zu arbeiten. Im Hinblick auf diese Art von Arbeit sollte das Prinzip angewendet werden "tue so wenig wie möglich", d.h., gerade genug, dass es mit der eigenen Existenz auf dieser Welt ökonomisch vereinbar ist. Es sollte jedoch immer Zeit sein - wie auch immer man angestellt ist - um zu meditieren, um zu studieren, um Freunde zu treffen und andere positive und kreative Dinge zu tun.

Drittens und letztens kommen wir zur Ehe, die einen weiteren dieser Bereiche des Lebens darstellt, der praktisch jeden in der einen oder anderen Weise betrifft. Die buddhistische Auffassung von Ehe ist sehr verschieden von der traditionell westlichen. Sie ist sehr verschieden von der traditionell christlichen. Dieses Thema beansprucht wirklich einen ganzen Vortrag für sich, aber heute abend habe ich nur Zeit für einige hervorstechende Punkte.

Traditionell wird die Ehe im Buddhismus nicht als ein religiöses Sakrament angesehen. Mit anderen Worten - Gott spielt dort keine Rolle. Gleichzeitig wird sie nicht als ein rechtlich bindender, rechtlich bestreitbarer Vertrag angesehen: Die Ehe sollte nichts sein, womit man

vor Gericht gehen kann, um jemanden - den Ehepartner - zu zwingen etwas zu tun oder nicht zu tun.

Laut der buddhistischen Tradition ist die Ehe vor allem einfach eine menschliche Beziehung, eine Beziehung, die von der Gesellschaft (von der eigenen Familie und von eigenen Freunden) anerkannt ist. Es mag interessant sein zu hören, dass es in den östlichen buddhistischen Ländern keine Hochzeitszeremonie im westlichen Sinne gibt, weder in Tibet, noch in Burma, noch in Ceylon, noch in Japan. Wir sind so daran gewöhnt, die Hochzeitszeremonie, das Hochzeitskleid, den Brautstrauß, die Kirchenglocken - für etwas so Wesentliches zu halten, dass es uns wundert, wie die Buddhisten in Asien ohne auskommen können. Aber im buddhistischen Asien macht man so was einfach nicht. Wenn man überhaupt etwas macht, nachdem das betreffende Paar zusammen gekommen ist, dann ist das ein Festmahl, das sie für ihre Freunde und Verwandte geben - und eine Bekanntmachung: sie rufen alle zusammen und teilen ihnen bei der Gelegenheit, nachdem sie sie festlich bewirtet haben, mit: "Wir leben zusammen. Wir sind Mann und Frau." Auf diese Weise erfährt es jeder - und das war es dann!

Manchmal wird das Festmahl erst nach vielen Jahren gegeben. Ich erinnere mich an einen recht amüsanten Fall, wo ein sikkimesischer Freund von mir und seine Frau ihr Festmahl erst gegeben haben, nachdem sie bereits zwanzig Jahre zusammen waren. Es wurde deshalb aber nicht angenommen, dass sie in der Zwischenzeit in Sünde gelebt hätten. Im buddhistischen Osten wird das Zusammenleben und das Verheiratetsein als ein und dieselbe Sache angesehen. Es gibt eine kleine Geschichte, die ich manchmal erzähle, um das zu verdeutlichen. Ein Besucher kam nach Kalimpong und wollte sich mit einem bestimmten Freund von mir unterhalten, der kein Englisch verstand. Also musste ich mitkommen und Übersetzer spielen. Im Verlauf der Unterhaltung wollte der Besucher diesem tibetischen Freund eine Bemerkung über ein Paar, das er kannte, zukommen lassen - mit dem Inhalt, dass sie zwar zusammen lebten, aber nicht verheiratet seien. Zu Gunsten des Tibeters übersetzte ich das sehr vorsichtig, aber er schaute verwirrt und sagte: "Wenn sie zusammen leben, *sind* sie verheiratet!" Dies ist die buddhistische Ansicht, dass die Heirat darin besteht, zusammen zu leben. Sie besteht weder aus einem rechtlichen Vertrag, noch aus einem gesellschaftlichen Brauch, noch nicht einmal aus einem Festmahl und einer Bekanntmachung. Für Buddhisten ist die Ehe vor allem die menschliche Beziehung als solche.

Nach dem Festmahl geht man, wenn man möchte, zu den Mönchen im Tempel oder im Kloster und bittet um einen Segen. Aber das ist keine Heiratszeremonie. Die Mönche segnen etwas, das bereits stattgefunden hat - die Beziehung. Die Mönche nehmen diese Beziehung einfach zur Kenntnis und geben ihren Segen dafür, dass das betreffende Paar glücklich und im Einklang mit dem Geist und der Lehre des Buddhas zusammen leben möge und sich gegenseitig dabei hilft, das zu praktizieren.

Vor diesem Hintergrund ist es absolut verständlich, dass im Buddhismus eine Scheidung einfach durch gegenseitiges Einverständnis anerkannt wird. In allen buddhistischen Ländern gab es seit Alters her nie Schwierigkeiten eine Ehe aufzulösen, wenn die beteiligten Personen es wünschten.

Man muss außerdem sagen, dass es in den asiatischen buddhistischen Ländern nicht nur eine Form ehelicher Beziehungen gibt. Das ist vielleicht etwas überraschend für uns. Im Buddhismus wird nirgends gesagt, dass Monogamie die einzig mögliche Form der Ehe ist. Er

sagt nur, dass Monogamie möglich ist, dass Polygamie möglich ist, dass Polyandrie möglich ist. Man kann all diese Formen in den meisten buddhistischen Ländern finden. Zum Beispiel ist in praktisch allen buddhistischen Ländern die Polygamie anerkannt. In früheren Zeiten war in Tibet auch Polyandrie als eine vollkommen respektable Form der Ehe anerkannt. Es ist nicht richtig, wenn man sagt, dass im Buddhismus Monogamie die gute Regel sei, aber Polygamie und Polyandrie sündhaft sei. Im Gegenteil: Dies sind alternative Möglichkeiten, und ob man diesem oder jenem Muster folgt, hängt von der eigenen gesellschaftlichen Tradition ab, von einem selbst und den Menschen mit denen man zu tun hat. Man kann nicht eine Form des Zusammenlebens als "gut" und die andere als "schlecht" abstempeln: es ist relativ. Was im Buddhismus wichtig ist, worauf Buddhisten achten, ist nicht eine bestimmte Form, sondern die Qualität der menschlichen Beziehungen.

Nun, für diejenigen Menschen, die noch nicht wirklich den buddhistischen Geist entwickelt haben und die immer noch westliche und vor allem christliche Moralvorstellungen in den Buddhismus tragen, mag das sehr seltsam, sogar sehr revolutionär erscheinen. Aber wir müssen uns vor Augen halten, dass diese Vorstellungen seit Jahrhunderten in den östlichen, buddhistischen Ländern ganz normal sind. Wenn wir uns zum Beispiel die Ehe ansehen: Wir glauben, dass es recht revolutionär ist, wenn eine Frau nach der Hochzeit ihren Namen weiter benutzt, aber in buddhistischen Ländern ist das seit Jahrhunderten normal. Vielleicht waren also die Buddhisten im antiken buddhistischen Osten, selbst in einfachen, gesellschaftlichen Angelegenheiten wie diesen, aufgeklärter, als es heutzutage viele Menschen im Westen sind.

So viel also zu śīla oder Rechtschaffenheit, was vor allem den auf sich selbst bezogenen Aspekt im Leben des Bodhisattvas darstellt. Wir dürfen aber nicht vergessen, dass es uns hier um śīla pāramitā geht - śīla als Vollkommenheit, als transzendente Tugend, verbunden mit Weisheit. Rechtschaffenheit, selbst die größte Rechtschaffenheit, ist im Buddhismus nicht das Ziel an sich, sondern ein Mittel zur Erleuchtung. Wenn Rechtschaffenheit oder Ethik als Ziel für sich genommen wird, dann wird es nach der Lehre des Buddhas zur Behinderung. Auch dāna, das Geben, für sich genommen, ist Humanitarismus oder profane Philantrophie: Es ist gut, aber nicht gut genug - es geht nicht weit genug. Śīla für sich genommen, entspricht der Moral oder Ethik: Manchmal ist die Moral eine gute Sache, aber nur zu oft ist sie schädlich. Der Bodhisattva übt sich in śīla und dāna als Mittel zur Erleuchtung. Das heißt, er übt sich in ihnen als Vollkommenheiten oder Vervollkommnungen. Auf diese Weise, erfüllt er den altruistischen und den individualistischen Aspekt des spirituellen Lebens.

Ende des Vortrags

## Fragen

1. Warum haben die Mahāyāna-Buddhisten es als notwendig erachtet, die altruistische Dimension des spirituellen Lebens zu betonen?
2. Gib eine kurze Darstellung, wo für dich wichtige Interessen im Konflikt mit den Interessen von jemand anderem stehen. Wärest du in der Lage, diesen Konflikt zu überwinden?
3. Warum ist dāna die erste Vervollkommnung? Sieh dir deine eigene dāna-Praxis an. Wie könntest du sie intensivieren?

4. In welcher Weise sind dāna und śīla ein Paar?
5. Sangharakshita sagt, es sei wichtig eine Verbindung zu unserer vorchristlichen Vergangenheit herzustellen. Teilst du diese Ansicht? Was sind deine Argumente?
6. Glaubst du, dass die christliche Ethik dein eigenes ethisches Leben beeinflusst hat? Tut sie das immer noch?
7. Wie steht es mit deinen eigenen Gewohnheiten und Einstellungen im Hinblick auf Essen?
8. Wie steht es mit der Handhabung der Heirat im Buddhismus? Ist das für dich in irgendeiner Weise relevant?

## Fußnoten

(1) Siehe Mitrata 59, "The Awakening of the Bodhi Heart", Windhorse, London 1986, Glossar, S.54-55.

(2) Siehe Mitrata 56, "The Origin and Development of the Bodhisattva Ideal", Windhorse, London 1985, S.5 ff.

(3) ebd., Glossar, S.52.

(4) Siehe Mitrata 60, "The Bodhisattva Vow", Windhorse, London 1986, Fußnote 4, S. 48- 9.

(5) Siehe W. Whitman, Leaves of Grass, "Song of Myself", The Nonesuch Press, London 1967, (1. Ausgabe 1855).

(6) Siehe Mitrata 60, "The Bodhisattva Vow", Windhorse, London 1986, Glossar, S.52- 3.

(7) ebd., S. 7 ff.

(8) Die Bezugsquelle ist Keats. Sangharakshita übernimmt hier, wenn er von Angst spricht, die Wortwahl des Dichters von dessen Zeilen ... yes, in spite of all, Some shapes of beauty moves away the pall From our dark spirits.

Keats, The Complete Poems, "Endymion", ed. Miriam Allott, Longman Group Ltd ., 1970, BK. I, II. 11-13.

(9) Siehe Jataka Buch XII, Jataka Stories, Bd. V & VI, Übers. E. B. Cowell, Pali Text Society, London 1973, Nr. 547 'Vessantara Jataka'.

(10) Siehe The Sutra of Golden Light (Suvarnabhasottamasutra), Übers. E. Emmerick, Sacred Books of the Buddhists, Bd. XXVIIS, Luzac & Co 1970, Kapt. 18, S. 85-97.

(11) Die Situation heute ist, seit das Gesetz zur Religionsfreiheit, das 1983 durchgesetzt wurde, dass jeder Bürger das Recht hat, jede Religion auszuüben.

(12) Siehe Mitrata 58, "The Awakening of the Bodhi Heart", Windhorse, London 1986, S. 15 und das Glossar, S. 53-4.

(13) Sangharakshita, A Survey of Buddhism, Shambala/Windhorse, Boulder/ London 1980, Kap.. IV, Abschnitt III, S. 412.

(14) Siehe Francis Bacon (1561-1626), Essays, Nr. 34 "Of Seditious and Troubles", Everyman, 1962. Die genauen Worte Bacons sind: "Geld ist wie Mist, zu nichts nutze, außer, wenn man es verteilt."

(15) Eine ausführliche Behandlung der "Fünf Vorsätze" befindet sich in Mitratas 46 und 47, The Noble Eightfold Path, "Perfect Action" 1 und 2, Windhorse, London 1984. Eine Darlegung der "Zehn Vorsätze befindet sich in Sangharakshitas Die zehn Säulen des Buddhismus, ... The Ten Pillars of Buddhism

(16) R.H. Tawey, Religion and the Rise of Capitalism: A Historical Study, Erinnerungsvorträge an Holland 1928. Herausgegeben von Pelican Books 1938 und folgende.

(16) Die Anwendung des grundlegenden ethischen buddhistischen Prinzips auf den gesamten Bereich der Erwerbstätigkeit oder Arbeit zum Zweck des Lebenserwerbs wird Rechter Lebenserwerb genannt. Das wesentliche, unterliegende Prinzip ist, dass solch ein Lebenserwerb, um ethisch zu sein, nicht gewalttätig, nicht ausnutzend sein darf, und so weit wie möglich mit dem spirituellen Ziel/ Ideal verbunden sein sollte. Eine ausführliche Besprechung dieses Themas befindet sich in Mitratas 48 und 49, The Noble Eightfold Path, "Perfect Livelyhood" 1&2, Windhorse 1984.

## Modul „Das Bodhisattva-Ideal“

### 5. Kapitel: ‘Männlichkeit’ und ‘Weiblichkeit’ im geistigen Leben

Beginn des Vortrags

Im Verlaufe dieser Serie von Vorträgen haben wir gesehen, dass der Bodhisattva eine lebende Vereinigung von Gegensätzen darstellt. Der Bodhisattva synthetisiert das Weltliche und das Transzendente, synthetisiert Weisheit und Mitgefühl. In der vergangenen Woche haben wir uns mit "Altruismus" und "Individualismus" beschäftigt. Wir konnten sehen, dass der Bodhisattva auch diese Gegensätze zusammenbringt bzw. aufhebt. Heute werden wir uns nun mit einem weiteren, sehr wichtigen Gegensatzpaar beschäftigen, und damit, wie der Bodhisattva dieses zusammenbringt bzw. aufhebt, denn wir befassen uns mit "Männlichkeit" und "Weiblichkeit" im geistigen Leben.

Wie Ihr bemerken konntet, sind die Worte "Männlichkeit" und "Weiblichkeit" im Titel dieses Vortrages auf dem gedruckten Programm in Hochkommas gesetzt. Das besagt, dass wir diese Begriffe nicht zu wörtlich nehmen sollten. Wir sollten sie in einem eher metaphorischen Sinne benutzen. Wie sie in diesem Kontext wirklich zu verstehen sind, werden wir später sehen.

Heute abend sind wir noch mit dem Entstehungsaspekt des Bodhicittas beschäftigt; mit anderen Worten: Wir beschäftigen uns noch immer mit der Übung der "Sechs Vollkommenheiten". In der vergangenen Woche behandelten wir *dāna*, Geben, und *śīla*, Ethik - die ersten beiden Vollkommenheiten. Diese Woche geht es um *kṣānti*, Geduld, und *vīrya*, Tatkraft, die dritte und vierte Vollkommenheit, welche im Zusammenhang mit dem Bodhisattva-Ideal die "männlichen" und die "weiblichen" Aspekte des geistigen Lebens bilden, oder den aktiven und den passiven Pol des Bodhisattva-Ideals ausmachen. *Vīrya* verkörpert den männlichen, *kṣānti* den weiblichen Aspekt. Auffälligerweise wird in den alten indischen Sprachen bei einer solchen Verbindung das Weibliche gewöhnlich zuerst genannt. Zum Beispiel sagt man im Pāli wie im Sanskrit immer *mata-pitāro*, Mutter und Vater - man sagt niemals "Vater und Mutter". Im Englischen ist es sehr häufig umgekehrt. Heute folgen wir der indischen Ordnung und befassen uns erst mit *kṣānti*, dann mit *vīrya*. Anschließend werden wir versuchen zu sehen, inwieweit *vīrya* den eher männlichen und *kṣānti* den eher weiblichen Aspekt des geistigen Lebens darstellt.

*Kṣānti* ist zweifellos eines der schönsten Worte im gesamten buddhistischen Vokabular. Es verbindet eine ganze Reihe ähnlicher einander nahe stehender Bedeutungen. Kein einzelnes englisches Wort ist ausreichend, um der reichen Bedeutung des Wortes *kṣānti* gerecht zu werden. Wörtlich genommen heißt *kṣānti* "Geduld", "Nachsicht". Aber es schließt auch die Idee von Güte, Milde oder Gelehrsamkeit, Fügsamkeit mit ein, ja sogar die Idee von Demut. Manchmal sagen wir, Demut sei keine buddhistische Tugend, aber wir verstehen Demut in einem eher künstlerischen und selbstbewussten Sinne. In diesem Zusammenhang gibt es eine kleine Geschichte über Mahatma Gandhi. Als er einen seiner Ashrams in Indien eröffnete, verfasste er eine Liste der Tugenden, die von den Bewohnern zu üben erwartet wurde. Ganz oben auf die Liste setzte er die Tugend Demut. Einer erklärte ihm, dass wenn du Demut mit Vorbedacht ausübst, es nicht wirkliche Demut sei und die Übung heuchlerisch. Gandhi strich es daher aus und schrieb ans Ende der Liste "Alle Tugenden sind im Geiste von Demut".

auszuüben" - was eine ziemlich andere Sache ist. Wenn man Demut im richtigen Sinne verwendet - also dabei das Selbst nicht in den Vordergrund stellt - dann kann man Demut auch als eine der Nebenbedeutungen von kṣānti betrachten. Kṣānti hat aber auch ganz deutliche "Obertöne" von Liebe, sogar von Mitgefühl, von Toleranz, Akzeptanz, Rezeptivität und Offenheit. Auf der anderen Seite berührt kṣānti Eigenschaften wie Abwesenheit von Ärger und Abwesenheit vom Wunsch nach Vergeltung und Rache.

Von diesen Fakten ausgehend, ist es nicht schwierig zu verstehen, welche Art geistiger Haltung kṣānti darstellt. Allgemein gesprochen könnten wir sagen, dass es innerhalb des Kontextes des Bodhisattva-Ideals das Gegengift zu Ärger bildet. Mit anderen Worten ist es eine Art von Liebe. Du kannst Dich vielleicht erinnern, dass dāna, Geben, das erste der pāramitās, im Zusammenhang mit dem Bodhisattva-Ideal das Gegengift zu Gier darstellt. In gleicher Weise ist kṣānti, Geduld, Nachsicht oder Liebe im Kontext des Bodhisattva-Ideals das Gegengift zu Ärger.

Es gibt eine Menge, was man über kṣānti sagen kann - wie in der Tat über alle pāramitās - aber ich beabsichtige in diesem Vortrag bloß die drei prinzipiellen Aspekte von kṣānti zu erörtern:

1. kṣānti als Geduld,
2. kṣānti als Toleranz und
3. kṣānti als geistige Offenheit und Empfänglichkeit.

Von meiner üblichen Gewohnheit ausgehend, werde ich jeden Aspekt mit einer Geschichte einführen. Das wird uns helfen, uns zu erinnern, dass kṣānti nicht irgendetwas ist, über das man bloß theoretisieren oder spekulieren kann, sondern dass es im Wesentlichen etwas ist, das im alltäglichen Leben zu praktizieren ist, wie wir in der Tat etwas später anhand eines Verses aus dem Dhammapada sehen werden.

Zuallererst ist kṣānti Geduld. Kṣānti in diesem Sinne wird durch eine Geschichte aus dem Leben des Buddhas illustriert. Die Geschichte ist in dem Sūtra der 42 Abschnitte zu finden. (Historisch gesehen ist dieses Sūtra von erheblicher Bedeutung. Es war der erste buddhistische Text, der jemals in die chinesische Sprache übersetzt wurde. Wir haben nicht länger das Sanskrit- oder das Pāli-Original des Sūtras - wir haben nur die chinesische Übersetzung). Einer der ersten Abschnitte erzählt die folgende Geschichte über den Buddha.

Der Buddha, so wird uns erzählt, ging wie gewöhnlich umher, predigend oder um Almosen bittend, als er jemanden traf, möglicherweise einen Brahmanen, der ihm aus irgendeinem Grund nicht wohlgesonnen war. Der Buddha war in diesen Tagen nicht überall beliebt. Einer ganzen Reihe von Leuten gefiel nicht, was der Buddha tat - Männer von ihren Frauen und Familien wegzulocken, sie auf den geistigen Pfad zu bringen, sie zum Nachdenken über Nirvāṇa zu bewegen - anstatt darüber, wie sie Geld machen könnten. Bei dieser Gelegenheit nun begann der Mann, der den Buddha gerade getroffen hatte, ihn zu beschimpfen. Er begann den Buddha mit allen möglichen Worten zu beschimpfen. Aber der Buddha entgegnete überhaupt nichts, er wartete bloß, bis es aufhörte. Nach fünf Minuten ununterbrochenen Schimpfens gab der Mann Ruhe - offensichtlich war er außer Atem. So fragte ihn dann der Buddha sehr ruhig: "Ist das alles?" Der Mann war ein wenig verblüfft und sagte: "Ja, das ist alles." Daraufhin sprach der Buddha: "Lass mich dir jetzt eine Frage stellen. Angenommen, dass du einen Freund hast, der dir eines Tages ein Geschenk macht. Wenn du

es nicht annimmst, wem gehört es dann?" Der Mann sagte: „Wenn ich es nicht annehme, gehört es der Person, die es mir geben wollte." Dann sagte der Buddha: " Du hast versucht, mir mit diesen Beschimpfungen ein Geschenk zu machen. Ich lehne es ab, dieses Geschenk anzunehmen. Nimm es, es gehört Dir.“

Auf diese Weise verhielt sich der Buddha. Wie auch immer, ich glaube, dass ihr nach einer Weile des Reflektierens darin zustimmen werdet, dass dies nicht die Art ist, wie wir uns in ähnlichen Situationen verhalten würden. Wenn wir beschimpft werden, vergelten wir dies entweder mit einer schlagfertigen Antwort oder in einer anderen Weise. Bestenfalls lassen wir die Beschimpfungen in unserem Geiste glimmen und nehmen später Rache.

Der große Lehrer Śāntideva gibt im Bodhicaryāvatāra einige sehr brauchbare Hinweise, wie wir es dem Beispiel des Buddhas gleich tun können und das Aufkeimen von Ärger kontrollieren. Śāntideva sagt, wenn jemand kommt und dich mit einem Stock schlägt, obwohl es in der Tat eine sehr schmerzhaft Erfahrung ist, solltest du dennoch nicht geradewegs in Wut geraten. Er sagt, dass du darüber nachdenken solltest und versuchen, zu verstehen, was tatsächlich geschehen ist. Wenn du das, was geschehen ist, analysierst, wirst du sehen, dass zwei Dinge zusammengekommen sind: der Stock und der Körper. Die schmerzhaft Erfahrung entsteht durch das Zusammenkommen dieser beiden Dinge.

Śāntideva geht weiter und fragt, wer für das Zusammenkommen verantwortlich ist und daher auch verantwortlich für die schmerzhaft Erfahrung. Die andere Person hat zugestandenmaßen den Stock an Dich gebracht und ist teilweise verantwortlich, aber du, hält Śāntideva entgegen, hast den Körper gebracht. Der Körper kommt aus deinen früheren Saṃskāras, durch Deine Verblendung und deine Handlungen, die auf verblendeten früheren Handlungen basieren. Der Feind liefert den Stock, aber du lieferst den Körper. Weil du den Körper lieferst, bist du gleichermaßen wie der Feind für die schmerzhaft Erfahrung verantwortlich. Der Feind hat den Stock dahin gebracht, das ist wahr, doch hast du den Körper gebracht; warum solltest du deshalb mit *ihm* böse sein, dass er den Stock dahin gebracht hat, und nicht mit *dir selbst*, dass dein Körper dort ist? Śāntideva hat eine Reihe von Gedanken dieser Art, die uns helfen, Geduld zu praktizieren.

Es gibt aber mehr Möglichkeiten, Geduld zu üben, als Geduld gegenüber Leuten walten zu lassen, die harte Worte verwenden, oder Leute mit Stöcken. In der buddhistischen Literatur sind die Objekte, denen gegenüber man geduldig sein sollte, manchmal in drei Gruppen aufgeteilt.

Zunächst einmal gibt es die Natur: das materielle Universum, das uns umgibt. Wir haben Geduld gegenüber der Natur insbesondere in Form des Wetters zu üben. Selten sind wir geduldig mit dem Wetter: Es ist immer entweder zu heiß oder zu kalt, oder es gibt zu viel Wind, oder zu viel Regen oder die Sonne scheint nicht genug. Wir müssen auch Geduld gegenüber dem walten lassen, was im Gesetz als Akt Gottes bekannt ist: natürliche Katastrophen jenseits menschlicher Kontrolle, wie Feuer, Fluten, Erdbeben und Gewitter.

Zweitens, dann, müssen wir mit unserem Körper Geduld haben, insbesondere, wenn unser Körper krank ist oder in irgendeiner anderen Weise leidet. Wir sollten nicht böse auf unseren Körper werden, es ist nicht sein Vergehen. Schließlich haben wir den Körper mitgebracht; es steht in unserer eigenen Verantwortung. Gewiss gibt es einige Menschen, die es schwierig finden, ihrem Körper gegenüber geduldig zu sein. Manchmal haben sie leichtes Kopfweh,

aber bei dem Getue, das sie darum machen, könnte man denken, dass sie sich einer größeren Operation ohne Betäubung unterziehen müssen. Tatsache ist, dass wir gegenüber körperlichem Leiden Geduld üben sollen, und das Leiden lindern, sei es unser eigenes Leid oder das Leiden anderer Menschen. Wir sollten aber zumindest erkennen, dass es immer einen Rest gibt, der nicht nicht gemildert werden kann, den wir schlichtweg mit Geduld zu ertragen haben.

Sogar wenn keine Krankheit da ist, kommt früher oder später das Alter und schließlich der Tod. Im Westen lehnen sich viele Leute gegenüber dem Gedanken auf, dass das Alter sich unvermeidbar einschleicht. Sie rebellieren dagegen und weigern sich zu altern. Manchmal ist das recht tragisch. In Asien, insbesondere in buddhistischen Ländern, ist es anders: Sehr häufig freuen sich die Menschen darauf alt zu werden. Sie denken oder sagen sogar: "Wunderbar, in zehn Jahren werde ich sechzig sein." In weiten Teilen des Ostens sehen sie das Alter als die glücklichste Zeit im Leben, weil im hohen Alter all die Leidenschaften der Jugend nachgelassen haben. Es gibt keine emotionalen Turbulenzen, man hat Erfahrungen gesammelt und mit diesen Erfahrungen vielleicht ein wenig Weisheit. Man trägt immer weniger Verantwortung. Man händigt alles der jüngeren Generation aus. Man selbst hat wenig zu tun und hat eine Menge Zeit zum Nachdenken, auch zur Meditation. In Asien freuen sich die Menschen sehr auf ihr höheres Lebensalter, aber selbst in Asien ist es für die Menschen sehr oft nicht einfach, die Tatsache des Todes zu akzeptieren. Ob im Osten oder im Westen, die Tatsache des Todes ist für die meisten Menschen eine sehr ernüchternde Überlegung. Dennoch gibt es keine Alternative. Ob wir es mögen oder nicht, eines Tages wird der Tod kommen. Daher ist man gut beraten, Geduld gegenüber dem Tod zu üben oder gegenüber der Aussicht, dass sich eines Tages der physische Körper auflöst.

Drittens und letztens, ist einem gut geraten, Geduld gegenüber anderen Menschen zu üben. Es heißt, dass es sehr viel schwieriger ist, anderen Menschen gegenüber Geduld walten zu lassen, als gegenüber dem Wetter oder sogar dem eigenen Körper. Andere Menschen können in der Tat sehr schwierig sein. Das mag der Grund dafür sein, dass jemand einmal gesagt hat, andere Menschen seien die Hölle - aber auch der Himmel seien andere Menschen. Aber das ist eine andere Geschichte.

Vielleicht können wir jetzt schon sehen, dass das buddhistische Ideal von Geduld ein sehr hochstehendes ist. In der buddhistischen Literatur, sogar im buddhistischen Leben, wird dieses Ideal manchmal so weit ausgelegt, dass wir es im Westen als extrem ansehen würden. Zum Beispiel gibt es da die Parabel vom Buddha über die Säge. Eines Tages rief der Buddha all seine Schüler zusammen und sagte: "Mönche, angenommen, Ihr ginget durch den Wald, und Ihr würdet von Räuubern angegriffen, und sie würden eine scharfe Säge nehmen und sägten Körperteil auf Körperteil von Euch ab. Wenn in Eurem Geiste auch nur der leiseste Gedanke von Übelwollen entstände, wäret Ihr nicht meine Schüler."

Dies ist die Art von Extrem, bis zu dem hin dieses Ideal ausgelegt werden könnte, vielleicht sogar sollte. Geduld zu üben, ist nicht bloß eine Frage stoischen Aushaltens, es ist nicht bloß eine Frage des Zähne-Zusammenbeißen und des Aushaltens, während das Gefühl in Dir wütend und grollend ist. Die Lehre des Buddhas macht es deutlich, dass Geduld im Wesentlichen eine positive geistige Haltung ist, eine Haltung von Liebe. Diese Tatsache wird in einem Abschnitt des Majjhima-Nikāya sehr gut hervorgehoben (Die Sammlung der Texte mittlerer Länge). In diesem Abschnitt sagt der Buddha, sich wiederum an seine Schüler wendend: "Wenn man schlecht von Dir spricht, musst Du Dich selber erziehen. Das Herz soll

unerschütterlich werden, kein böses Wort soll ausgesandt werden, sondern voll Mitgefühl für das Wohlergehen Anderer werden wir bleiben, freundlichen Herzens ohne Groll; und dass derjenige, der so spricht, erfüllt wird von liebevollen Gedanken und so bleibt. Und dies zu unserem Standpunkt machend, werden wir die ganze Welt mit liebevollen Gedanken überziehen, weitreichend, weit ausgedehnt, grenzenlos, frei von Hass, frei von Übelwollen und so bleiben. Deshalb, Brüder, müsst Ihr Euch selber erziehen."

Zum gleichen Thema gibt es im Dhammapada eine höchst bedeutsame halbe Zeile, "Khanti paramantapo titikkha", die gewöhnlich als "Geduld ist die größte Buße/ Nachsicht ist die größte Askese" übersetzt wird. Tapo (oder tapa) bedeutet Buße, Strenge, Selbstkasteiung, Askese. Es gab im alten Indien jede Menge dieser Übungen. Wenn du deine Nahrung auf ein paar Körner Reis pro Tag reduzierst, war das Askese. Wenn du meditiert hast, wenn du kopfüber an einem Baum hängst, war das Askese. Wenn du einen Arm drei Monate lang in die Luft hieltest bis er ausdorrte, war auch das Askese. Es gab einen berühmten Asketen, panca agui, tapasya genannt, der Asket der fünf Feuer. Um dies zu üben, zündete man in den vier Himmelsrichtungen ein Feuer an. Wenn diese loderten, setzte man sich in die Mitte und meditierte, während die Sonne als fünftes Element Feuer direkt über dem Kopf schien.

All diese Formen der Askese, Selbstkasteiung und Marter, waren in den Tagen des Buddhas sehr bekannt - es gibt in den Pāli-Schriften dazu sehr viele Hinweise - und sie wurden von vielen Menschen als Mittel zur Erlösung betrachtet. Sie glaubten, je mehr das Fleisch kasteit würde, um so feiner, reiner, um so erleuchteter würde der Geist werden. Aber der Buddha stimmte dem nicht zu; er hatte dies alles sechs Jahre lang erprobt und hatte herausgefunden, dass es nicht funktioniert. Daher sagte er in diesem kurzen Vers, dass Geduld die größte Form von Askese sei. Es ist, als ob er sagte: "Wenn du Askese üben möchtest, gibt es keinen Grund nach besonderen Gelegenheiten dafür zu suchen (keine Notwendigkeit, z.B., sich zwischen fünf Feuer zu setzen). Begib Dich bloß ins gewöhnliche, alltägliche Leben und übe Dich dort in der Geduld. Du könntest keine schwierigere Askese ausüben, als die Geduld in den Prüfungen des Alltagslebens." In diesem Sinne ist kṣānti die größte aller Askesen.

Zweitens kommen wir zu kṣānti als Toleranz. Wie Ihr vielleicht wisst, wurden die Mongolen im 13. Jahrhundert von einem tibetischen geistigen Lehrer, Phagpa, zum Buddhismus bekehrt. Zu der Zeit war Phagpa das Oberhaupt der Shakyapa-Schule, einer der vier großen Schulen des tibetischen Buddhismus - die anderen Schulen sind die Gelugpa-, Nyingmapa- und die Kagyupa-Schulen). Phagpa war ein Mann großer Fähigkeiten und großen Einflusses. Er war der Guru, der geistige Lehrer, des großen Kublai Khan, des Kaisers von China wie auch des Herrschers der Mongolei. Aus Dankbarkeit über die Lehren Phagpas gab Kublai Khan ihm die weltliche Gerichtsbarkeit über ganz Tibet. Gleichzeitig wollte Kublai Khan ein Gesetz durchbringen und in seinem gesamten Gebiet anwenden, das alle Buddhisten zwänge, der Shakyapa-Lehre zu folgen. Nun mögt Ihr vielleicht denken, dass es Phagpa sehr geschmeichelt haben muss, dass ein solches Gesetz eingeführt werden sollte, aber das war nicht der Fall. Tatsächlich riet Phagpa Kublai Khan davon ab, das Gesetz zu erlassen. Er sagte dem Kaiser, dass jeder frei sein sollte, seinem eigenen Gewissen zu folgen - der Form von Buddhismus zu folgen, die er am meisten mochte

Dies ist ein Beispiel von Toleranz. Diese tolerante Haltung ist die Haltung aller Buddhisten, und sie ist zu jeder Zeit die Haltung aller Buddhisten gewesen. Wenn es jemals irgendwelche Ausnahmen gegeben hat, so waren es wirklich sehr wenige. Es mag zwei oder drei, höchstens vier kleinere Ausnahmen in der 2500-jährigen buddhistischen Geschichte geben.

Wir kommen nicht umhin, zu bedenken, in welchem auffallendem Gegensatz dies im Westen zur Geschichte des Christentums steht. Wenn man die Geschichte der Kirche durchgeht, speziell die frühe Zeit und das Mittelalter, kann man nichts anderes als empört sein, weil es so viele Beispiele von Intoleranz, Fanatismus und Verfolgung gegeben hat. Diese Dinge schienen die Regel zu sein, nicht die Ausnahme. Wir brauchen beispielsweise bloß an die skrupellose Zerstörung der beinahe gesamten heidnischen Kultur Westeuropas zu denken. Wir brauchen bloß an die Massenblutbäder an den Ketzern, wie den Katharern, den Albigensern und den Waldensern zu denken. Wir brauchen bloß an die traurige und erbärmliche Geschichte der Inquisition, an die Kreuzzüge und später die Hexenverbrennung zu denken. Wir brauchen uns bloß zu erinnern, dass alle diese Dinge die offizielle, erklärte Politik des ganzen Kirchenapparates gewesen sind und dass jeder, vom Papst angefangen, darin verwickelt gewesen ist, ja sogar in einigen Fällen, einige von jenen, die als Heilige betrachtet wurden.

Wenn wir durch die Kirchengeschichte gehen und uns diesem besonderen Aspekt zuwenden, können wir eigentlich nur den Eindruck von etwas zutiefst Hasserfülltem, ja von etwas zutiefst Krankhaftem bekommen. Einige Leute sagen, dass dies eine Verirrung gewesen ist; sie sagen, dies stelle nicht das wirkliche Christentum dar. Das mag so sein. Wie auch immer, man wird aber auch feststellen, dass es recht starke Spuren von Intoleranz sogar im Evangelium selber gibt. In der Tat können wir sagen, das Christentum sei direkt von Anfang an intolerant gewesen und blieb zum allergrößten Teil so bis zum heutigen Tag - mit dem einzigen Unterschied, dass heutzutage die Kirche sehr geringe weltliche Macht hat und ihren Gegnern daher wenig Leid zufügen kann.

Es scheint tatsächlich so, dass Intoleranz, Ausschließlichkeit und ein Hang zu Verfolgung und Fanatismus charakteristisch für alle Formen von Monotheismus sind. Monotheistische Religionen neigen dazu, dieser Art zu sein. Nicht nur das Christentum sondern auch das Judentum und der Islam sind sehr intolerant. Wie ich im Vortrag vergangener Woche erwähnte, könnte ich in einem muslimischen Land nicht einfach losgehen und Buddhismus predigen. Wenn ich es versuchte, müsste ich möglicherweise einen hohen Preis dafür zahlen. Bei den Muslimen gibt es keine Tradition hinsichtlich einer Toleranz anderen Religionen gegenüber.

Auf der anderen Seite ist Buddhismus nicht theistisch. Er glaubt nicht an einen personifizierten Gott, an ein höchstes Wesen oder dass Religion aus Glauben an oder Unterwerfung unter solch ein höchstes Wesen besteht. Der buddhistischen Lehre nach ist jeder für sein eigenes geistiges Schicksal verantwortlich. Aber du kannst nicht dafür verantwortlich sein, wenn keine Freiheit dafür da ist. Daher wird im Buddhismus jeder dazu ermutigt, seinen eigenen Weg in seiner eigenen Weise zu wählen und zu gehen. Darum gibt es viele verschiedene Formen des Buddhismus. Die verschiedenen Formen sind keine Sekten, sie sind auch keine rivalisierenden Gruppen. Sie alle nehmen für sich nicht den ausschließlichen Besitz buddhistischer Wahrheit in Anspruch. Die verschiedenen Formen des Buddhismus geben einzelne Aspekte der einen gesamten Tradition wieder.

Obwohl aber der Buddhismus nicht nur anderen buddhistischen Formen gegenüber tolerant ist, sondern gegenüber allen anderen Religionen, ist er nicht vage. Manchmal siehst du, dass Menschen tolerant sind, aber sie sind sehr vage und verschwommen. Sie bringen alles durcheinander und unterscheiden und analysieren nicht. Aber so ist der Buddhismus nicht. Im

Buddhismus gibt es keinen Pseudo-Universalismus. Die Lehre des Buddhismus ist eine klare, genaue Lehre, aber zugleich wird völlige Toleranz ausgeübt. Die Verbindung von Gewissheit auf der einen Seite und Toleranz auf der anderen Seite ist für den westlichen Geist sehr schwierig zu verstehen. Im Westen neigen wir dazu, zu denken, je mehr du davon überzeugt bist, zu wissen, um so größer ist es dein Recht, deine Ansicht anderen Menschen aufzuzwingen. Wir neigen zu denken, "Ich weiß, dass dies richtig und wahr ist, ich muss es daher anderen Leuten klarmachen. Wenn nötig, muss ich es sie zu akzeptieren zwingen. Warum sehen sie das nicht? Es ist ihre Blindheit, ihre Torheit, ihre Dummheit!" Der Buddhismus aber ist so nicht. Buddhisten sind sehr klar im Verständnis der buddhistischen Lehre, wie dem "Edlen Achtfältigen Pfad", den "Edlen Vier Wahrheiten", dem "Gesetz vom bedingten Entstehen", "Śūnyatā" - diese bilden eine klare, genaue Lehre, die intellektuell sehr deutlich formuliert wurde. Und diejenigen, die an die Lehre glauben, glauben sie mit ganzem Herzen - sie sind von ihrer Wahrheit völlig überzeugt. Zugleich aber bleibt völlige Freiheit für anders denkende Menschen.

Weiter regt sich der Buddhist sogar nicht auf, sorgt sich nicht darum, oder ist nicht aufgebracht über den Gedanken, dass es irgendwo in der Welt, sogar in seiner eigenen Umgebung, Menschen gibt, die nicht das akzeptieren, was er akzeptiert - die z.B. nicht glauben, dass der "Edle Achtfältige Pfad" zu Nirvāṇa führt - und tatsächlich das zurückweisen, was er akzeptiert. Der Buddhist erkennt diese Tatsache, sieht sie sehr deutlich, ist aber nicht beunruhigt - wohingegen wir im Westen uns unsicher und bedroht fühlen, sobald jemand nicht unsere Ansicht teilt. Und dies führt zu dem fanatischen Wunsch, jeden das glauben zu machen, was wir glauben.

Es gibt vieles mehr, was zum Thema Toleranz gesagt werden könnte, aber wir haben keine Zeit, dies an diesem Abend weiter zu verfolgen. Daher werden wir nun zum dritten Aspekt von kṣānti weitergehen: Kṣānti als geistige Offenheit oder Empfänglichkeit. Dieses Mal kommt unsere Erklärung aus dem Saddharma-Puṇḍarīka Sūtra. Dieses Kapitel beginnt mit dem Buddha und den ihn umgebenden Jüngern: Zehntausende von Arahants und Bodhisattvas. Der Buddha sitzt mit verschränkten Beinen inmitten der Versammlung, die Augen halb geschlossen und seine Hände im Schoß gefaltet. Er ist in sehr tiefe Meditation versunken. Er sitzt dort sehr lange Zeit. Da es eine Versammlung von Arahants und Bodhisattvas ist, werden diese nicht ungeduldig. Sie beginnen nicht herumzuzappeln und zu husten - sondern sitzen dort mit ihm, still, ruhig, ebenfalls in Meditation versunken. Als der Buddha schließlich aus der Meditation zurückkehrt, verkündet er der Versammlung, dass die höchste Wahrheit sehr sehr schwierig zu verstehen sei, dass sogar dann, wenn er, der sie selber gesehen hat, sie zu erklären versuchte, sie sehr wahrscheinlich niemand verstehen könnte. Er sagte, dass sie so tiefgründig sei, so gewaltig, die menschliche Vorstellungskraft übersteigend, dass nicht einer fähig sei, sie zu erfassen. Natürlich baten ihn seine Anhänger, zumindest zu versuchen, ihnen diese Wahrheit mitzuteilen. Schließlich stimmte der Buddha zu und sagte: "Ich werde Euch nun eine weitere, höhere Lehre erklären, eine tiefgründigere Lehre als alle, die Ihr bisher gehört habt; etwas, das so ungeheuer ist und weit über das hinausgeht, was ihr bisher gehört habt, dass es Euer bisheriges Verstehen und Erfahren als kindisch erscheinen lassen wird." Als er dies gesagt hatte, verließen ihn fünftausend seiner Anhänger. Als sie davon gingen, murmelten sie zueinander: "Etwas Weiteres? Etwas Höheres? Etwas, das wir nicht verstanden haben? Unmöglich. Wir wissen bereits alles. Wir haben alles erkannt, was es zu erkennen gibt. Wir haben bereits das Höchste erreicht."

Dies spiegelt eine allgemeine menschliche Tendenz wider. Menschen denken, dass sie nichts

Weiteres zu lernen hätten. Es ist eine Tendenz, die sich außerordentlich stark und gefährlich im geistigen Leben zeigt. Wir denken, wir hätten nichts mehr zu lernen, wir hätten alles aufgenommen, wir hätten es erreicht, wir hätten alles unter Kontrolle. Wenn wir in dieser Weise denken, verschließen wir unseren Geist und bleiben nicht länger empfänglich. Natürlich sind wir nicht allesamt Narren und wissen: „Oh ja, ich habe noch eine ganze Menge zu lernen; ich weiß, dass ich nicht alles weiß.“ Wir sagen dies, aber wir meinen es nicht wirklich. Tatsächlich wissen wir nicht einmal, was wir mit diesen Worten meinen. Wir verhalten uns weiterhin in der gewohnten, alten Weise. Wir behalten die gleiche alte Einstellung bei.

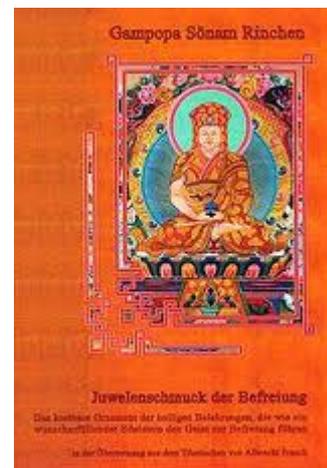
Diese Empfänglichkeit ist nicht bloß eine Frage des Erwerbs zusätzlicher Informationen. Es heißt nicht - wenn man schon alles über die Madhyamika-Schule gelernt hat - dass man weiteren historischen Entwicklungen gegenüber offen sein sollte - wie etwa dem Aufkommen von Untergruppen. Empfänglichkeit bedeutet, dass man für einen vollkommenen Wechsel in seiner Daseinsweise, seiner gesamten Lebensweise, in seiner gesamten Betrachtungsweise von Dingen vorbereitet sein soll. Und dies ist es, worauf wir nicht vorbereitet sind; es ist dies, dem wir uns in der Tat widersetzen; es ist dies, gegen das wir uns verteidigen, um uns selbst zu schützen.

Geistige Empfänglichkeit ist von höchster Wichtigkeit, und ohne sie ist geistiger Fortschritt nicht aufrechtzuerhalten. Wir sollten uns für die Wahrheit offen halten, gradeso, wie die Blume sich zur Sonne hin öffnet. Wir sollten bereit sein, wenn notwendig, alles aufzugeben - was auch immer wir gewesen sind, was auch immer wir geworden sind, was auch immer wir jetzt sind - was sogar noch schwieriger ist. Mit geistiger Empfänglichkeit meinen wir, uns für jene höheren geistigen Einflüsse offenzuhalten, welche durch das Universum strömen, mit denen wir aber gewöhnlich nicht in Kontakt sind, und gegen die wir uns gewöhnlich verschließen.

Soviel zu kṣānti im Sinne von Geduld, Toleranz und geistiger Offenheit. Wie ich zuvor angedeutet habe, stellt kṣānti den "femininen" Aspekt des geistigen Lebens dar. Nun begeben wir uns weiter zu vīrya oder Tatkraft, der vierten pāramitā. Selbstverständlich steht dies für den "maskulinen" Aspekt des geistigen Lebens.

Das Wort „vīrya“ bedeutet "maskuline Stärke / Macht“, „treibende Kraft“, "Energie", und „Tatkraft“. Es kommt von der gleichen indo-arischen Wurzel wie das englische Wort virtue (Tugend), welches ursprünglich Strenge und auch Männlichkeit bedeutete. In buddhistischer Terminologie hat "vīrya" die spezielle Bedeutung von "Energie im Streben nach/ im Bemühen um das Gute“ (so ist es von Śāntideva definiert worden). "Gut" bedeutet hier "Erleuchtung zum Wohle aller empfindenden Wesen".

Es ist wichtig zu bemerken, dass vīrya nicht bloß gewöhnliche Aktivität bedeutet. Wenn du hierhin und dorthin hetzt, sehr geschäftig bist, viele Dinge tust, übst du dich nicht notwendigerweise in der vīrya-pāramitā. Tatkraft als eine der buddhistischen Tugenden ist eine ganz andere Sache. In diesem Zusammenhang ist es sehr interessant, sich auf Gampopas Definition von Trägheit zu beziehen. (Gampopa war ein großer Kagyupa-Lehrer, der in Tibet ungefähr zu der Zeit gelebt hat, als



die Normannen England eroberten). In seinem "Juwelenschmuck der Befreiung" definiert Gampopa Trägheit mit 'ständig aktiv', 'damit beschäftigt zu sein, Feinde zu unterdrücken' und 'Geld anzuhäufen'. Du kannst das Unterdrücken von Feinden als für die Politik stehend nehmen und das Anhäufen von Geldern für Geschäfte. Gampopa sagt, sich die ganze Zeit voller Energie entweder in Politik oder in Geschäften zu engagieren - oder in beiden - ist bloß Trägheit, wie geschäftig du auch immer erscheinen magst: Dies ist nicht vīrya im buddhistischen Sinne.

Diese Vollkommenheit (pāramitā), vīrya, ist außerordentlich wichtig, denn in gewisser Weise hängt die Ausübung aller anderen pāramitās von dieser ab. Wenn du geben willst, die Vorsätze ausübst oder meditierst, benötigst du dafür Energie. Um Geduld und Nachsicht zu üben, brauchst du Energie, sogar, wenn es Energie in Form von Widerstand ist. Wenn du Weisheit entwickeln willst, dann brauchst du mehr Energie denn je.

Dies wirft ein sehr großes Problem auf. Angenommen, wir hätten ein geistiges Ideal, ein Ideal, das wir erreichen und verwirklichen wollen. Angenommen, unser geistiges Ideal ist das Bodhisattva-Ideal selber. Wir haben ein recht klares, intellektuelles Verständnis dieses Ideals: wir haben darüber gelesen, es gelernt, es in unserem Geiste verstanden - vielleicht könnten wir davon eine zusammenhängende Darstellung geben, wenn uns jemand fragt. Wir akzeptieren es aufrichtig als unser Ideal. Doch ungeachtet unseres klaren intellektuellen Verständnisses dieses Ideals, ungeachtet unseres recht aufrichtigen Annehmens, gelingt es uns irgendwie nicht, es zu erreichen. Tatsächlich vergehen Monate, Jahre, ja, vielleicht sogar Jahrzehnte und obwohl wir noch immer dieses Ideal haben, scheinen wir keinen wahrnehmbaren Fortschritt gemacht zu haben: wir fühlen uns so, als wären wir immer noch da, wo wir anfangs waren. Es ist, als ob wir am Fuß des Berges Kangchenjunga stünden und zur Schneespitze hinauf schauten. Dann stehen wir vielleicht zwanzig Jahre später am selben Punkt, vom Gipfel so weit entfernt wie damals.



Ich erinnere mich hierbei an ein sehr bewegendes Beispiel von vor vielen Jahren in Indien, als ich unterwegs war, um einen Vortrag von J. Krishnamurti zu hören. Am Ende des Vortrages gab es Fragen und Antworten und eine Diskussion. Mitten in der Diskussion stand eine Frau auf und sagte zu Krishnamurti, ihre Stimme vor Erregung zitternd (dies passiert häufig bei den Treffen Krishnamurtis): "Herr, wir sind Dir gefolgt, akzeptieren dieses Ideal und versuchen es seit vierzig Jahren in die Praxis umzusetzen. Doch sind wir noch immer da, wo wir vor vierzig Jahren gewesen sind. Was können wir dagegen tun?" Ich habe vergessen, was er darauf sagte, obwohl er eine ganze Menge zu sagen hatte.



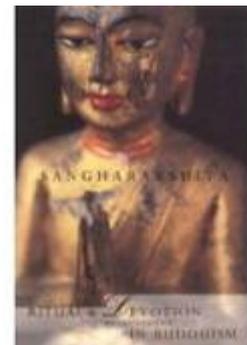
Dies ist die Art von Dingen, die passieren. Dann entsteht die Frage: Warum passiert das? Warum sind wir nicht imstande, irgendeinen Fortschritt zu machen? Nach wie vor haben wir dieses Ideal; wir sind uns darüber im Klaren, wir wissen, was wir zu tun haben, wir bemühen uns sogar. Wenn uns diese Frage gestellt wird, werden wir sehr wahrscheinlich entgegen, dass wir nicht imstande gewesen seien, fortzuschreiten, weil wir keine Stärke oder Energie

haben. Wir werden sagen: "Ich konnte dafür keine Energie aufbringen". Mit anderen Worten gab es kein vīrya.

Warum nun sollte es keine Energie geben? Warum sollte es keinen Drang nach einem geistigen Leben geben? Tatsächlich haben wir reichlich Energie, es gibt überhaupt keinen Mangel an Energie. Weit entfernt davon, Energiemangel zu haben, sind wir selber Verkörperungen von Energie; wir sind sozusagen Kristallisationen psychophysischer, sogar geistiger Energie. Wir haben einen Körper und einen Geist; sie bestehen aus Energie. Wir selbst sind Energie. Es besteht kein Mangel an Energie, sondern unsere Energien sind gewöhnlich zerstreut. Unsere Energie ist wie ein Strom, der geteilt und in Tausende von Kanäle geleitet wurde, sodass er an Kraft verlor. Unsere Energie strömt zu unzähligen Objekten, ist zerstreut in zahllose Richtungen.

Bloß ein kleiner Teil unserer Energie geht in das geistige Leben. Der Rest unserer Energie geht in alle möglichen anderen Aktivitäten, die dem geistigen Leben widersprechen. Als Resultat fühlen wir uns manchmal zerissen: Ein Teil unserer Energie geht in eine Richtung - hin zum Ideal - ein anderer Teil geht einen anderen Weg - weg vom Ideal. Wir fühlen uns auseinandergerissen und aus diesem Grund sehr häufig erschöpft.

Das zentrale Problem des geistigen Lebens - so könnte man sagen - ist das der Erhaltung und Bündelung unserer Energien. Einige von euch mögen sich erinnern, dass ich vor einigen Monaten in einem Vortrag über die Siebenfältige Pūjā in „Ritual and Devotion in Buddhism“ näher darauf eingegangen bin. Bei dieser Gelegenheit sahen wir, dass unsere Energien, insbesondere unsere emotionalen Energien nicht zum Führen eines geistigen Lebens verfügbar sind, weil sie entweder in uns blockiert sind oder verschwendet werden und versickern, oder weil sie zu grob sind.



Wir fanden heraus, dass unsere Energien aus verschiedenen Gründen in uns blockiert sind. Sehr häufig sind unsere Energien blockiert, weil wir erzogen wurden, unsere Emotionen zu unterdrücken, sie nicht zu zeigen, sie nicht auszudrücken. Einige Leute sagen natürlich, die Engländer seien hierin besonders gut. Dann wiederum werden unsere Energien blockiert, wenn wir z.B. gezwungen werden, mechanische, routinemäßige Arbeit auszuführen, Arbeit, in die wir nicht unsere Energie stecken können, denn wir wollen unsere Energie nicht in etwas hineinstecken, das uns nicht interessiert. Dann wiederum versteinert unsere Energie, wenn wir kein richtiges positives, schöpferisches Ventil dafür haben. Außerdem sind manchmal unsere Energien durch eine Reihe von emotionalen Frustrationen, emotionalen Enttäuschungen, durch Emotionen, durch Angst verletzt zu werden, eingeengt. Außerdem sahen wir, dass die emotionale Energie bei Leuten aufgrund von falschen Erziehungsmethoden blockiert ist, wie durch die orthodoxe, christliche Lehre über Sex, die im Verlaufe der Geschichte zu einer emotionalen Irreführung von zehn Millionen, wenn nicht von Hunderten von Millionen von Menschen geführt haben muss. Vor allem vielleicht wird unsere Energie durch ein Fehlen von richtiger Kommunikation mit anderen Menschen blockiert. Wir stellen fest, dass richtige Kommunikation einen energetisierenden, ja fast elektrifizierenden Effekt auf Menschen hat. Die meisten Menschen kommunizieren nicht miteinander, aber wenn sie in Kommunikation kommen, ist es, als ob sich ein negativer und ein positiver Pol berührten und ein Funke, Energie, entstünde. In dieser Weise sind unsere

emotionalen Energien blockiert, und weil sie blockiert sind, sind sie für das Führen eines geistigen Lebens nicht zugänglich.

Zweitens: emotionale Energien werden verschwendet. Dies passiert auf vielerlei Weise, obwohl es hauptsächlich durch die Nachgiebigkeit bei negativen Emotionen geschieht. Wenn du negativen Emotionen nachgibst, wird Energie von dir abgeleitet. Negative Emotionen sind: Angst, Hass, Ärger, Übelwollen, Feindschaft, Eifersucht (vielleicht die übelste aller negativen Emotionen), Selbstmitleid, Schuldgefühle, Gewissensbisse, Besorgnis. Im Westen neigen wir dazu, einige dieser negativen Emotionen als Tugenden zu betrachten. Vom buddhistischen Standpunkt aus sind sie aber alle negativ. Wenn wir die Worte "Laster" oder "Sünde" im Buddhismus hätten, würden sie bestimmt auf all diese Begriffe angewendet werden können. Lass deine Gedanken bloß über den vergangenen Tag schweifen, über die vergangene Woche, und erinnere dich, wie oft du in Angst warst oder in Hass, oder in Eifersucht, Selbstmitleid, Schuldgefühlen, Gewissensbissen, Sorge. Erwinnere dich, wie oft dein Geist durch die Einflüsse negativer Emotionen beeinträchtigt wurde. Solange, wie du mit deinen negativen Energien beschäftigt warst, solange wird Energie von dir weggeleitet.

Unsere emotionalen Energien sind auch durch den verbalen Ausdruck negativer Emotionen verschwendet. In dem Vortrag "Ritual and Devotion in Buddhism" bin ich darauf in ausführlich eingegangen. Da haben wir zum Beispiel das Nörgeln. Nörgeln drückt negative Emotionen aus, weiter nichts. Dann gibt es nörgelnde Krittelei - Fehlersuche. Und dann, was ich "dismal-Jimmy" nenne, Leute in ihrem Handeln zu entmutigen, alles schwarz sehen. Dann giftige Bemerkungen, Geschwätz, welches gewöhnlich übelwollend ist. Schließlich dann Quengeln, was unglücklicherweise besonders in häuslichen Kreisen üblich ist. Allen ist der verbale Ausdruck negativer Emotion eigen. Auch durch diese verbalen Ausdrücke rinnt und entschwindet Energie davon und ist daher für geistige Absichten nicht zugänglich.

Drittens ist emotionale Energie für das Führen eines geistigen Lebens nicht verfügbar, weil sie einfach zu grob ist. Geistiges Leben erfordert geistige Energie. Wir können z.B. nicht mit unseren Muskeln meditieren. Die Muskeln mögen sehr energiereich sein, mögen sehr stark sein - für Meditation benötigen wir aber etwas Feineres. Gewöhnliche menschliche Energie, sogar gewöhnliche menschliche gefühlsmäßige Energie, ist für das geistige Leben nicht brauchbar, weil sie zu grob ist. Bevor sie für das geistige Leben genutzt werden kann, muss sie verfeinert werden.

Es gibt verschiedene Wege, Blockaden emotionaler Energien zu lösen, die Verschwendung emotionaler Energien zu stoppen und die gröberen emotionalen Energien zu verfeinern. Wenn es uns gelingt, Blockaden zu lösen, die Verschwendung zu stoppen und die groben Energien zu verfeinern, dann wird die Energie erhalten, zusammengeführt und weiter fließen. Blockaden werden durch Bewusstheit und durch Innenschau abgebaut. Sie werden durch die Beschäftigung mit wirklich kreativer oder zumindest produktiver Arbeit abgebaut, indem man die menschliche Kommunikation ankurbelt - wenn nötig, mit Hilfe dessen, was wir Kommunikationsübungen nennen. Wir werden ebenfalls feststellen, dass eine ganze Menge dieser Blockaden, sozusagen spontan, im Verlauf der Meditationspraxis aufgelöst werden.

Auch Verschwendung von Energien wird durch Bewusstheit gestoppt; durch das Bewusstsein, dass man sich negativen Emotionen hingibt. Diese Verschwendung wird durch die Kultivierung gegensätzlicher Emotionen gestoppt: Liebe anstelle von Hass, oder Vertrauen anstelle von Angst und so weiter. Im Falle verbaler Äußerungen negativer

Emotionen müssen diese durch reinen Willen gestoppt werden. Es gibt nichts Anderes, was man dagegen tun kann. Sie verdienen keine bessere Behandlung. Wie ich zu mehr als einer Gelegenheit bemerkt habe, werden wir feststellen können, dass Energie, wenn wir bloß aufhören könnten zu reden - wenn wir nicht bloß den verbalen Ausdruck negativer Emotionen stoppen könnten - sondern jeglichen verbalen Ausdruck überhaupt, wenn wir gerade nur eine Weile ruhig sein könnten - ein paar Minuten, ein paar Stunden, vielleicht ein paar Tage - würden wir sehen, dass sich die Energie in uns ansammelt. Wahrscheinlich wissen die meisten von euch, dass wenn ihr einen Tag ruhig zu Hause verbringen könnt, bloß für Euch seid, zu niemandem sprechend, ihr einen Anstieg Eurer Energien spüren könnt. Eine enorme Menge Energie verschwindet, bloß weil wir reden. Indem wir die verbalen Äußerungen negativer Emotionen unterbinden, bewahren wir Energie, aber wenn wir für eine Weile jegliche verbale Äußerung unterlassen, beginnen wir uns ruhiger, bewusster und achtsamer zu erleben. Und dann beginnt allmählich eine frische, klare Quelle von Energie in uns zu sprudeln, die rein, jungfräulich, unberührt, unbefleckt ist, weil wir die Energie in uns gehalten haben und nicht nach außen gelassen haben.

Die gröberen emotionalen Energien können auf zwei Wegen verfeinert werden: durch die Übung von Vertrauen und Hingabe, z.B. durch die "Siebenfältige Pūjā", und auch durch die schönen Künste.

Wenn wir Energieblockaden auflösen, die Verschwendung von Energie beenden, Energie verfeinern, dann steht Energie für ein geistiges Leben zur Verfügung - zur Übung all der Vollkommenheiten, die der Bodhisattva üben muss, um Buddhaschaft zu erlangen. Dann gibt es keine Aufteilung von Energie. Der Bodhisattva wird zur verkörperten Energie. Zur gleichen Zeit gibt es keine Eile, keine Aufregung, keine Rastlosigkeit oder etwas dieser Art; sondern bloß fließende, stete, ununterbrochene Aktivität zum Wohle aller empfindenden Wesen. In diesem Zusammenhang sollte Śāntideva noch einmal zitiert werden. Śāntideva sagt, der Bodhisattva sei wie ein Elefant (im Indischen gilt es als ausgesprochen höflich, wenn du mit einem Elefanten verglichen wirst. Sie sagen z.B. von einer schönen Frau, dass sie wie ein Elefant gehe. Dies bedeutet nicht, dass sie schwerfällig ist oder zu kräftig gebaut, sondern dass sie mit langsamer, erhabener Bewegung geht.) Vom Bodhisattva wird gesagt, dass er wie ein Elefant sei, weil der Elefant, insbesondere der männliche Elefant, sehr spielerisch ist. Der männliche Elefant liebt es, in einem Lotusteich zu baden. Er spritzt Wasser über sich selbst, trompetet heiter, pflückt große Bündel Lotosblumen und wäscht sie, bevor er sie frisst. In dieser Weise verbringt er sehr glücklich den Tag. Śāntideva sagt, dass der Bodhisattva wie ein Elefant sei - weil der Elefant, sobald er in einem Lotusteich zu spielen und zu spaßen aufgehört hat, in einen anderen springt - so auch der Bodhisattva mit gleicher Freude, sowie er eine Arbeit beendet hat, in die nächste springt. Ich muss euch wohl kaum daran erinnern, dass dies bei uns wohl nicht der Fall ist. Wenn wir einen Arbeitsabschnitt beenden, wollen wir gerne eine ordentliche Pause, vielleicht eine Tasse Tee.

Obwohl der Bodhisattva von einem Arbeitsabschnitt zum nächsten direkt hinüberspringt, denkt er dennoch nicht, dass er etwas tut: er denkt nicht "ich arbeite". Sein Ausleben der Energie ist selbstlos. Es ist spontanes Handeln. Es steigt einfach auf wie eine Fontäne oder entfaltet sich natürlich wie eine Blume. Manchmal wird das Handeln des Bodhisattvas in den indischen Sprachen als „lila“ beschrieben, als Spiel, Sport oder Spielerei. Geredes so wie ein Kind spielt, in dem sich spontan Energie offenbart, in der gleichen Weise spielt der Bodhisattva die Vollkommenheiten und schließlich das große Spiel der Buddhaschaft und Erleuchtung.

Die Idee vom geistigen Leben als etwas Spielerischem, einem Aufsteigen geistiger oder transzendentaler Energie, ist im indischen Gedankengut und Leben sehr häufig zu finden. Wir neigen in diesem Land dazu, Religion sehr ernst zu nehmen. Wir haben "Sabbat Freude" und "Sabbat Trübsinn". Wir denken, je seriöser man ist, um so religiöser ist man, und je religiöser man ist, um so seriöser ist man. Man lacht nicht in der Kirche. Im Osten wird das geistige Leben mit einem Spiel verglichen, weil es in gewisser Weise einen Wert in sich selbst hat. Es braucht keine Rechtfertigung. Außerdem ist das geistige Leben spontan, frei von Dünkel, natürlich, ungezwungen, angenehm und genussvoll.

So viel über *vīrya-pāramitā*, die Vollkommenheit von Tatkraft und Energie. Wir haben jetzt sowohl *kṣānti* als auch von *vīrya* dargestellt, die dritte und vierte *pāramitā*. Die Darstellung ist nicht erschöpfend, aber ich hoffe, dass es zumindest ausreichend gewesen ist, um die besonderen Eigenschaften einer jeden *pāramitā* aufzuzeigen, und auch ausreichend, um auch klar zu machen, warum die eine als "maskulin" und die andere als „feminin“ beschrieben wird: Tatkraft und Energie sind deutlich eher aktiv, eher bestimmend, ausdrücklicher, eher kreativer, und sie werden daher als „maskulin“ beschrieben. Während Geduld eher passiv, eher empfänglich, eher ruhend, eher still ist und als "feminin" bezeichnet wird.

Diese Unterscheidung zeigt eine sehr wichtige Polarität im geistigen Leben auf. Wir können sogar sagen, dass es zwei grundlegend verschiedene Ansätze zum geistigen Leben gibt. Ein Ansatz betont Selbsthilfe, do-it-yourself und eigene Bemühung. Der andere Ansatz betont das Vertrauens in eine Kraft außerhalb deiner selbst. In einigen Glaubenssystemen ist es das Vertrauen in die göttliche Gnade. Ein Ansatz stellt die Haltung des Aufstehens und etwas Tuns dar, der andere Ansatz stellt die Haltung des bloß Sitzens und Geschehenlassens dar - des 'Es-sich-selbst-Überlassens'.

In Indien gibt es zwei recht reizvolle Ausdrücke zu diesen beiden religiösen Haltungen. Die eine sei, so sagen sie, die Affenhaltung, die andere die Katzenhaltung. Das Affenbaby hält sich, nachdem es geboren wurde, mit einem sehr festen Griff am Pelz der Mutter fest. Daher steht dies für Selbstverantwortung. Obwohl sich zugegebenermaßen die Mutter während des Tragens bewegt, hat sich das Affenbaby selber aus eigener Kraft festzuhalten. Andererseits ist das Katzenbaby, nachdem es geboren wurde, völlig hilflos. Es muss eine Weile von der Mutter am Genick gepackt und überall herumgetragen werden. Das steht daher für den Weg der Abhängigkeit von einer anderen Kraft, des Verlassens auf die göttliche Gnade, usw.

Gemäß der indischen Tradition wird der erste Ansatz, die Herangehensweise nach Art der Affen, mit *jñāna*, Weisheit, verbunden. Der weise Mann verlässt sich auf sich selbst: Er versucht, Dinge herauszubekommen und sie für sich selber zu verstehen. Der zweite Weg hingegen, der Weg nach Art der Katze, wird mit *bhakti* verbunden, dem Pfad der Hingabe, der aus einem Gefühl der Abhängigkeit von einer göttlichen Macht oder einem göttlichem Ideal, höher als man selbst, besteht.

Im japanischen Buddhismus finden wir diese beiden unterschiedlichen Ansätze, das Vertrauen auf sich selbst und das Vertrauen auf eine göttliche Macht außerhalb von uns selbst, im Zen- bzw. im Shin-Buddhismus. Wie wohl bekannt ist, repräsentiert Zen, ja hebt Zen sogar die eigene Kraft oder Macht hervor - *juriki* wird es im Japanischen genannt. Wohingegen *Jōdo Shin Shū* das Vertrauen in eine andere Kraft repräsentiert - *tariki*. Mit

anderen Worten - Vertrauen in die geistige Kraft von Amithaba, des Buddhas des unendlichen Lichts und ewigen Lebens.

Diese beiden Wege, die Methode des Affenbabys und die des Kätzchens, des Intellektuellen und des Gläubigen, des Vertrauens in die eigene Kraft und des Vertrauens in die Kraft Anderer, werden gewöhnlich als sich gegenseitig ausschließend betrachtet: Wenn du einem Weg folgst, kannst du nicht dem anderen folgen. Entweder verlässt du dich auf die eigenen Bemühungen, oder du verlässt dich auf andere Kräfte, die es für dich tun. Eigentlich wird der Buddhismus als eine Religion mit eigener Bemühung angesehen, im Gegensatz zu einer Religion der Selbsthingabe. Aber dies ist genau genommen nicht richtig. In der buddhistischen Literatur haben wir eine Reihe von Verweisen auf die hilfreichen geistigen Einflüsse, die von den Buddhas und Bodhisattvas ausgehen, und die von denen, die dafür empfänglich sind, wahrgenommen werden können. Sie werden manchmal als Gnaden-Wellen beschrieben. Dies ist nicht wie die Gnade Gottes im Christentum, weil es im Buddhismus natürlich keinen Gott gibt. Diese geistigen Kräfte entstehen im Grunde genommen in einem selbst, aber nicht durch sich selbst (but not within oneself). Mit anderen Worten scheinen sie aus den Höhen hinabzukommen oder aus den Tiefen aufzusteigen, die man meist nicht bemerkt, der man sich gewöhnlich nicht bewusst ist, zu denen man aber sein Bewusstsein ausweiten kann, und die man gewissermaßen in das eigene sehr erweiterte „Selbst“ mit einschließen kann.

Der Bodhisattva verbindet beide Wege und übt aus diesem Grund Geduld und Tatkraft. Er verbindet, synthetisiert, die "männlichen" und die „weiblichen“ Aspekte des geistigen Lebens. In der Tat können wir sagen, dass beide Ansätze nötig sind. Manchmal ist es im Verlauf unseres geistigen wie auch weltlichen Lebens nötig, sich anzuklammern, Halt zu suchen, sich zu bemühen, sich anzustrengen, zu kämpfen. Aber manchmal ist es ebenso nötig, loszulassen, Dinge unbeachtet zu lassen, sie treiben zu lassen, sie ohne Eingreifen einfach geschehen zu lassen. Es gibt keine starre Regel, welcher Weg zu einer bestimmten Zeit angemessen ist. Manchmal musst du dich bemühen, aber zu anderen Gelegenheiten musst du die Dinge einfach geschehen lassen. Du kannst denken "let whatever is going to be done, be done". Entsprechend den Umständen muss man manchmal die eine Haltung einnehmen, manchmal die andere. Obwohl es keine starre Regel gibt, ist es allgemein gesprochen sicher, anzunehmen, dass eine Menge Eigenbemühung, ein Vertrauen in die eigene Kraft zu Beginn nötig ist, während man später vielleicht, nachdem eine große anfängliche Anstrengung unternommen wurde, anfangen kann, in die Hilfe, die Kraft, die Stärke, die von irgendwo außerhalb unseres Selbst oder zumindest von außerhalb des eigenen gegenwärtigen, bewussten Selbst kommt, zu vertrauen. Man kann nicht damit beginnen, sich vorzeitig auf diese Macht zu verlassen – oder zu denken, dass man darauf vertraut. Andernfalls würde man sich schlicht in rein negativem Sinn treiben lassen.

Wiederum gibt es hierzu eine indische Illustration. Wenn du das Ufer in einem kleinen Ruderboot verlässt, musst du zunächst mit großer Muskelkraft, vielleicht gegen die Strömung, hinaus zur Flussmitte rudern. Wenn du dann aber dorthin gelangt bist, kannst du die Segel hissen und dein Boot vom Wind vorantreiben lassen. In der gleichen Weise ist eine enorme Anstrengung in einer frühen Stufe des geistigen Lebens vonnöten, aber es wird eine Zeit kommen, wo du mit Kräften in Berührung kommst, die gewissermaßen über die deinigen hinausgehen (in einem Sinne sind sie Teil deines größeren Selbst), und die beginnen, dich fortzutragen.

Nun gibt es noch einen weiteren, sehr wichtigen Punkt zu erwähnen, bevor wir schließen: Die „aktiven“ und die „passiven“ Aspekte des geistigen Lebens wurden als „männlich“ und „weiblich“ bezeichnet. Ich bemerkte zu Beginn dieses Vortrages, dass der Gebrauch dieser Begriffe mehr oder weniger metaphorisch zu verstehen ist. Man könnte sagen, dass es tatsächlich eine wirkliche Verbindung zwischen biologischer und psychologischer Männlichkeit und Weiblichkeit auf der einen Seite gibt, und geistiger Männlichkeit und Weiblichkeit auf der anderen Seite. Aber man sollte daran denken, dass der Bodhisattva beides verbindet. Wir können daher den Bodhisattva als psychologisch und geistig bisexuell beschreiben, was manchen Leuten als eine eher merkwürdige Behauptung erscheinen mag. Das bedeutet, dass der Bodhisattva die männlichen und weiblichen Elemente auf jeder und allen Ebenen seiner eigenen psychologischen und spirituellen Erfahrung integriert.

Diese Tatsache wird sehr deutlich in der buddhistischen Ikonographie widergespiegelt. In einigen Darstellungen des Buddhas und verschiedener Bodhisattvas merken wir, dass es vom westlichen Standpunkt aus manchmal sehr schwierig ist, zu unterscheiden, ob die Figur männlich oder weiblich ist. Manchmal habe ich die Erfahrung machen können, dass ich z.B. ein Bild oder eine Abbildung von Avalokiteśvara einem Freund zeigte, der vielleicht nicht viel über Buddha wusste. Ich hätte dann gesagt: „Ist dies nicht ein wunderschöner Buddha?“ und er hätte geantwortet: „Ja, sie ist wunderschön.“ Dann hatte ich erklärt, dass dies nicht eine weibliche, sondern eine männliche Figur sei, und wenn er ein bisschen genauer hinschaute, würde er sehen, dass es tatsächlich eine männliche Figur war, obwohl sie gewisse feminine Charakteristika zu haben schien. Diese ikonographische Darstellung spiegelt dieses Prinzip geistiger und psychologischer Bisexualität des Bodhisattvas wider, ja, der geistigen Person im Allgemeinen.

Diese Idee, dieses Ideal psychologischer und geistiger Bisexualität ist uns im Westen ziemlich unbekannt. Es war aber den antiken Gnostikern, einer der ketzerischen Sekten des frühen Christentums bekannt. Diese Lehre wurde natürlich sehr schnell von der Kirche unterdrückt. Es gibt einen interessanten Ausschnitt in einem gnostischen Werk, bekannt als das Thomas-Evangelium. Das Thomas-Evangelium ist eines der vielen gnostischen Werke, die wir besitzen. Der Text wurde erst 1945 in Ägypten entdeckt. Er besteht aus 112 Worten, die Jesus nach seiner Auferstehung zugeschrieben wurden. In Satz 23 wird Jesus dargestellt, wie er sagt:

Wenn Du aus Zweien Eins machst  
Und machst die Innenseite wie die Außenseite  
Und die Außenseite wie die Innenseite  
Und die obere Seite wie die untere  
(und in solcher Weise), dass Du den Mann mit dem Weibe zu Einem machst,  
sodass der Mann nicht der Mann und die Frau nicht die Frau ist,  
wenn Du Augen anstatt eines Auges machst,  
und eine Hand anstatt einer Hand,  
und einen Fuß anstelle eines Fußes,  
ein Bild anstelle eines Bildes,  
dann wirst Du eingehen in das Königreich.

Dies ist nicht die Art von Lehre, der man normalerweise in der Kirche begegnet, aber man kann seine offensichtlich tiefe Bedeutung und Wirklichkeit sehen. Innerhalb des buddhistischen Kontextes wird der Begriff oder sogar die Übung geistiger Bisexualität

insbesondere im Tantra behandelt. Erleuchtung wird als eine vollkommene Verbindung aus Weisheit und Mitgefühl dargestellt. In dieser Verbindung repräsentiert Weisheit den femininen Aspekt des geistigen Lebens und Mitgefühl steht für den männlichen Aspekt, beide auf dem höchstmöglichen Punkt von Vollkommenheit. Dies wird häufig in der tantrischen buddhistischen Ikonographie durch männliche oder weibliche Buddhas oder Bodhisattva-Figuren in geschlechtlicher Vereinigung dargestellt. Diese Darstellungen heißen Yab-Yin: Yab heißt wörtlich Vater, Yin wörtlich Mutter. Diese Art Ikonographie würde im Westen als obszön, vielleicht sogar als blasphemisch betrachtet werden. Du würdest gewiss nichts dieser Art in einer Kirche antreffen. Aber in Asien, insbesondere in Tibet, werden sie als äußerst heilig betrachtet. Man muss beachten, dass dort, obwohl es zwei Figuren sind, nicht zwei Figuren sind. Es gibt nur eine erleuchtete Person, einen erleuchteten Geist, in dem Vernunft und Gefühl vereint sind, Weisheit und Mitgefühl. In Form von sexuellen Symbolen verkörpern diese Darstellungen (hier hat man es natürlich nicht mit Sexualität im gewöhnlichen Sinne zu tun) das vereinte Ideal von Weisheit und Mitgefühl, die höchste Vollendung von Männlichkeit und Weiblichkeit im geistigen Leben.

Ende des Vortrags

## Fragen

1. Was glaubst du, worauf Śāntideva hinaus will, wenn er sagt '...er bringt den Stock, aber du bringst den Körper'?
2. 'Nachsicht ist die größte Askese'. Was bedeutet das genau?
3. 'Sich in der Politik oder bei Geschäften zu engagieren ist einfach Faulheit...' (Gampopa). Welche Konsequenzen ziehst du für dich aus dieser Aussage?
4. Was ist Toleranz? Wie unterscheidet sie sich von Pseudo-Egalitarismus?
5. Was ist 'spirituelle Rezeptivität'? Was machst du, um sie bei deiner Praxis zu entwickeln?
6. Sangharakshita erwähnt in diesem Kapitel 'Gnaden-Wellen'. Was bedeutet das für dich, und ist es für deine Dharma-Praxis von Relevanz?
7. 'Wir können daher den Bodhisattva als psychologisch und geistig bisexuell beschreiben. .... dass der Bodhisattva die männlichen und weiblichen Elemente auf jeder und allen Ebenen seiner eigenen psychologischen und spirituellen Erfahrung integriert.' Was glaubst du, meint Sangharakshita damit?

## Modul „Das Bodhisattva-Ideal“

### 6. Kapitel: An der Schwelle zur Erleuchtung

Beginn des Vortrags

Seit fünf Wochen lassen wir uns nun auf einem großen Fluss entlang tragen, dem Fluss des Bodhisattva-Ideals. In jeder Woche sind wir ein wenig weitergekommen. Auf unserer Fahrt sahen wir, wie der Fluss sich verbreiterte. Wenn wir einen Fluß hinunter fahren und dieser Fluss beginnt breiter zu werden, wissen wir, dass wir schließlich einen Punkt erreichen werden, an dem der Fluss - oder zu diesem Zeitpunkt der Strom - so breit ist, dass wir nicht genau sicher sein können, ob wir noch im Strom sind oder ob wir nicht schon begonnen haben, den großen Ozean zu befahren. Dies ist der Punkt, den wir heute erreichen. Heute werden wir die Flussmündung in den großen Ozean der Erleuchtung selber passieren.

Um diesen Punkt zu erreichen, mussten wir eine ziemliche Entfernung zurücklegen. Wir haben gesehen, wie sich Woche für Woche viele verschiedene Aspekte des Bodhisattva-Ideals entfalteten. Im ersten Vortrag sahen wir, dass der Bodhisattva der ideale Buddhist ist, jemand der zum Wohl der vollkommenen Erleuchtung aller fühlenden Wesen lebt und dass er die lebende Verkörperung von Weisheit und Mitgefühl ist.

Im zweiten Vortrag sahen wir im Einzelnen, dass man ein Bodhisattva wird - oder dazu geboren wird - aufgrund des „Entstehens des Bodhicitta“. Das Bodhicitta wird oft als „Gedanke an Erleuchtung“ übersetzt, aber wir sahen, dass es in Wirklichkeit viel mehr ist: Es ist nicht nur ein Gedanke oder eine Idee oder ein Konzept über Erleuchtung in jemandes Geist - nicht einmal im Geist eines Bodhisattvas - sondern etwas Transzendentes. Es gibt nur ein Bodhicitta, aber einzelne Bodhisattvas haben Anteil an diesem einen Bodhicitta; jeder in dem Maße seiner Möglichkeiten. Dieses Bodhicitta entsteht in einem Mann oder einer Frau, und verwandelt sie in Abhängigkeit von bestimmten Voraussetzungen in einen Bodhisattva. In diesem Zusammenhang untersuchten wir Śāntidevas „Höchste Verehrung“, eine Folge von sieben Bedingungen aufgrund derer das Bodhicitta entsteht, und Vasubandhus „Vier Faktoren“.

In der dritten Vorlesung sahen wir, dass, obwohl das Bodhicitta selber universal ist, der Bodhisattva ein individuelles Wesen ist und dass sich das Bodhicitta deshalb im Leben und Wirken eines Bodhisattvas in einer individuellen, sogar einzigartigen Weise ausdrückt. Der individuelle, einzigartige Ausdruck des Bodhicittas ist als das „Bodhisattva-Gelübde“ bekannt. Wir sprechen vom Bodhisattva-Gelübde im Singular, aber in Wirklichkeit sind es mehrere – der Bodhisattva macht eine Anzahl von Gelübden. Wir untersuchten die „Vier Großen Gelübde“ im Einzelnen.

Weiterhin sahen wir, dass das Bodhisattva-Ideal eine Vereinigung von Gegensätzen darstellt. Allgemein bedeutet es eine Vereinigung des Weltlichen und des Transzendenten, von Saṃsāra und Nirvāṇa. Etwas spezieller stellt es eine Vereinigung des altruistischen und des individualistischen Aspekts als auch des „maskulinen“ und „femininen“ Aspekts des geistigen Lebens dar.

Im vierten Vortrag sahen wir, dass das erste dieser Gegensatzpaare, der altruistische und der individualistische Aspekt des geistigen Lebens, im Kontext des Bodhisattva-Ideals durch dāna, Geben, und śīla, Rechtschaffenheit, dargestellt werden, die ersten zwei pāramitās (Vollkommenheiten), die ersten zwei transzendenten Tugenden, die ein Bodhisattva praktiziert.

In der letzten Woche sahen wir, dass das zweite Gegensatzpaar, die „maskulinen“ und „femininen“ Zugänge zum geistigen Leben, durch das zweite Paar der pāramitās repräsentiert wird: Kṣānti, Geduld, und Vīrya, Tatkraft oder Energie.

Heute kommen wir zu einem noch verfeinerteren Paar von Gegensätzen, und wir werden sehen, wie der Bodhisattva auch diese in seinem Leben, Wirken und spirituellen Erfahrung vereinigt. Dieses Paar von Gegensätzen wird dargestellt durch dhyāna auf der einen Seite und praññā auf der anderen, das heißt durch Meditation (im weitesten Sinne) und durch Weisheit. Diese zwei sind die letzten zwei pāramitās, die fünfte und sechste der Vollkommenheiten. Dieser Vortrag heißt „An der Schwelle zur Erleuchtung“, denn dort befinden wir uns, wenn wir einzeln oder gemeinsam Weisheit und Meditation, Meditation und Weisheit praktizieren. Diese zwei pāramitās repräsentieren die Vollendung des „Festsetzungsaspekts“ des Bodhicittas.

Wir haben es hier mit Meditation und Weisheit, mit zwei riesigen Themen zu tun, und es ist schwierig zu entscheiden, wo man anfangen soll. Man kann sehr leicht über jedes dieser Themen sehr lange sprechen, ohne im Hinblick auf den Umfang dieser Themen sehr viel gesagt zu haben. Es ist nicht sinnvoll, zu versuchen, diese beiden Themen ausschöpfen zu wollen. Alles was in dieser Vortrag geben kann, ist eine mehr oder weniger zusammenhängende Darstellung gewisser wichtiger Punkte.

Als erstes dhyāna. Ich übersetze das als „Meditation“, was für unsere Zwecke ausreicht. Man kann das Wort dhyāna, wie so viele andere indisch-buddhistische Sanskrit- und Pali-Wörter, nicht wirklich durch ein einzelnes englisches / deutsches Wort übersetzen. Wir liegen nicht sehr falsch, wenn wir dhyāna als Vereinigung von zwei Dingen betrachten: erstens höhere Bewusstseinszustände - Bewusstseinszustände über und jenseits unseres normalen, alltäglichen Geistes - und zweitens nicht nur die höheren Bewußtseinszustände selber, sondern auch die verschiedenen Übungen, die zur Erfahrung dieser höheren Bewusstseinszustände führen.

Diese höheren Bewusstseinszustände sind, grob gesagt, von zweierlei Art. Auf der einen Seite sind es solche, die, obwohl höher als unsere alltäglichen Bewusstseinszustände, noch weltlich sind; auf der anderen Seite solche, die wirklich transzendent sind. Was diese Unterscheidung wirklich bedeutet, werden wir später sehen.

In der buddhistischen Tradition gibt es eine ziemliche Anzahl von Auflistungen dieser höheren Bewusstseinszustände. Diese Listen schildern verschiedene Ebenen oder verschiedene Dimensionen des höheren Bewusstseins. Heute werden wir uns mit drei dieser Listen auseinandersetzen: den „Vier formhaften dhyānas“, den „Vier formlosen dhyānas“ und den „Drei Zugängen zur Befreiung“. Indem wir durch diese drei Listen gehen, werden wir eine Vorstellung davon bekommen, was dhyāna im Sinne höherer Bewußtseinszustände wirklich bedeutet. Aber wir müssen uns daran erinnern, dass, obwohl wir das Gesagte sehr gut verstehen mögen, das kein Ersatz für unsere eigene Erfahrung ist.

Zuerst die "Vier formhaften dhyānas". Traditionell gibt es zwei Arten, sie zu beschreiben: in der Ausdrucksweise psychologischer Analyse oder in bildhafter Ausdrucksweise. Diese zwei Methoden der Beschreibung entsprechen den zwei grundlegenden Arten menschlicher Kommunikation oder den zwei grundlegenden „Sprachen“, die wir benutzen können. Wir können die Sprache der Ideen, der Konzepte, des abstrakten Denkens sprechen (das ist die Art von Sprache, die von Wissenschaft und Philosophie benutzt wird) oder wir können in der Sprache von Bildnissen, geistigen Bildern oder sogar von Archetypen sprechen (diese Sprache umfasst solche Dinge, wie Metaphern, Mythen und Symbole).

Der Buddhismus benutzt beide Sprachen. Manchmal spricht er die Sprache der Konzepte, ein anderes Mal die Sprache der Bilder. Beide Sprachen sind von gleicher Wichtigkeit. Die Sprache der Konzepte wendet sich mehr an den bewussten Geist - an unsere bewusste, rationale Intelligenz; die Sprache der Bilder, die konkreter, lebendiger und bildhafter ist - in gewissem Sinne tiefer bewegend, wendet sich an die unbewussten Tiefen in uns.

Die meisten modernen Erklärungen der Lehren Buddhas sind, ob es uns passt oder nicht, in den Begriffen von Konzepten wiedergegeben, und wenn man sich durch die (zumindest in Englisch) erhältliche Literatur über den Buddhismus liest, bekommt man manchmal den Eindruck, dass der Buddhismus einseitig, um nicht zu sagen über alle Maßen, intellektuell ist. Man wird fast dazu gebracht manchmal zu glauben, dass man, um Buddhismus wirklich zu verstehen, sich einem strengen Kurs in buddhistischer Logik, Metaphysik und Erkenntnistheorie unterziehen muss. Dieser Eindruck muss korrigiert werden, weil der traditionelle Buddhismus auch den nicht-konzeptuellen Modus der Kommunikation benutzt - die Kommunikation durch Bilder. In Wirklichkeit spricht der Buddhismus die Sprache der Bilder mindestens so häufig und mindestens so kraftvoll, wie er die Sprache der Konzepte spricht. Wir müssen versuchen, diese Einseitigkeit in der Präsentation des Buddhismus zu beseitigen, indem wir dazu ermutigen, die Wahrheit und Realität der Lehre Buddhas durch verschiedene Methoden nicht-konzeptueller - vielleicht sogar non-verbaler Kommunikation zu vermitteln.

Es gibt ein wunderschönes Beispiel nicht-konzeptueller Kommunikation im Leben des Buddhas. Diese Geschichte stammt aus der Zen-Tradition. Wir wissen, dass der Buddha sehr oft verstandesmäßig seine spirituelle Erfahrung gelehrt hat. Aber nicht immer. Manchmal griff er auf direktere Methoden zurück und benutzte die Sprache der Bilder. Dies geschah bei einer sehr berühmten Begebenheit. Die Versammlung saß schweigend um ihn und der Buddha, statt zu sprechen, nahm einfach eine goldene Blume und hielt sie hoch. Er hielt diese Blume inmitten der Versammlung hoch und sagte nichts - überhaupt nichts. Er lächelte nicht einmal. Aber Mahākāśyapa, einer seiner größten Schüler, lächelte. Er lächelte, weil er verstand, was der Buddha durch das Hochhalten dieser goldenen Blume, durch diese non-verbale Kommunikation, zu vermitteln versuchte.



Diese Handlung des Buddhas war, wie uns erzählt wird, der Ursprung der Zen-Tradition. Wir sollten uns vergegenwärtigen, dass die große geistige Bewegung des Zen, eine der größten Formen des Buddhismus, die sich über den ganzen Fernen Osten ausgebreitet hat, die hunderte von erleuchteten Meistern hervorgebracht hat, nicht aus einem philosophischen System heraus entstand, sondern, der Tradition zufolge, aus dieser einfachen symbolischen

Handlung des Buddhas, diesem Hochhalten der goldenen Blume. Mahākāśyapa verstand, was der Buddha meinte, und er lächelte. Er dachte wahrscheinlich, dass der Buddha niemals etwas schöneres getan hatte, als diese goldene Blume hochzuhalten. Wir können sagen, dass diese goldene Blume sogar heute noch, über den ganzen Fernen Osten, sogar über die Teile des Westens, in denen die Zen-Tradition bekannt ist, ihren Glanz ausstrahlt.

Es ist leicht für uns, buddhistische Philosophie zu studieren. Die Sprache der Konzepte sprechend, können wir unseren Zuhörern unter Umständen 'ein Ohr abquatschen'. Es ist diese andere Sprache, die Sprache der Bilder, die wir lernen müssen. Wir müssen in Mythen und Symbole eintauchen und lernen, diese relativ ungewohnte Dimension menschlicher Kommunikation zu erfahren.

Wir sind etwas abgeschweift, so lasst uns nun zu den „Vier formhaften dhyānas“ zurückkehren. Üblicherweise sind es vier dhyānas, aber manchmal werden auch fünf aufgelistet. Das sollte uns daran erinnern, diese Klassifikationen nicht zu wörtlich zu nehmen: die „Vier dhyānas“ stellen der Reihe nach höhere Zustände einer psychischen Entwicklung dar, die in Wirklichkeit einen sich kontinuierlich entfaltenden Prozeß ausmacht.

Nun zur Beschreibung dieser vier höheren Bewußtseinszustände in der Ausdrucksweise psychologischer Analyse. Wir werden für eine Weile die Sprache der Konzepte sprechen, bevor wir zur bildhaften Sprache übergehen.

In der Ausdrucksweise psychologischer Analyse wird das erste dhyāna durch das Fehlen sämtlicher negativer Emotionen charakterisiert. Genauer gesagt, in den Begriffen buddhistischer Tradition, ist das erste dhyāna charakterisiert durch das Fehlen von Gier, Übelwollen, Stumpfheit/ Trägheit, Ruhelosigkeit/ Besorgtheit und Zweifel, die traditionell die „Fünf geistigen Hindernisse“ genannt werden. Solange alle negativen Emotionen nicht verhindert, unterdrückt, aufgehoben sind, solange der Geist nicht völlig frei, zumindest für einige Zeit, nicht nur von den „Fünf geistigen Hindernissen“ sondern auch von Angst, Ärger, Eifersucht, Besorgtheit, Schuld ist, solange gibt es auch keinen Eintritt in höhere Bewusstseinszustände. Es ist deshalb ziemlich klar, dass wenn wir Meditation ernsthaft praktizieren wollen, unsere erste Aufgabe darin bestehen muss, zu lernen, zumindest die groben Erscheinungen dieser negativen Emotionen zu verhindern.

Positiv ausgedrückt wird das erste dhyāna durch Konzentration und Vereinigung all unserer psychischen Energien charakterisiert. Letzte Woche sahen wir, dass unsere Energien normalerweise über eine Vielzahl von Objekten verstreut sind; wir sahen, dass unsere Energien blockiert und verstreut sind - im letzten Fall laufen sie einfach in verschiedene Richtungen aus. Wenn wir mit der Meditationspraxis beginnen, ist eines der Dinge, die geschehen, dass alle unsere Energien zusammengebracht werden: solche Energien, die blockiert sind, werden befreit, solche, die verschwendet wurden, werden in ihrem Auslaufen kontrolliert. Auf diese Weise kommen all unsere Energien zusammen, fließen zusammen, sind konzentriert, sind vereinigt. Dieses Zusammenfließen von psychophysischer Energie, diese Erhöhung von Energie, dieses Ansammeln von Energie wird durch das erste dhyāna charakterisiert und ist eigentlich charakteristisch für alle vier dhyānas - in ansteigender Form..

Diese Konzentration und Vereinigung der Energien wird im ersten dhyāna als etwas äußerst Angenehmes erfahren. Wenn all unsere Energien zusammenkommen, wenn es keine Verschwendung und Aufsplitterung der Energie gibt, wenn unsere Energie natürlich auf die

inneren Stufen konzentriert ist, dann wird das als äußerst angenehm, sogar glücklich erfahren. Im ersten dhyāna ist dieses angenehme Gefühl von zweierlei Art: es gibt einen rein geistigen Aspekt und auch einen körperlichen Aspekt.

Der angenehme körperliche Aspekt, den man Priti oder „Verzückung“ nennt, manifestiert sich in verschiedener Weise. Er kann sich zum Beispiel darin manifestieren, dass jemandem die Haare zu Berge stehen. Er kann sich in Form von Tränen manifestieren: manche Leute beginnen nach einer Weile heftig zu weinen wenn sie meditieren - das ist ein sehr gutes, gesundes, positives Zeichen von Priti, wenn es auch nach einiger Zeit verschwindet.

Das erste dhyāna wird auch durch eine gewisse Menge diskursiver geistiger Aktivität charakterisiert. Man kann das erste dhyāna erreichen, alle negativen Emotionen aufgehoben haben, seine Energien vereinigt haben, verschiedene geistige und körperliche angenehme Gefühle erfahren haben, aber es bleibt noch eine Spur diskursiver geistiger Aktivität. Diese diskursive geistige Aktivität ist da, reicht aber nicht aus, um die Konzentration zu stören. Es ist eine ein wenig flackernde geistige Aktivität, zumindest über die Meditationserfahrung, wenn nicht über etwas Anderes. Nach einer Weile scheint es, als ob sie sich in den Rahmen der Konzentration zurückzieht.

Im zweiten dhyāna hört die diskursive geistige Aktivität auf, sie verschwindet. Das zweite dhyāna ist deshalb ein Zustand von Nicht-Denken. Wenn man den Begriff „Nicht-Denken“ benutzt, werden Leute oft ein wenig ängstlich. Sie stellen sich vor, dass man ohne Gedanken aufhören muss zu existieren. In Wirklichkeit geschieht so etwas nicht. Es muss nachdrücklich betont werden, dass es im zweiten dhyāna einfach keine diskursive geistige Aktivität gibt. Man ist völlig wach, wachsam, bewusst. Tatsächlich ist das ganze Bewusstsein erhöht: man ist wacher, bewusster, wachsamer als normalerweise. Selbst wenn die diskursive geistige Aktivität verschwindet, selbst wenn der Geist nicht mehr aktiv in diesem Sinne ist, wird ein klarer, reiner heller Zustand von Bewusstsein erfahren. Im zweiten dhyāna werden die psychophysischen Energien noch konzentrierter, mit der Folge, dass die geistig und körperlich angenehmen Erfahrungen des ersten dhyānas andauern.

Wir stellten fest, dass beim Übergang vom ersten ins zweite dhyāna diskursive geistige Aktivität ausgeschaltet wird. Jetzt, beim Übergang vom zweiten ins dritte dhyāna, sind es die angenehmen körperlichen Gefühle, die verschwinden. Bewusstsein wird immer mehr vom Körper weggezogen, sodass angenehme, sogar verzückende Gefühle nicht länger im oder mit dem Körper erfahren werden. Nichtsdestoweniger ist der Geist verzückt. In diesem Stadium mag körperliches Bewusstsein allerdings noch sehr peripher vorhanden sein: es ist, als ob du dir deines Körpers aus einer großen Entfernung bewusst bist, gerade am Rande deiner Erfahrung, nicht im Zentrum davon, wie es normalerweise der Fall ist. Die anderen Faktoren bleiben im dritten dhyāna wie zuvor bestehen, abgesehen davon, dass sie noch intensivierter sind.

Im vierten dhyāna verschwindet sogar die geistige Erfahrung von Glückseligkeit. Das bedeutet nicht, dass man auf irgendeine Art unglücklich wird. In diesem Zustand bewegt sich der Geist jenseits von Vergnügen und Schmerz. Das ist sehr schwer für uns zu verstehen. Wir können nicht anders, als uns einen solchen Zustand als eine Art neutralen, grauen Zustand vorzustellen, eher tiefer als Vergnügen - vielleicht sogar tiefer als Schmerz. Aber so ist es nicht. Im vierten dhyāna bewegt sich der Geist jenseits von Angenehmem und Schmerz, sogar jenseits der geistigen Verzückung der vorhergehenden dhyānas und erreicht einen

Zustand, der „Gleichmut“ genannt wird. Paradox ausgedrückt kann man sagen, dass dieser Zustand des Gleichmuts sogar angenehmer ist als der angenehme Zustand selbst (man kann natürlich nicht sagen, dass er schmerzlicher ist als der schmerzliche Zustand). Der Zustand des Gleichmuts befriedigt tiefer als der angenehme Zustand. Es ist eine Art positiver Frieden, verzückender als Verzückung selbst. In dieser Stufe sind die gesamten Energien des Wesens vollkommen integriert, sodass dieses dhyāna ein Zustand von perfekter geistiger und spiritueller Harmonie, Balance und Ausgeglichenheit ist.

Das sind die „Vier dhyānas“, die vier Zustände höheren Bewusstseins in der Ausdrucksweise psychologischer Analyse. Nun zu ihrer Beschreibung in bildhafter Sprache. Hier benutzt der Buddha vier Gleichnisse, für jedes dhyāna eines. Ihr werdet feststellen, dass der Buddha sehr gewöhnliche, alltägliche Beispiele gibt, die aber dennoch sehr treffend sind.

Das Gleichnis des Buddhas für das erste dhyāna: Der Buddha sagt: "Stell Dir einen Badewärter vor, der seine tägliche Arbeit verrichtet. Er nimmt eine Handvoll Seifenpulver und mischt es mit Wasser." Es überrascht vielleicht ziemlich, zu hören, dass sie im alten Indien vor 2500 Jahren Seifenpulver hatten, und es erstaunt vielleicht noch mehr, zu erfahren, dass sie es von einem Seifenbaum bekamen. Wenn man die Frucht dieses bestimmten Baumes trocknet und pulverisiert, bekommt man etwas, was in genau der gleichen Weise wirkt, wie Seifenpulver. Der Buddha sagte: "Stell Dir vor, dieser Badewärter mischt und knetet das Seifenpulver und das Wasser, bis das Seifenpulver ein Ball ist, völlig mit Feuchtigkeit gesättigt. Er ist so mit Feuchtigkeit gesättigt, dass er keinen Tropfen Wasser mehr aufnehmen kann; gleichzeitig ist kein einziges Stückchen undurchdrungen. Genauso ist die Erfahrung des ersten dhyānas."

Das Gleichnis des Buddhas für das zweite dhyāna: Der Buddha sagt: "Die Erfahrung des zweiten dhyānas ist wie ein großer See, gefüllt mit Wasser. Das Wasser des Sees kommt weder vom Regen noch von Flüssen, die hineinfließen, sondern aus einer unterirdischen Quelle tief unten in der Mitte des Sees. Dort ist eine kleine Quelle, aus der das kühle, kalte, frische Wasser aufsprudelt und sich gleichmäßig im See ausbreitet."

Das Gleichnis des Buddhas für das dritte dhyāna: Hier nimmt der Buddha nicht nur einen See mit Wasser, sondern einen See mit Lotussen. Er sagt: "Stell Dir große Beete von Lotussen vor, rote, blaue, weiße und gelbe, die mitten im Wasser wachsen. In welchem Zustand sind diese Lotusse? Sie sind völlig unter Wasser: ihre Wurzeln, Stämme, Blätter, sogar die Blütenblätter sind durchtränkt vom Wasser, sie wachsen dort durchdrungen vom Wasser. So ist die Erfahrung des dritten dhyāna."

Das Gleichnis des Buddha für das vierte dhyāna: Der Buddha sagt: "Stell Dir einen Mann vor, der an einem sehr heißen Tag ein Bad im Freien nimmt. Nach dem Bad nimmt er ein großes Stück weißen Tuchs, wickelt es um sich und setzt sich nieder. Jetzt fühlt er sich rein, sauber, geborgen. So fühlt man sich, wenn man das vierte dhyāna erfährt."

Das sind die vier Gleichnisse, die der Buddha gebrauchte, um die Erfahrungen in den „Vier dhyānas“ zu erklären. Der Buddha spricht hier in bildhafter Sprache. Ihr mögt mehr aus dieser Beschreibung gewonnen haben, als aus der Beschreibung in der Ausdrucksweise psychologischer Analyse: es kann sein, dass die bildhafte Sprache des Buddha direkter, vertrauter, vielleicht sogar wahrhaftiger zu euch gesprochen hat als die Sprache der Konzepte.

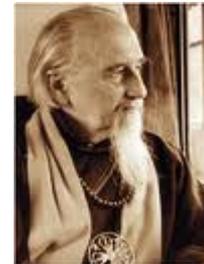
Man kann aufgrund dieser vier Gleichnisse sehen, dass es einen eindeutigen Fortschritt von einem dhyāna zum nächsten gibt. Im ersten dhyāna vereinigen sich die Energien des bewussten Geistes. Im ersten Gleichnis beginnt man mit einer Dualität: es gibt zwei Dinge, Seifenpulver und Wasser. Aber die Dualität wird aufgelöst: Seifenpulver und Wasser werden zusammengeknetet. Das erste dhyāna repräsentiert tatsächlich die Vereinigung aller Energien des bewussten Geistes auf bewusster Ebene.

Dann, im zweiten dhyāna beginnt die Energie des überbewussten Geistes in den vereinigten bewussten Geist zu dringen. Das ist mit dem kühlen, klaren, kalten Wasser gemeint, das aus dem tiefsten Grund des Sees aufsteigt. Die überbewussten Energien steigen in den gesammelten bewussten Geist auf, als eine Art Quelle der Inspiration.

Als nächstes nehmen diese Energien, die in jemandem aufzusteigen begannen - oder einzuströmen - ihn vollständig in Besitz. Sie beherrschen ihn vollständig, so wie im dritten Gleichnis die Lotusse vollständig vom Wasser durchdrungen sind - ihre Wurzeln, Stämme, Blätter sind vom Wasser durchtränkt. In diesem dritten Stadium verwandeln die überbewussten Energien die Energien des bewussten Geistes.

Im vierten dhyāna schließlich wird der bewusste Geist dominiert, eingeschlossen und eingehüllt von den überbewussten Energien, genau wie der Mann, der sein Bad genommen hat, eingeschlossen und eingehüllt in seinem weißen Tuch ist, in das er sich eingewickelt hat. Ihr habt vielleicht bemerkt, dass im zweiten dhyāna das Überbewusste, in Form von Wasser, das in das gesammelte Bewusstsein eingedrungen ist, in dem See enthalten ist. Aber jetzt, im vierten dhyāna ist es das - wenn auch völlig veränderte - Bewusste, das im Überbewussten enthalten ist: die Situation hat sich völlig umgekehrt.

All das könnte visuell dargestellt werden. Man malt Bilder mit Wörtern, aber das könnte auch mit Pinsel, Farben usw. direkt gemacht werden. Tatsächlich hat Lama Govinda dies getan. Vor einigen Jahren sah ich eine Serie seiner Bilder; er nannte sie „abstrakte Gemälde“, die die „Vier dhyānas“ darstellten.



So viel zu den „Vier formhaften dhyānas“. Wir haben eine ziemlich lange Zeit für sie verwendet - wegen ihrer zentralen Bedeutung für die Meditationspraxis und tatsächlich für die Praxis des Geistigen Lebens als Ganzes. Wir kommen nun zu den „Vier formlosen dhyānas“, vier Zuständen höheren Bewusstseins, verbunden mit der formlosen Welt. Sie werden oft auf die „Vier formhaften dhyānas“ aufgesetzt. Sie sind den Erfahrungen der meisten Meditierenden ziemlich fremd, deswegen sollten wir uns nur kurz mit ihnen befassen. Sie bestehen in der Erfahrung von Objekten von immer steigenden Graden von Subtilität und Verfeinerung.

Das erste formlose dhyāna wird die „Sphäre der Raumunendlichkeit“ genannt. Ihr erinnert euch vielleicht daran, dass wir, als wir das vierte formhafte dhyāna erreicht haben, das Körperbewusstsein zurückließen. Wenn man sich von den Sinnen, mit denen Objekte im Raum wahrgenommen werden, zurückzieht, bleibt man mit der Erfahrung unendlichen Raumes zurück - Raum, der sich unendlich in alle Richtungen ausbreitet, von denen jede überall ist. Es ist nicht eine Art visueller Erfahrung, indem man von einem bestimmten Punkt im Raum in den unendlichen Raum hinaus schaut; es ist ein Gefühl von Freiheit und Ausdehnung, eine Erfahrung des sich unendlich ausdehnenden ganzen eigenen Wesens.

Das zweite formlose dhyāna ist die „Sphäre der Bewusstseinsunendlichkeit“ (vijñāna). Man erreicht das, indem man „reflektiert“, dass man unendlichen Raum erfahren hat; in dieser Erfahrung gab es ein Bewusstsein des unendlichen Raumes. Das heißt, dass es gleichzeitig mit der Unendlichkeit des Raumes eine Unendlichkeit des Bewusstseins gibt: die subjektive Entsprechung dieses objektiven Zustands oder Erfahrung. Wenn man sich von der Erfahrung von Raum zurückzieht und sich auf die Erfahrung von Bewusstsein konzentriert, erfährt man unendliches Bewusstsein, wieder in alle Richtungen sich ausdehnend, aber nicht von einem bestimmten Punkt aus – Bewusstsein, das überall präsent ist.

Das dritte formlose dhyāna ist die „Sphäre der Nicht-Dingheit“ oder „Sphäre der Nicht-Irgendetwasheit“. In dieser Erfahrung kann man nicht eine bestimmte Sache als verschieden von einer anderen erkennen. In unserem gewöhnlichen, alltäglichen Bewusstsein können wir z.B. eine Blume als verschieden von einem Baum, oder einen Menschen als verschieden von einem Haus erkennen, aber in diesem Zustand gibt es keine bestimmte „Dingheit“ der Dinge. Man kann nicht dieses als „dieses“ und jenes als „jenes“ identifizieren. Es ist nicht so, als ob wir durcheinander oder verwirrt sind, sondern die Möglichkeit von Erkennen existiert nicht. Das ist kein Zustand von Nichts-heit, sondern von Nicht-Dingheit (not a state of nothingness but of no-thingness).

Das vierte formlose dhyāna ist die „Sphäre der Weder-Wahrnehmung noch Nicht-Wahrnehmung“. Das ist noch verfeinerter, obwohl es immer noch im Weltlichen ist. Im Übergang vom ersten ins zweite formlose dhyāna geht es vom unendlichen Objekt zum unendlichen Subjekt. Jetzt geht man über Subjekt und Objekt hinaus. Man ist nicht völlig jenseits von Subjekt und Objekt, aber man kann nicht länger in Begriffen von Subjekt oder Objekt denken oder erfahren. Man erreicht einen Zustand, in dem man nicht sagen kann - weil es in gewissem Sinne nichts zu sagen gibt - ob man etwas erfährt oder ob man nichts erfährt.

Die „Vier formhaften dhyānas“ und die „Vier formlosen dhyānas“ werden in der buddhistischen Tradition dem Mundanen oder Weltlichen - als im Gegensatz zum Transzendenten zugeordnet. Sie sind nicht weltlich im üblichen Sinne: sie sind überbewusste Zustände, und als solche stellen sie einen sehr hohen Grad von Vereinigung und Verfeinerung der psychospirituellen Energie dar; sie repräsentieren spirituelle Zustände, spirituelle Erfahrungen. Sie sind aber noch nicht wirklich transzendent; sie haben keinen direkten Kontakt mit der Höchsten Wahrheit. Im Buddhismus wird nur das als „transzendent“ bezeichnet, was vom Wesen der Höchsten Wahrheit ist oder direkt zu ihr hinführt. Es ist dieser Kontakt mit der Höchsten Wahrheit von den Höhen des Weltlichen aus, von den Höhen des Überbewusstseins aus, der jetzt geschlossen werden muss. Dieser Kontakt wird hergestellt, wenn der konzentrierte Geist (d.h. der Geist im Zustand von dhyāna, höher oder niedriger) mit Bewusstheit vom Weltlichen zum Transzendenten übergeht, wenn der konzentrierte Geist anfängt, über Realität nachzusinnen. Das ist der Punkt, an dem die dhyāna-Zustände von weltlichen zu transzendenten werden.

Es gibt viele verschiedene transzendente dhyānas. Manchmal werden die transzendenten dhyānas samādhis genannt. Sie unterscheiden sich voneinander, je nachdem welcher Aspekt der Wahrheit betrachtet wird. Unter den wesentlichsten und bedeutendsten dieser transzendenten dhyānas ist eine Reihe von dreien - bekannt als die „Drei Zugänge zur Befreiung“. Wir werden kurz darauf eingehen.

Das erste wird das „Bildlose samādhi“ genannt. In diesem transzendenten dhyāna, in dieser Erfahrung mit einem transzendenten Objekt, wird die Wahrheit als leer von allen begrifflichen Konstruktionen betrachtet. Man sieht, dass alle Gedanken und Konzepte über die Wahrheit keinen Bezug zur Wahrheit selbst haben. Man sieht, dass sogar das Wort „Wahrheit“ ziemlich unsinnig ist. Nur wenn man sieht, dass es Nicht-Wort und Nicht-Gedanke gibt, kann man zur Wahrheit gelangen, die Nicht-Wahrheit ist. In diesem „Bildlosen samādhi“ betrachtet man die Wahrheit als leer von allen Bildern, die dem Geist einen Hinweis darauf geben könnten, was sie „wirklich“ ist.

Zweitens ist dort das „Neigungslose samādhi“ oder das „Richtungslose samādhi“. Der Geist unterscheidet in dieser Stufe überbewusster Erfahrung nicht zwischen diesem und jenem. Er unterscheidet nicht zwischen Mitteln und Zweck, zwischen hier und dort, zwischen später und jetzt. Es gibt keinen Zeitsinn - keine Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft; es gibt keine Richtung zu gehen, es gibt keine Neigung, keine Tendenz. Der Geist betrachtet Wahrheit unter diesem Aspekt, dass es keine Neigung oder Tendenz zu diesem oder jenem gibt, weil es kein dieses oder jenes gibt.

Drittens und letztens gibt es das „samādhi der Leerheit“. Hier wird Wahrheit betrachtet als ohne Selbst-Natur. Die Realität hat kein eigenes Merkmal, durch das sie erkannt oder von anderen Dingen unterschieden wird. In dieser Erfahrung kann man nicht sagen, dass ein Stuhl „dieses“, ein Mensch „dieses“ und Realität „jenes“ ist. Realität ist keine Sache, die von einer anderen Sache unterschieden wird; Realität hat keine eigene Selbst-Natur. Das „samādhi der Leerheit“ ist die Betrachtung der Realität unter dem Aspekt, dass sie keine erkennbare, identifizierbare eigene Natur hat, die sie von anderen Dingen unterscheidet.

Mit diesen transzendenten samādhis, die in der Tat einen sehr erhabenen Gipfel spiritueller Erfahrung darstellen, beginnen wir, von dhyāna, Meditation, zu prajñā, Weisheit, überzugehen. Aber bevor wir Weisheit behandeln, werde ich noch ein paar Worte über dhyāna sagen.

Wir haben uns mit dhyāna im Sinne höherer Bewusstseinszustände beschäftigt, aber wir müssen noch dhyāna in seinem zweiten Sinn, als die Praktiken, die zu diesen höheren Bewusstseinszuständen führen, behandeln. Unter dieser Überschrift könnte ich über die „Fünf grundlegenden Meditationsmethoden“ sprechen oder über die Vorbereitung zur Meditation oder über die Erfahrungen, die in der Meditationspraxis auftauchen. Ich habe diese Themen zu anderen Gelegenheiten behandelt, und so werde ich mich hier auf eine Betrachtung beschränken. Diese Betrachtung ist, dass dhyāna im Sinne der Erfahrung höherer Bewusstseinszustände eine natürliche Sache ist. Idealerweise würde man, sobald man sich zur Meditation hinsetzt, sobald man seine Beine kreuzt und seine Augen schließt, direkt in dhyāna übergehen. Es könnte und sollte so einfach sein. Tatsächlich können wir sagen, dass wenn wir ein wahrhaft menschliches Leben führen würden, wenn wir den vorhergehenden Tag oder die Woche oder den Monat oder das Jahr anständig verbracht hätten, das wirklich geschehen könnte – es gibt keinen Grund, der dagegen spricht. Ich brauche euch wohl nicht zu sagen, dass das normalerweise nicht geschieht. Wir alle müssen uns bemühen, kämpfen und schwitzen - und manchmal unter unserem Atem fluchen. Wir fühlen uns enttäuscht; wir denken, dass es die Mühe nicht lohnt, dass wir uns lächerlich machen und genauso gut ins Kino gehen könnten oder Fernsehen sehen. Wir müssen uns abmühen und kämpfen. Es ist tatsächlich nicht so, dass wir uns abmühen und kämpfen, um zu meditieren, um in den

dhyāna-Zustand zu gelangen, sondern dass wir uns abmühen und kämpfen, um die Hindernisse zu überwinden, die uns davon abhalten, den dhyāna-Zustand zu erleben. Wir müssen solche Hindernisse, wie die „Fünf geistigen Hindernisse“, überwinden. Wenn wir sie nur überwinden könnten, würden wir zumindest in das erste dhyāna schweben. Die meisten Meditationsübungen führen uns nicht direkt zu höheren Bewusstseinszuständen, sondern helfen uns einfach nur, die Hindernisse zu diesen höheren Bewusstseinszuständen zu überwinden. Indem wir die Vergegenwärtigung des Atems üben, können wir das Hindernis der Ablenkung beseitigen. Indem wir die Mettā bhāvanā üben, können wir das Hindernis des Übelwollens beseitigen. Wenn wir mit Hilfe solcher Meditationsübungen nur die Hindernisse beseitigen können, werden sich höhere Bewusstseinszustände ganz natürlich manifestieren.

Nun praktiziert der Bodhisattva nicht einfach dhyāna, Meditation: der Bodhisattva praktiziert dhyāna pāramitā, die Vollkommenheit der Meditation, transzendente Meditation. In anderen Worten: er praktiziert Meditation, um Erleuchtung zum Wohle Aller zu erlangen. Er übt sie nicht aus, um des Friedens seines eigenen Geistes willen, obwohl das die Folge ist. Er übt sie nicht aus, um in den Himmel zu gelangen, obwohl sogar das geschieht, wenn er will. Er übt Meditation aus, als einen Bestandteil des Pfades, der ihn eines Tages zur Vollkommenen Erleuchtung zum Wohl Aller führt.

Schließlich können wir zum Thema dhyāna noch sagen, dass des Bodhisattvas Ausübung der Meditation äußere Handlungen nicht ausschließt. In unserem Fall schließt Meditation äußere Handlungen aus: wenn wir meditieren wollen, müssen wir uns zurückziehen, einen ruhigen Platz finden, still sitzen, unsere Augen schließen usw. Aber der Bodhisattva praktiziert etwas viel Höheres und ist in der Lage, Beides zu tun - Meditation auszuüben und äußere Handlungen durchzuführen - zur gleichen Zeit. Die Schriften betonen das an mehreren Stellen; sie sagen, dass er innerlich in dhyāna versunken sein soll, aber äußerlich sollte er verschiedene Handlungen durchführen. Das heißt nicht, dass er an einer Art von teilweiser Schizophrenie leidet. Was uns als zwei entgegengesetzte Dinge vorkommt, ist im Fall des Bodhisattvas eine Sache. Das Handeln ist der äußere Aspekt der Meditation; die Meditation ist die innere Dimension des Handelns. Innere Meditation und äußeres Handeln sind die zwei Seiten derselben Münze.

Der Bodhisattva praktiziert Meditation, ohne dass sie äußere Aktivitäten ausschließt, und das sollte am Ende auch unser Ziel sein. Inzwischen sollten wir uns keinen Illusionen hingeben, sondern erkennen, dass für uns noch für eine sehr lange Zeit Meditation äußeres Handeln ausschließen wird und äußeres Handeln Meditation ausschließen wird, auch wenn wir sicherlich versuchen sollten, dass die Wirkungen unserer Meditation in unser alltägliches Leben hinein anhalten. Es wird noch eine sehr lange Zeit dauern, bis wir mitten im Straßenverkehr oder während wir abwaschen, meditieren können, so wie wir es in unseren besten Meditationen auf unserem Meditationskissen tun; aber das sollte unser endgültiges Ziel sein.

Es ist nun Zeit, dass wir zu prajñā übergehen, die sechste und letzte pāramitā, die sechste und letzte Vollkommenheit. Prajñā stammt aus der Sanskrit-Wurzel jñā, „wissen“ und pra - was einfach eine emphatische Vorsilbe ist. Prajñā ist deshalb Wissen im höchsten Sinne oder Wissen par excellence, was natürlich Wissen um die Wirklichkeit bedeutet. Das Wort für Wirklichkeit in diesem Zusammenhang ist Śūnyatā, was wörtlich „Leerheit“ bedeutet, aber nicht Leere als Gegensatz zu Fülle, wie auch das Wort Śūnyatā auf einen Zustand jenseits von Gegensätzen hinweist, einen Zustand jenseits von Worten. Śūnyatā ist Wirklichkeit.

Wissen um die Wirklichkeit bedeutet Wissen um Śūnyatā. Wissen um Śūnyatā ist prajñā, oder Weisheit.

Śūnyatā ist Gegenstand der Gruppe der Vollkommenheit-der-Weisheit-Sūtras, eine der wichtigsten von allen Gruppen der Mahāyāna-Schriften. Es gibt über 30 Vollkommenheit-der-Weisheit-Schriften, manche sind sehr lang - das längste hat 100.000 Verse - und manche sind sehr kurz. Unter den kürzeren Darstellungen sind das bekannte Diamant-Sutra und das Herz-Sutra, beide geben das Wesentliche der ganzen Vollkommenheit-der-Weisheit-Lehre in stark verdichteter Form wieder.

Wir stellen fest, dass vier Hauptstufen von Śūnyatā aufgezählt werden (einige Texte sprechen von 20 oder sogar 32 Stufen - aber es sind wirklich vier Hauptstufen). Diese sind nicht vier verschiedene Arten von Wirklichkeit, sondern stellen eher vier fortschreitend tiefere Zustände des Durchdringens der Höchsten Wirklichkeit durch Weisheit dar. Indem wir uns diese vier ansehen, werden wir eine Vorstellung von der Natur und dem Gehalt von prajñā erhalten. Während wir sie behandeln, sollten wir nicht vergessen, dass all dieses nur konzeptuelle Präsentationen sind, nicht die wirkliche Sache, nicht die Erfahrung selber; sie sind nur „Finger, die zum Mond zeigen“. Und wenn wir mit ihrer Hilfe nur einen flüchtigen Blick auf den Mond werfen können, sollten wir schon froh sein.

Die erste Stufe von Śūnyatā ist Samskrta-Śūnyatā, „Leerheit des Bedingten“. Das heißt, dass die bedingte, erscheinende, relative Existenz leer von den Merkmalen des Unbedingten, des Absoluten, des Wahren ist. Die Merkmale des Unbedingten im Buddhismus sind: erstens Glück; zweitens Beständigkeit, dass es jenseits von Zeit ist (nicht, dass es in der Zeit andauert, sondern dass es eine Dimension einnimmt, in der die Zeit nicht existiert); und drittens Wahres Sein, Höchste Wirklichkeit. Die bedingte Existenz ist leer von diesen Merkmalen. Sie ist im Gegenteil unbefriedigend, unbeständig und nicht wirklich wahr. Aus diesem Grund sagt man, dass das Bedingte leer vom Unbedingten ist. Das heißt, wir sollten nicht im Wandel der relativen Existenz erwarten, was uns nur das Absolute geben kann. Das ist die erste von vier Stufen von Śūnyatā, dass das Bedingte leer ist - leer vom Unbedingten.

Die zweite Stufe von Śūnyatā ist Asamskrta-Śūnyatā, oder die „Leerheit des Unbedingten“. Hier erkennt die Weisheit, dass das Unbedingte leer von den Merkmalen des Bedingten ist. Die bedingte Existenz ist, wie wir festgestellt haben, unbefriedigend, sogar durchsetzt mit Unglück, unbeständig und nicht wirklich wahr, wohingegen das Unbedingte ein Ort des Glücks, der Beständigkeit, des Wahren Seins ist. Deswegen sprechen wir von der Leerheit des Unbedingten - es ist leer vom Bedingten.

Diese ersten zwei Stufen der Leerheit sind in allen Formen des Buddhismus üblich und stellen offensichtlich eine vergleichsweise dualistische Betrachtungsweise dar (das Bedingte ist nicht das Unbedingte, das Unbedingte ist nicht das Bedingte; diese Welt ist nicht jene Welt, jene Welt ist nicht diese Welt, das Bedingte ist leer vom Unbedingten, das Unbedingte ist leer vom Bedingten). Diese Betrachtungsweise ist notwendig als eine Basis für unser Geistiges Leben in den frühen Stadien. Um zu beginnen, müssen wir diese Unterscheidung machen, wir müssen denken: "'Hier' ist das Bedingte und 'dort' ist das Unbedingte, und ich möchte von 'hier' nach 'dort' gelangen." In den frühen Stadien unseres Geistigen Lebens können wir nicht anders als in diesen Begriffen denken, und deswegen nehmen wir als Basis diese (sich gegenseitig ausschließende) Dualität vom Bedingten und vom Unbedingten.

Die dritte und vierte Stufe von Śūnyatā sind eigentümlich für das Mahāyāna. Die dritte Stufe ist Mahāśūnyatā, oder „Große Leerheit“. Im Mahāyāna bedeutet Mahā immer zu Śūnyatā gehörig (das Mahāyāna ist „das Fahrzeug von Śūnyatā“, der Bodhisattva ist ein Mahāsattva, „ein Wesen, geboren aus der Leerheit“). Mahāśūnyatā besteht in der Leerheit der Unterscheidung zwischen dem Bedingten und dem Unbedingten. Wir sehen, dass die Unterscheidung zwischen dem Bedingten und dem Unbedingten nicht letztgültig ist, dass sie ein Ergebnis dualistischen Denkens ist. Wir können zehn, fünfzehn, zwanzig Jahre unseres geistigen Lebens mit der Annahme arbeiten, dass das Bedingte das Bedingte und das Unbedingte das Unbedingte ist - das ist notwendig. Aber schließlich müssen wir die Leerheit dieser Unterscheidung sehen: wir müssen sehen, dass die Unterscheidung nicht letztgültig ist und schließlich transzendiert werden muss. Wir müssen sehen, erfahren - nicht nur intellektuell theoretisierend, nicht nur spekulierend -, dass Rūpa und Śūnyatā („Form“ und „Leerheit“) von ein und demselben Wesen und derselben Wirklichkeit sind, so wie das Bedingte und das Unbedingte, Saṃsāra und Nirvāṇa, gewöhnliche Wesen und Buddhas. Das ist Mahāśūnyatā, die „Große Leerheit“, in der alle Unterscheidungen, alle Dualitäten verschwunden sind und einfach nicht mehr existieren. Es ist diese „Große Leerheit“, in der zu verschwinden sich viele Menschen, sogar geistige Menschen, so sehr fürchten. Die Menschen wollen an ihrer dualistischen Denkweise festhalten - selbst und andere, dieses und jenes - aber schließlich muss das alles verschwinden. Die „Große Leerheit“ ist die Höhle des Tigers, in die bekanntlich viele Wege hineinführen, aber keiner hinaus (Du gelangst in die „Große Leerheit“, aber du kommst nie wieder hinaus. Genau das ist der Grund, warum du hinein willst).

Die vierte und letzte Stufe von Śūnyatā ist Śūnyatā-Śūnyatā, „Leerheit der Leerheit“. Hier sehen wir, dass selbst Leerheit nur ein Begriff, nur ein Wort, nur ein Klang ist. Sogar in Mahāśūnyatā hängt man noch an subtilen Gedanken, subtilen dualistischen Erfahrungen, also muss sogar Mahāśūnyatā aufgegeben werden. Wenn das aufgegeben ist, wenn man zu Śūnyatā-Śūnyatā gelangt, gibt es einfach nichts mehr zu sagen: alles was bleibt, ist Schweigen, ein vielsagendes Schweigen, ein donnerndes Schweigen.

Dieses sind die vier Stufen von Śūnyatā, die aufeinander aufbauende Zustände von Eindringen in die Wirklichkeit darstellen. Das was eindringt, was einbricht, ist prajñā, Weisheit. Weiter oben habe ich das Herz-Sutra erwähnt, das so heißt, weil es das Herz, die Essenz der Vollkommenheit-der-Weisheit Lehren enthält. Das Herz des Herz-Sutras ist im abschließenden Mantra enthalten, GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA, was wörtlich bedeutet (obwohl die wörtliche Übersetzung nicht die wirkliche Bedeutung wiedergibt): „gegangen, gegangen, darüber hinaus gegangen, über alles hinaus gegangen. Erwachen. Erfolg.“ Die Worte des Mantras beziehen sich auf die vier Stufen von Śūnyatā.

GATE GATE, „gegangen, gegangen“. Das bedeutet „gegangen von der bedingten Existenz, gegangen von der relativen Existenz, gegangen von der Welt. Das ist die erste Stufe von Śūnyatā, Samskṛta-Śūnyatā, die Erfahrung der „Leerheit des Bedingten“. Als eine Folge dieser Erfahrung verlässt man das Bedingte, man geht davon fort. PARAGATE - „darüber hinaus gegangen“. Wenn man das Bedingte verlässt, geht man zum Unbedingten - man geht nirgendwo anders hin. Das bezeichnet die zweite Stufe von Śūnyatā, Asamskṛta-Śūnyatā, die „Leerheit des Unbedingten“. Wenn man zum Unbedingten geht, geht man über etwas hinaus,

weil das Unbedingte leer vom Bedingten ist - im Unbedingten gibt es keine Spur vom Bedingten - und man möchte nichts mehr mit dem Bedingten zu tun haben.

PARASAMGATE, „über alles hinaus gegangen“. Man geht über die Unterscheidung zwischen dem Bedingten und dem Unbedingten hinaus. Das bezeichnet die dritte Stufe von Śūnyatā, Mahāsūnyatā, die „Große Leerheit“. Wenn man über die Unterscheidung zwischen dem Bedingten und dem Unbedingten hinaus geht, geht man wirklich über alles hinaus.

BODHI, „Erwachen, Erleuchtung“ - hier gibt es keinen Satz, hier ist nur das Wort, der Ausruf „Erleuchtung!“ Hier, in der Erleuchtung ist selbst die Idee von Śūnyatā transzendiert. Es ist, wie wenn man hier ankommt, nachdem man diese drei Stufen von Śūnyatā durchquert hat, und zu der vierten Stufe kommt, man nur seine Arme ausbreiten kann und, in Allan Watts Worten, sagen kann: "Das ist ES" - Erleuchtung, Erwachen.



SVAHA, „Erfolg“ „Das Wort SVAHA steht oft am Ende eines Mantras. Es bezeichnet „günstige Aussicht“, „Erfolg“, „Vollendung“. Es bedeutet: „Du hast Deine Aufgabe erfüllt, Du hast den Erfolg erlangt, Du hast Dein Ziel erreicht, Du bist erleuchtet.“ Es bedeutet, dass alle vier Stufen von Śūnyatā durchquert sind, dass Weisheit vollkommen entwickelt und wirklicher Erfolg erlangt wurde.

Die vorangegangene Darstellung war progressiv; sie war eine Darstellung in Begriffen von mehr und mehr fortgeschrittenen Stufen vom Eindringen in die Wirklichkeit. Aber es gibt eine andere Tradition, die verschiedene Dimensionen von Weisheit gleichzeitig entfaltet. Es ist die Lehre der „Fünf jñānas“, der „Fünf Arten des Wissens“ oder der „Fünf Weisheiten“. Wir werden mit einer Darstellung davon abschließen, was uns einen tieferen Einblick in die Natur von prajñā gibt.

Die erste der „Fünf Weisheiten“ ist die „Weisheit des dharmadhātu“. Das ist die grundlegende Weisheit, von der die anderen ergänzende oder spezielle Aspekte sind. Der Begriff „dharmadhātu“ ist schwierig. Dhātu bedeutet „Sphäre“, oder „Reich“, oder „Gebiet“, und steht hier für das ganze Universum. Dharma bedeutet hier „Realität“, „Wirklichkeit“, das „Grundlegende“. Somit steht dharmadhātu für das ganze Universum, betrachtet als die Sphäre, in der sich die Wirklichkeit kundtut, oder von der Wirklichkeit durchdrungen ist. So wie der ganze Raum von den Sonnenstrahlen ausgefüllt ist, so ist die ganze Existenz, mit ihren Galaxien, ihren Sonnen, ihren Welten, ihren Göttern und Menschen von der Wirklichkeit durchdrungen. Die gesamte Existenz ist ein Feld für die Manifestation, das Spiel, den Ausdruck, die Fülle der Wirklichkeit. Die Weisheit des dharmadhātu bedeutet direktes Wissen um das ganze Universum als nicht-verschieden von der Wirklichkeit. Es ist nicht so, dass das Universum ausgewischt oder ausgelöscht ist. Das Universum ist noch da und du siehst es immer noch. Die Häuser, die Bäume, die Felder, die Männer und die Frauen, die Sonne, der Mond und die Sterne sind alle da, so wie vorher, aber jetzt sind sie durchdrungen von der Wirklichkeit. Du siehst das Universum und die Wirklichkeit zur selben Zeit - eines behindert nicht das andere. Siehst Du das Universum, so siehst Du die Wirklichkeit. Siehst Du die Wirklichkeit, so siehst Du das Universum. Das Universum ist die Wirklichkeit; die Wirklichkeit ist das Universum. Rūpa ist Śūnyatā; Śūnyatā ist Rūpa. Diese Weisheit des dharmadhātu wird durch die Figur von Vairocana, dem „Erleuchter“, dem weißen Buddha, dargestellt (manchmal wird er der „Sonnenbuddha“ genannt).

Die zweite der „Fünf Weisheiten“ ist die „Spiegelgleiche Weisheit“. Diese Weisheit ist wie ein Spiegel, denn so wie ein Spiegel alle Objekte reflektiert, so reflektiert der Erleuchtete Geist alles: er sieht alles, er versteht die wahre Natur von allem. Wenn du in die Tiefen des Erleuchteten Geistes blickst, siehst Du alles. Alle Objekte der Welt werden in den Tiefen des Erleuchteten Geistes gespiegelt, aber der Erleuchtete Geist ist nicht von ihnen berührt. Wenn du ein Objekt vor einen Spiegel stellst, wird das Objekt gespiegelt. Wenn Du dieses Objekt wegnimmst und ein anderes Objekt davorstellst, wird nun dieses zweite Objekt gespiegelt. Wenn Du das Objekt - oder den Spiegel - bewegst, bleibt die Spiegelung nicht haften. Genauso ist der Erleuchtete Geist: er spiegelt, aber nichts bleibt haften. Ganz anders unser Geist. Um das Bild weiterzuführen, kann man sagen, dass unser Geist eine Art Spiegel ist, an dem alle Spiegelungen haften bleiben. Sie bleiben nicht nur haften, sondern sie werden fest und verkeilen sich ineinander. Manchmal bleibt auch der Spiegel am Objekt haften und sie können nicht voneinander getrennt werden. In anderen Worten gibt es im Erleuchteten Geist keine subjektive Reaktion, keine subjektive Berührung, es gibt nur reine, vollkommene Objektivität. Diese „Spiegelgleiche Weisheit“ wird durch Akṣobhya, den „Unerschütterlichen“, den dunkelblauen Buddha, symbolisiert.

Die dritte der „Fünf Weisheiten“ ist die „Weisheit der Wesensgleichheit“. Der Erleuchtete Geist sieht alles mit vollständiger Objektivität (er sieht, dass ein Mann ein Mann, eine Frau eine Frau, eine Blume eine Blume, ein Haus ein Haus, die Sonne die Sonne ist), und er sieht die gleiche Wirklichkeit in allem. Deshalb hat er dieselbe Haltung zu allem - das ist die „Weisheit der Wesensgleichheit“. Der Erleuchtete Geist ist allem gleichgesinnt. Der Erleuchtete Geist hat dieselbe Liebe und Mitleid zu allen, ohne irgendeine Unterscheidung. Manchmal wird gesagt, daß Liebe und Mitleid des Erleuchteten Geistes ohne Unterschied auf alle Wesen strahlt, so wie die Sonne auf die goldene Dächer eines Palastes und auf einen Misthaufen strahlt. Es ist dieselbe Sonne, die auf den Palast und auf den Misthaufen scheint. Der Erleuchtete Geist scheint mit Liebe und Mitleid in gleicher Weise auf hoch und niedrig, auf „gut“ und „böse“. Diese „Weisheit der Wesensgleichheit“ wird durch Ratnasambhava, den „Juwelgeborenen“, den gelben Buddha, symbolisiert.

Die vierte der „Fünf Weisheiten“ ist die „Alles unterscheidende Weisheit“. Ein Spiegel reflektiert alle Dinge in der gleichen Weise, aber gleichzeitig verwischt er nicht ihre verschiedenen Merkmale - ein Spiegel reflektiert das feinste Detail. Genauso sieht der Erleuchtete Geist, besonders unter dem Aspekt der Alles-unterscheidenden Weisheit, nicht nur die Einheit der Dinge, sondern gleichzeitig die Einzigartigkeit der Dinge, er sieht beides zusammen. Der Erleuchtete Geist sieht die Dinge nicht nur in ihrer Einheit oder Verschiedenheit, sondern er sieht beides zusammen. Er reduziert die Einheit nicht zu einer Pluralität; er verkürzt die Pluralität zu einer Einheit: er sieht die Einheit und die Pluralität. Philosophisch gesprochen ist der Buddhismus weder ein Monismus, in dem alle Unterschiede entwertet werden, noch ein Pluralismus, in dem alle Einzigartigkeit verschwindet. Er ist weder monistisch noch pluralistisch. In der buddhistischen Weltsicht schließt Einheit nicht die Verschiedenheit und Verschiedenheit nicht die Einheit aus. Wir müssen mal das eine und mal das andere wahrnehmen, aber der Erleuchtete Geist sieht Einheit und Verschiedenheit zu ein und derselben Zeit. Er sieht, dass wir einzigartig sind und uns individuell mit all unseren Neigungen entfalten. Zur gleichen Zeit sieht er, dass wir alle eins sind. Diese zwei, die Einigkeit und die Verschiedenheit, der Monismus und der Pluralismus, sind nicht zwei verschiedene Dinge (Man kann nicht sagen, dass sie eins sind, aber sie sind auch nicht zwei). Diese „Alles unterscheidende Weisheit“ wird durch Amitabha, den „Buddha des unendlichen Lichts“, den roten Buddha, symbolisiert.

Die fünfte der „Fünf Weisheiten“ ist die „Alles-Vollendende Weisheit“. Der Erleuchtete Geist weht sich dem Wohl aller lebenden Wesen. Dabei ersinnt er viele „geeignete Mittel“, um den Leuten zu helfen. Der Erleuchtete Geist hilft natürlich und spontan. Wir dürfen uns den Bodhisattva nicht so vorstellen, dass er sich morgens hinsetzt und denkt: "Wie kann ich heute jemandem helfen? Hat diese Person Hilfe nötiger oder jene? Vielleicht werde ich heute dem So-und-so helfen." Der Erleuchtete Geist funktioniert nicht so: er funktioniert frei, spontan, natürlich. Die Hilfsbereitschaft strömt in einer Flut, aber sehr spontan, ohne jede Vorüberlegung, ohne intellektuelles Nachdenken. Diese „Alles-Vollendende Weisheit“ wird durch Amoghasiddhi, den „Unfehlbaren Erfolg“, den grünen Buddha, symbolisiert.

Dies sind die „Fünf Weisheiten“, die auf derselben Ebene verschiedene Gesichtspunkte von prajñā ausdrücken. Wir behandelten dhyāna und prajñā getrennt, als verschiedene pāramitās. Jetzt ist es an der Zeit, sie gemeinsam zu betrachten. Wir werden das mit der Hilfe von Hui-Neng (oder Wei-Lang), dem Sechsten Patriarchen der Dhyāna-Schule in China tun (die Dhyāna-Schule ist die Ch'an oder Zen Schule). Hui-Neng, der Sechste Patriarch, hat in seinen Plattform Schriften - eine Reihe von Reden an Leute, die er sehr höflich als „gelehrte Zuhörerschaft“ anspricht - folgendes zum Thema samādhi (samādhi ist die höchste Form von dhyāna) und prajñā zu sagen:



*„Gelehrte Zuhörerschaft, in meinem System sind samādhi und prajñā grundlegend. Aber verfallen Sie nicht dem trügerischen Eindruck, die zwei seien voneinander unabhängig, denn sie sind untrennbar vereint und nicht etwa zwei Dinge. Samādhi ist der Kern von prajñā, während prajñā die Tätigkeit von samādhi ist. Im gleichen Augenblick, wenn wir prajñā erlangen, ist samādhi mitgegeben und umgekehrt. Wenn Sie dieses Grundgesetz verstehen, verstehen Sie das Gleichgewicht von samādhi und prajñā. Ein Schüler sollte nicht glauben, dass es eine Unterscheidung von „samādhi erzeugt prajñā“ und „prajñā erzeugt samādhi“ gebe. Solch einer Auffassung zu folgen, hieße auch zu behaupten, dass es im Dharma zwei Wesensmerkmale gäbe... Gelehrte Zuhörerschaft, womit sind samādhi und prajñā zu vergleichen? Sie ähneln einer Lampe und ihrem Licht. Mit der Lampe gibt es Licht, ohne sie wäre es dunkel. Die Lampe ist der Kern des Lichtes, und das Licht ist der Ausdruck der Lampe. Dem Namen nach sind sie zwei Dinge, aber dem Wesen nach sind sie dasselbe; genauso verhält es sich mit samādhi und prajñā.“*



In anderen Worten können wir sagen, dass samādhi, das die höchste Form von dhyāna darstellt, der Erleuchtete Geist ist, wie er in sich selbst besteht, wohingegen wir prajñā als sein objektives Wirken beschreiben können. Wir können sogar sagen, dass dhyāna den subjektiven und prajñā den objektiven Aspekt von Erleuchtung darstellt, nur dass es in der Erleuchtung kein Subjekt und Objekt gibt.

Wir haben für diese Woche unsere Reise beendet. Wir haben heute gesehen, wie der Bodhisattva Meditation und Weisheit, die fünfte und sechste der pāramitās ausübt, die die subjektiven und objektiven Pole der geistige Erfahrung auf höchster Ebene darstellen. Zumindest in unserer Vorstellung stehen wir nun - oder sitzen vielleicht in Meditation – „An der Schwelle zur Erleuchtung“.

Ende des Vortrags

## Fragen

1. Wie können Bilder und Symbole Erleuchtung kommunizieren? Illustriere deine Antwort mit einem für dich persönlich bedeutsamen Beispiel.
2. Hast du bereits dhyāna-Erfahrung? Falls nicht - was glaubst du, was dich zurückhält?
3. Worin liegt der Unterschied zwischen prajñā und Wissen?
4. Spricht die eine der fünf Weisheiten besonders an? Wenn ja, was glaubst du, warum das so ist?

*(Anm.: Die restlichen 4 Fragen beziehen sich auf Inhalte, die zwar im Buch 'The Bodhisattva Ideal' enthalten sind, aber nicht im obigen Vortrag.)*

## Modul „Das Bodhisattva-Ideal“

### 7. Kapitel: Die Bodhisattva-Hierarchie

Beginn des Vortrags

Im Laufe der letzten Wochen waren wir auf einer Reise durch die gebirgige Landschaft des Bodhisattva-Ideals. Auf jeder Reise schaut man manchmal nach vorne und zu anderen Zeiten zurück. Wir richten unseren Blick vielleicht nach vorne, um zu wissen, wie weit wir noch zu gehen haben, falls wir in der Lage sind, das richtig zu beurteilen. Manchmal blicken wir vorwärts, um uns selbst zu ermutigen: wir richten unsere Augen auf den letzten schneebedeckten Gipfel, der vielleicht unser Ziel ist, wie er sich inmitten des blauen Himmels enthüllt, wenn die Wolken für einen Moment vorüberziehen. Manchmal blicken wir zurück, um zu bestimmen, wie weit wir bisher gekommen sind. Manchmal blicken wir zurück, um die Landschaft, die wir durchschritten haben, in ihrer vollen Erscheinung anzusehen, denn oft können wir, wenn wir zurückschauen, vor allem wenn wir aus einer großen Höhe zurückschauen, das Land klarer und deutlicher sehen, als wenn wir uns gerade dort hindurchkämpfen.

Wenn wir vielleicht aus dieser größeren Höhe zurücksehen, sehen wir möglicherweise bestimmte Landmarkierungen. Das trifft besonders zu, wenn es sich um gebirgiges Land handelt, durch das wir reisen. Sicherlich ist das Land, durch das wir jetzt gerade reisen, mehr als gebirgig. Wenn ich in Gedanken auf die Lektionen der letzten Wochen zurückschauen, erscheint es mir, als ob eine Landmarkierung sich besonders hervorhebt. Sie überragt die gesamte Landschaft. Es ist das Bodhicitta, der Wille nach universeller Erleuchtung. Im Rückblick scheinen sich alle anderen Aspekte des Bodhisattva-Ideals ganz natürlich um das Bodhicitta zu formieren, so wie niedrigere Berggipfel sich um einen besonders hohen Gipfel gruppieren.

Wir haben in dieser Vortragsreihe gesehen, wie ein Bodhisattva, einer, der um der Erleuchtung aller Lebewesen willen lebt, allein durch die Kraft des Erwachens von Bodhicitta zu einem Bodhisattva wird. Wir haben gesehen, dass das Bodhicitta etwas Transzendentes, Kosmisches, Universelles ist, etwas, das die gesamte Existenz durchdringt. Wir haben auch gesehen, dass Bodhicitta zwei große Aspekte hat. Diese werden traditionellerweise ‚Gelübdeaspekt‘ und ‚Verwirklichungsaspekt‘ genannt. Der Gelübdeaspekt besteht darin, dass der Bodhisattva bestimmte Gelübde ablegt, deren Bedeutung universell ist. Dieser Gelübdeaspekt des Bodhicitta steht für den Ausdruck des einen universellen Bodhicitta, das sich im Leben und in der Arbeit des individuellen Bodhisattva ausdrückt. Der Verwirklichungsaspekt besteht in der Praxis der ‚sechs pāramitās‘, der ‚sechs Vollkommenheiten‘. Wie wir während der letzten drei Wochen gesehen haben, sind sie aus drei gegensätzlichen Paaren zusammengestellt: Geben und Aufrichtigkeit repräsentieren die altruistischen und individualistischen Aspekte des spirituellen Lebens, Geduld und Energie stellen die weiblichen und männlichen Herangehensweisen an das spirituelle Leben dar, und Meditation und Weisheit sind die inneren und äußeren Dimensionen eines erleuchteten Geistes. Jedes dieser Gegensatzpaare wird vom Bodhisattva zusammengefasst und im Gleichgewicht gehalten. In seinem spirituellen Leben gibt es keinerlei Einseitigkeiten; alles ist in Einklang gebracht und vollständig integriert.

Wir wollen uns heute weiter mit demselben Bodhicitta beschäftigen. In den vorangegangenen Vorträgen haben wir uns auf dem Weg über allgemeine Grundsätze damit befasst; heute betrachten wir die verschiedenen konkreten Verkörperungen dieser Grundsätze. Wir behandeln heute das, was mit dem Begriff der ‚Bodhisattva-Hierarchie‘ beschrieben wurde.

Hierarchie ist heutzutage kein sehr populäres Wort – es ist keines von jenen Wörtern, die ‚in‘ sind, die in jedermanns Mund sind. Laut Lexikon wird es gewöhnlich im Sinne ‚eines Gremiums kirchlich-geistlicher Herrscher‘ gebraucht. In der Zeitung liest man z. B. über die römisch-katholische Hierarchie, dass das römisch-katholische Oberhaupt eine Stellungnahme abgegeben hat, in der es Scheidung, Geburtenkontrolle oder irgendetwas anderes verurteilt. Es scheint so, dass es gewöhnlich Stellungnahmen abgibt, in denen es irgendetwas missbilligt. Ich benutze das Wort Hierarchie nicht in dieser Bedeutung. Ich benutze es in einem Sinn, der näher an die ursprüngliche und wahre Bedeutung herankommt. Ich benutze es im Sinne einer Körperschaft, einer Anzahl verschiedener Menschen von unterschiedlichen Stufen – höheren und niedrigeren – der Manifestation der Wirklichkeit.

Wenn man das Wort ‚Hierarchie‘ in diesem Sinne benutzt, kann man von einer Hierarchie von Lebensformen sprechen, die von der Amöbe bis zum unerleuchteten Menschen reicht. Die höhere Lebensform manifestiert eine reichere Stufe der Wirklichkeit als die niedrigere. Diese Hierarchie der Lebensformen nennen wir die ‚niedere Evolution‘.

Es gibt nun noch eine andere Hierarchie von Lebensformen, die die Menschen gewöhnlich nicht betrachten. Das ist die Hierarchie vom unerleuchteten Menschen zum Erleuchteten. Diese Hierarchie von Lebensformen entspricht dem, was wir in anderen Zusammenhängen die ‚höhere Evolution‘ genannt haben. So wie der unerleuchtete Mensch mehr an Realität, mehr an Wahrheit verkörpert oder manifestiert als die Amöbe, so verkörpert oder manifestiert der erleuchtete Mensch – in seinem Leben, seiner Arbeit und sogar in seinen Worten – mehr Wirklichkeit als der unerleuchtete. Der erleuchtete Mensch manifestiert die Wirklichkeit klarer als der unerleuchtete. Der Erleuchtete ist wie ein Fenster, durch das das Licht der Wirklichkeit unverändert klar scheint. Das Licht der Wahrheit scheint durch den Erleuchteten wie die Sonne durch ein Fenster, das nicht nur aus Glas, sondern aus reinem, durchsichtigem Kristall gemacht ist.

Zwischen dem unerleuchteten Menschen und dem erleuchteten (dem Buddha) gibt es eine Zahl von Menschen auf unterschiedlichen Stufen von spirituellem Fortschritt. Die Mehrzahl von ihnen ist nicht vollständig erleuchtet. In einem mehr oder weniger großen Ausmaß sind sie kurz vor der vollständigen vollkommenen Erleuchtung – aber zur selben Zeit sind sie auch nicht vollständig un-erleuchtet. Es sind diese Leute, die die spirituelle Hierarchie bilden, und es ist dieser höhere Bereich der spirituellen Hierarchie, der als Bodhisattva-Hierarchie bekannt ist.

Das Prinzip der spirituellen Hierarchie ist im Buddhismus ein sehr wichtiges. Es ist deshalb sehr wichtig, dass wir es gänzlich verstehen. Wir können das vielleicht versuchen, indem wir uns daran erinnern, dass wir, dass menschliche Wesen, auf zwei verschiedene Weisen mit der Wirklichkeit in Beziehung stehen: direkt und indirekt.

Wir stehen mit der Wirklichkeit in dem Sinne direkt in Verbindung, dass es in den tiefsten Tiefen unseres Wesen etwas gibt, einen goldenen Faden, wenn man so will, der uns die ganze Zeit mit der Wirklichkeit verbindet. In einigen von uns mag dieser Faden dünn sein, vielleicht

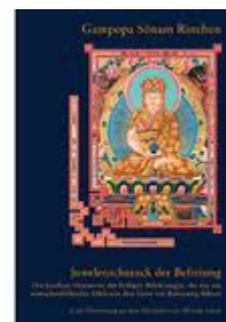
so dünn wie feine Gaze, aber er ist da. In anderen ist dieser Faden schon ein bisschen dicker und stärker geworden. Im Falle derer, die erleuchtet sind, gibt es überhaupt keinen Unterschied zwischen der Tiefe ihres Wesens und der Tiefe der Wirklichkeit – die beiden sind eins. Obwohl wir direkt mit der Wirklichkeit verbunden sind, erkennen die meisten von uns das nicht – sehen nicht einmal diesen dünnen goldenen Strahl, der inmitten der Dunkelheit in uns selbst scheint. Nichtsdestotrotz, wie unbewusst uns diese Tatsache auch immer ist, sind wir mit der Realität verbunden, ganz direkt, in den tiefsten Tiefen unseres Seins und für alle Zeit.

Indirekt sind wir auf zwei Arten mit der Realität verbunden. An erster Stelle sind wir mit den Dingen verbunden, die eine niedrigere Stufe der Manifestation der Wirklichkeit darstellen als wir selbst. Wir stehen mit der Natur in Beziehung: mit Mineralien, Steinen, Wasser, Feuer, mit den unterschiedlichen pflanzlichen Lebensarten, den unterschiedlichen Lebensformen der Tiere. Auf diese Art hängen wir indirekt mit der Wirklichkeit zusammen; wir sind durch diese Formen, die eine niedrigere Stufe der Wirklichkeit darstellen als wir selbst, mit der Wirklichkeit verbunden. An zweiter Stelle sind wir auch durch die Formen indirekt mit der Wirklichkeit verbunden, die einen höheren Grad an Manifestation der Wirklichkeit repräsentieren als wir selbst.

Die erste Art der indirekten Verbindung mit der Wirklichkeit – durch jene Lebensformen, die die Wirklichkeit weniger manifestieren als wir selbst – kann damit verglichen werden, dass man ein Licht durch einen dicken Schleier hindurch sieht. Manchmal – besonders im Fall der materiellen Formen – scheint der Schleier so dick zu sein, dass wir unfähig sind, das Licht hinter ihm zu sehen. Die zweite Art der indirekten Verbindung mit der Wirklichkeit – durch jene Lebensformen, die die Wirklichkeit stärker manifestieren als wir selbst – ist so, als wenn wir ein Licht durch einen sehr dünnen Schleier sehen würden. In diesem Fall scheint der Schleier zeitweise durchsichtig zu werden oder sogar Löcher zu haben, durch die das Licht der Realität direkt gesehen werden kann, genau so wie es ist, ohne etwas dazwischen. Dieser dünne Schleier, durch den wir das Licht der Realität sehen, ist die spirituelle Hierarchie, insbesondere die Bodhisattva-Hierarchie.

Es ist sehr wichtig für uns, mit jenen in Kontakt zu sein, durch die das Licht der Realität ein bisschen klarer scheint, als es durch uns durchscheint, mit jenen, die wenigstens ein wenig spirituell entwickelter (fortgeschrittener) sind als wir. Solche Menschen sind im Buddhismus traditionell als unsere spirituellen Freunde bekannt, unsere Kalyāna Mitras. Die meisten von uns sind zweifellos nicht in der Lage, mit einem Buddha in Kontakt zu treten. Für die meisten von uns, wenn nicht gar für alle, ist die Vorstellung, direkt von einem Buddha Führung zu erhalten vielleicht sogar lächerlich. Sogar wenn wir einem Buddha begegnen würden – oder auch einem fortgeschrittenem Bodhisattva – würden wir nicht fähig sein, ihn oder sie als das zu erkennen, was sie in Wahrheit sind. Nichtsdestotrotz können wir sicherlich durch den Kontakt mit jenen immens profitieren, die nur ein bisschen weiter spirituell entwickelt sind als wir - jene, deren Schleier einen breiteren Lichtstrahl durchlässt als unser eigener.

In diesem Zusammenhang gibt es eine sehr schöne Passage in jenem großen tibetischen spirituellen klassischen Text von Gampopa „Der Juwelschmuck der Befreiung“. Als er über spirituelle Freunde spricht, sagt er Folgendes:



*„Da es zu Beginn unserer Laufbahn unmöglich ist, mit den Buddhas oder mit Bodhisattvas, die auf einer hohen Stufe der spirituellen Entwicklung stehen, in Kontakt zu kommen, müssen wir gewöhnlichen menschlichen Wesen als spirituellen Freunden begegnen. Sobald sich die Dunkelheit auf Grund unserer Taten lichtet, können wir Bodhisattvas finden, die sich auf einer hohen Stufe der Spiritualität befinden. Wenn wir uns über den großen vorbereitenden Pfad erhoben haben, können wir einen Nirmāṇakāya des Buddha finden. Schließlich, sobald wir (selbst) auf einer höheren spirituellen Stufe leben, können wir dem sambhogakāya als einem spirituellen Freund begegnen.*

*Solltest du danach fragen, wer unter dieser Vieren der größte Wohltäter ist, so lautet die Antwort, dass wir zu Beginn unserer Laufbahn, wenn wir noch in unseren Taten und Gefühlen gefangen sind, nicht einmal so viel sehen werden wie das Antlitz eines höheren spirituellen Freundes. Wir sollten stattdessen nach einem gewöhnlichen menschlichen Wesen Ausschau halten, das uns den Weg leuchtet, dem wir im Lichte seiner Beratung folgen müssen, woraufhin wir (dann) entwickeltere Wesen finden werden. Deshalb ist der größte Wohltäter ein spiritueller Freund in der Form eines gewöhnlichen menschlichen Wesens.“*

Diese Assoziation mit spirituellen Freunden ist das, was die Inder heute noch *satsangh* nennen. *Satsangh* ist etwas, dem sie enorme Bedeutung beimessen. *Satsangh* ist ein Sanskrit-Wort (es ist tatsächlich auch ein Wort der Hindus, Marathis, Gujaratis und der Bengalen). Es ist aus zwei Teilen zusammengesetzt, aus *sat* und *sangh*. *Sat* bedeutet gut, wahr, richtig, wirklich, echt, heilig und spirituell. *Sangh* bedeutet Vereinigung, Gesellschaft, Gemeinschaft, Gemeinde, sogar Glaubensgemeinschaft. *Satsangh* bedeutet also Gute Gemeinschaft oder Verbindung mit dem Guten oder heilige Vereinigung – alle diese Bedeutungsschattierungen sind in diesem Wort eingeschlossen und angedeutet.

Der Grund, warum in Indien durch alle Jahrhunderte hindurch und auch heute noch die Wichtigkeit von *satsangh* betont wird, ist, dass wir alle von anderen Menschen Hilfe brauchen, um ein spirituelles Leben zu führen: wenigstens brauchen wir starke moralische Unterstützung. Wenn wir ehrlich zu uns selbst sind, müssen wir eingestehen, dass wir allein nicht sehr weit kommen. Wenn es keinen Meditationskurs gäbe, in den wir gehen könnten, keinen Vortrag, zu dem wir kommen könnten, wenn wir niemals eine andere Person treffen könnten, die sich für Buddhismus interessiert, Woche für Woche, Monat für Monat, Jahr für Jahr, wenn wir nicht einmal Bücher über Buddhismus bekommen könnten, denn sogar Bücher auf die richtige Art und Weise zu lesen, ist eine Art von *Satsangh*, wenn wir gänzlich auf uns selbst gestellt wären, wie groß auch immer unser Enthusiasmus und unsere Ernsthaftigkeit wären – wir wären nicht in der Lage, sehr weit zu kommen.

Indem wir uns mit anderen zusammen tun, die ähnliche Ideale mit uns teilen und einem ähnlichen Lebensweg folgen, erhalten wir Ermutigung, Inspiration, moralische Unterstützung und Hilfe. Das ist besonders der Fall, wenn wir uns mit jenen verbinden, die wenigstens ein bisschen weiter spirituell entwickelt sind als wir, oder die, um es noch einfacher zu formulieren, einfach menschlicher sind als die meisten.

In unserer eigenen speziellen Bewegung, bei der buddhistischen Gemeinschaft Triratna, legen wir sehr großen Wert auf das Prinzip der spirituellen Hierarchie und seiner natürlichen Folge, der spirituellen Kameradschaft oder spirituellen Brüderlichkeit. In der Praxis bedeutet das, dass wir versuchen sollten empfänglich zu sein gegenüber jenen, die über uns in der spirituellen Hierarchie stehen, gegenüber jenen, die größere Einsicht, größeres Verständnis,

größere Sympathie und größeres Mitgefühl entwickelt haben als wir. Wir sollten versuchen, ihnen gegenüber offen zu sein und bereit, von ihnen zu empfangen, so wie die Lotusblume ihre Blütenblätter öffnet, um das Licht und die Wärme der Sonne zu empfangen. Es bedeutet, dass wir gegenüber jenen, die in der spirituellen Hierarchie unter uns stehen, versuchen sollten großzügig, freundlich und hilfreich zu sein. In Bezug auf jene, die sich mit uns auf gleicher Stufe befinden, sollte unsere Haltung auf Gegenseitigkeit, Teilen und Austausch beruhen.

Diese drei Einstellungen – die Haltungen, die wir gegenüber jenen, die höher, niedriger oder mit uns auf gleicher Stufe stehen – stellen die großen spirituellen Gefühle des buddhistischen spirituellen Lebens dar. Erstens ist da das spirituelle Gefühl von śraddhā. Śraddhā wird oft mit ‚Glauben‘ oder ‚Vertrauen‘ übersetzt, aber das bedeutet es nicht wirklich. Śraddhā meint eine Art von Empfänglichkeit oder Hingabe zum Licht, das von oben herabflutet. Zweitens gibt es Mitgefühl. Mitgefühl bedeutet, dass wir das, was wir von oben empfangen an jene austeilen, die unter uns stehen. Drittens gibt es die Liebe, die wir mit allem teilen, die wir an alle ausstrahlen, die mit uns auf gleicher Stufe stehen. Wenn wir von Begriffen der spirituellen Hierarchie und spiritueller Freundschaft sprechen, haben wir diese großen spirituellen Gefühle im Sinn. Vertrauen und Hingabe sind nach oben gerichtet; Mitgefühl nach unten und Liebe strahlt auf alles um uns herum aus.

Obwohl ich mich auf die, die höher und die, die niedriger stehen, bezogen habe, muss ich betonen, dass es hier nicht um irgendeinen offiziellen Rang geht. Es ist nicht die Rede davon, dass da irgendeiner sagt: „Nun, ich bin ein bisschen höher entwickelt als du.“ Wenn wir auch nur anfangen, auf diese Art zu denken, dann haben wir die ganze Bedeutung von spiritueller Hierarchie und spiritueller Brüderlichkeit vergessen. Das angemessene Gefühl sollte ganz natürlich aufkommen, spontan und unbefangen; wenn wir jemandem begegnen, von dem wir fühlen, dass er höher entwickelt ist, empfinden wir Hingabe; wenn wir jemandem gegenüberstehen, der sich in Not befindet, antworten wir darauf spontan mit Mitgefühl; wenn wir von Gleichgestellten umgeben sind, bestehen unsere Gefühle aus Liebe und Sympathie.

In diesem Zusammenhang erinnere ich mich daran, dass ich manchmal mit tibetischen Freunden, mit Lamas oder Laien, tibetische Klöster und Tempel besuchen ging. Es war sehr interessant zu sehen, wie sie reagierten, wenn wir den Ort betraten, den wir besuchten. Wenn Leute in unserem Land zu einem Ort der Verehrung gehen, z. B. zu einer großen Kathedrale, wissen sie nicht so richtig, was sie tun sollen, weil die Tradition uns auf eine Art nicht mehr anspricht. Bei den Tibetern aber ist es ganz anders. Sobald sie ein Bild des Buddhas oder eine schöne *thang-ka* oder eine bemalte Schriftrolle sehen, steigen sofort Gefühle von Hingabe und Verehrung in ihnen auf. Sie legen sofort ihre Hände an die Stirn und werfen sich sehr häufig dreimal flach auf den Boden. Sie machen das natürlich, spontan und vollkommen unbefangen, weil sie damit groß geworden sind und gelernt haben, sich so zu benehmen.

Hingabe, Mitgefühl und Liebe sollten die spirituelle Gemeinschaft erfüllen, die ihrerseits auf dem Doppelprinzip von spiritueller Hierarchie und spiritueller Brüderlichkeit beruht. Die Menschen in einer solchen Gemeinschaft, von denen einige in der spirituellen Hierarchie höher und andere niedriger stehen (obwohl sich niemand bewusst ist, höher oder niedriger zu sein), sollten wie Rosen sein, die sich in unterschiedlichen Phasen des Wachstums und der Entfaltung befinden, die alle an einem einzigen Busch blühen. Oder sie sollten wie eine Familie sein, dessen Oberhaupt der Buddha ist und in der die Bodhisattvas die älteren Brüder sind. In einer Familie dieser Art bekommt jeder, was er braucht – die jüngeren Mitglieder z.

B. werden von den älteren versorgt – und jeder gibt, was er kann. Die ganze Familie ist von einem Geist der Freude und Freiheit erfüllt.

Die Bodhisattva-Hierarchie bündelt dies alles in einen Fokus von blendender Intensität. Die Bodhisattva-Hierarchie hat ihre eigenen (in alle Richtungen) leuchtenden archetypischen Figuren von höheren und immer höheren Stufen spiritueller Entwicklung, bis hin zur Buddhaschaft selbst. Einige dieser Figuren wollen wir uns jetzt ansehen; aber wenn wir das tun, dürfen wir nicht vergessen, dass wir in Wirklichkeit immer noch mit Bodhicitta beschäftigt sind.

Der Bodhisattva-Weg ist nach dem Mahāyāna in zehn aufeinander aufbauende Stufen geteilt, die als die ‚zehn bhūmis‘ bekannt sind (im allgemeinen Gebrauch meint bhūmi eine ‚Stufe des Fortschritts‘). Diese ‚zehn bhūmis‘ stellen den wachsenden Grad der Manifestation von Bodhicitta dar: Im ersten bhūmi beginnt sich Bodhicitta zu manifestieren und fährt in jeder folgenden Stufe fort, sich ein wenig mehr zu manifestieren, bis es mit der Zeit das neunte oder zehnte bhūmi erreicht hat, hat es sozusagen alle weltlichen Kleidungsstücke abgeschüttelt, ist vollständig und perfekt in sich selbst, identisch mit vollständiger Erleuchtung, der Erleuchtung eines Buddha.

In einigen der Schriften wird der Prozess der fortschreitenden Manifestation von Bodhicitta aufwärts durch die ‚zehn bhūmis‘ verglichen mit dem Prozess des Schmelzens und Reinigens eines Klumpens Gold, der mit Schlacken vermischt ist. Die Schlacken werden allmählich entfernt und das Gold wird schließlich zu einem wunderschönen Schmuckstück verarbeitet, vielleicht in ein Diadem für einen Prinzen. In diesem Vergleich ist das Gold natürlich das Bodhicitta, das zu jeder Zeit in uns ist, aber verunreinigt, mit allen Arten von Verschmutzungen durch fremde Elemente bedeckt. Die fremden Elemente müssen entfernt werden, sodass das Gold des Bodhicitta seine eigene unverfälschte Natur zeigen kann.

Ich werde nicht versuchen diese ‚zehn bhūmis‘ zu beschreiben. Ich werde sie einfach als Bezugspunkte benutzen, um die 4 grundsätzlichen Arten von Bodhisattvas zu beschreiben, die die Bodhisattva-Hierarchie ausmachen: der Novizen-Bodhisattva, der Bodhisattva auf dem Pfad, der unumkehrbare Bodhisattva und der Bodhisattva des dharmakāya. Ich werde über jeden von ihnen der Reihe nach sprechen.

Der Novizen-Bodhisattva wird manchmal auch ‚Bodhisattva der Vorsätze‘ genannt. Novizen-Bodhisattvas sind alle die, die das Bodhisattva-Ideal als das höchst mögliche spirituelle Ideal aufrichtig anerkennen. In anderen Worten streben sie danach, die Erleuchtung eines Buddhas zu erlangen, nicht nur für ihre eigene Befreiung, sondern so, dass sie zum Prozess der universellen Erleuchtung beitragen, zur Erleuchtung nicht nur der menschlichen Rasse, sondern aller Lebensformen. Das Bodhisattva-Ideal aufrichtig zu akzeptieren, ist natürlich keine Sache des intellektuellen Verstehens – jeder kann ein Buch über das Mahāyāna verstehen und die Worte, die das Bodhisattva-Ideal beschreiben. Aber er wird dadurch nicht zu einem Novizen-Bodhisattva. Novizen-Bodhisattvas verstehen das Bodhisattva-Ideal nicht nur intellektuell oder akzeptieren es theoretisch, sondern sie geben sich tief seiner Verwirklichung hin und unternehmen eine wirkliche, gewaltige Anstrengung, es zu praktizieren. Solche Novizen-Bodhisattvas mögen gerade die sogenannte ‚Bodhisattva-Ordination‘ erhalten haben, die es formell mit sich bringt, dass man öffentlich die Erfüllung des Bodhisattva-Ideals gelobt.

Der Punkt, an den man sich beim Novizen-Bodhisattva erinnern sollte, ist der, dass trotz seines ehrlichen, herzlichen Annehmens des Bodhisattva-Ideals, trotz aller wirklichen Anstrengungen, die er auf sich nimmt, um das Bodhisattva-Ideal zu praktizieren, das Bodhicitta noch nicht in ihm aufgestiegen ist: er hat nicht, noch nicht, die direkte dynamische Erfahrung des (absoluten) Drangs nach universeller Erleuchtung gemacht, die sein ganzes Wesen in Besitz nimmt. Wir können vielleicht sagen – und das ist nicht unfreundlich gemeint – dass der Novizen-Bodhisattva in jeder Hinsicht ein Bodhisattva ist, außer in der einen, die am wichtigsten ist. Das ist deshalb so, weil man (erst) durch das Aufsteigen von Bodhicitta, wenn der Atem des Bodhicitta durch einen hindurchatmet, zum Bodhisattva wird.

Nichtsdestotrotz ist der Novizen-Bodhisattva kraft des Annehmens des Bodhisattva-Ideals und seiner Bemühungen, es zu praktizieren, wahrhaft ein Novizen-Bodhisattva, er hat seinen Fuß auf den Pfad gesetzt. Wir müssen eingestehen, dass die meisten aufrichtigen Anhänger des Mahāyāna, sei es im Osten oder im Westen, in diese Kategorie des Novizen-Bodhisattvas fallen.

Der Novizen-Bodhisattva widmet einen großen Teil seiner Zeit dem Studium von Mahāyāna-Schriften, jene die von Śūnyatā oder Leerheit handeln, vom Bodhisattva-Ideal und von den pāramitās. Er liest vielleicht keine Kommentare oder Erklärungen; er liest vielleicht nur ein paar Bände, vielleicht sogar nur ein paar Seiten. Aber was er liest, liest er wieder und wieder; er vertieft sich ganz in den Geist der Texte und versucht, die Lehre eins werden zu lassen mit seinem eigenen Geist und seinem Herzen. In vielen Teilen der buddhistischen Welt des Mahāyāna besteht die traditionelle Praxis eines Novizen-Bodhisattva darin, eine dieser Schriften wie das Herz-Sutra auswendig zu lernen und es von Zeit zu Zeit zu wiederholen, besonders nach der Meditation.

Der Novizen-Bodhisattva sollte auch Abschriften von den Schriften anfertigen. Das Abschreiben von Schriften ist eine Praxis, der im Mahāyāna sehr große Bedeutung beigemessen wird. Es wird nicht in der Absicht getan, so viele Abschriften wie möglich so schnell wie möglich anzufertigen, sondern es wird als eine spirituelle Disziplin, als eine Art von Meditation getan. Man soll sich konzentrieren, damit man die Buchstaben schön gestaltet, keine Wörter auslässt und keine Rechtschreibfehler begeht. Man denkt mit dem bewussten Geist über die Bedeutung nach, aber während man sich auf das Schreiben konzentriert, sickert auch einiges von der Bedeutung, Tropfen für Tropfen vielleicht, in die Tiefen unseres unbewussten Geistes und beeinflusst und transformiert uns.

Der Novizen-Bodhisattva schreibt nicht nur Texte ab, sondern verziert sie auch, so wie im Westen die Mönche im Mittelalter Stunden, Tage, Wochen, Monate und Jahre damit verbrachten, Manuskripte auszuschmücken – sie polierten sie mit Gold, schmückten sie mit Rot und Blau, malten alle Arten schöner Bilder und Muster. Erst neulich – ich kann dieser kleinen Abschweifung nicht widerstehen – sah ich einen Band mit französischen Miniaturzeichnungen des Mittelalters durch und war ziemlich erstaunt, als ich eine Zeichnung entdeckte, die geradewegs aus dem Tibetischen Totenbuch hätte stammen können. Es war die Abbildung eines verzierten Manuskripts, das sich ‚*The Hours of the Duke of Rohan*‘ nannte. Es war die Abbildung eines toten Mannes, der seinem Richter von Angesicht zu Angesicht gegenüber



stand. Es war nicht im traditionellen Renaissance-Stil christlicher Kunst angefertigt. Der Körper des Toten war tatsächlich sehr realistisch dargestellt – in schaurigem Realismus. Über dem toten Mann war eine Art Explosion eines blauen Lichtes gemalt, das mit goldenen Sternen übersät war, und mittendrin befand sich das Gesicht des Richters. Diejenigen von euch, die das Tibetische Totenbuch gelesen haben, werden das sofort wiedererkennen. Man empfing zunächst den Eindruck eines blauen Lichtscheins, sah dann goldene Sterne, erblickte schließlich das Gesicht des Richters von einem goldenen Heiligenschein umgeben, das in die innere Vision des Toten einbricht. Wenn man von verzierten, ausgeschmückten Texten spricht, ob von christlichen oder buddhistischen, dann hat man so etwas im Sinn. Das ist die Art von Fürsorge, von Hingabe und Liebe, mit der sie traditionell übervoll sind. Tatsächlich werden alle diese Aktivitäten, in die sich der Novizen-Bodhisattva vertieft – Studieren, Lesen, auswendig Lernen, Abschreiben, Ausschmücken – als Aufgaben der Liebe, als *sadhanas*, als spirituelle Disziplinen praktiziert.



Der Novizen-Bodhisattva meditiert speziell über die vier ‚Brahma-viharas‘: über Mettā, liebevolle Güte; karunā, Mitgefühl; muditā, Mitfreude und Upekṣa, Gleichmut, oder er vervollkommnet einen gefestigten und ausgeglichenen Geist. Es wird auch gesagt, dass der Novizen-Bodhisattva sich deshalb den vier brahma-vihāras hingeben sollte, weil sie die Grundlage bilden für die spätere Entwicklung des Großen Mitgefühls, das den wahrhaft entwickelten Bodhisattva charakterisiert. Der Novizen-Bodhisattva richtet seine Aufmerksamkeit auf die Praxis der pāramitās, der Vollkommenheiten – obwohl wir sie auf dieser Stufe genaugenommen nicht pāramitās nennen können, weil sie noch nicht mit Weisheit verbunden sind. Er feiert auch, in einigen Fällen täglich, die siebenfältige Pūjā. Er kultiviert ebenfalls die vier Faktoren, die das Aufsteigen von Bodhicitta bewirken, wie es vom ācārya Vasubandhu erwähnt wird. Natürlich versucht der Novizen-Bodhisattva in allen Angelegenheit des täglichen Lebens offen, hilfreich, freundlich und mitfühlend zu sein.

Die zweite Art Bodhisattva ist der Bodhisattva des Pfades. Ich habe mich auf die ‚zehn bhūmis bezogen, auf die zehn Stufen des Voranschreitens eines Bodhisattvas bis zur höchsten Erleuchtung. Diese ‚zehn bhūmis‘ werden in zwei Hälften geteilt, eine Hälfte von bhūmi 1 bis 6, die andere von bhūmi 7 bis 10. Alle, die irgend einen der ersten sechs bhūmis erreicht haben, sind Bodhisattvas des Pfades. Bei den Bodhisattvas des Pfades ist Bodhicitta erwacht. Tatsächlich sagt man erst dann von jemandem, dass er das erste bhūmi betreten hat, wenn Bodhicitta in ihm aufgestiegen ist. Der Bodhisattva des Pfades hat deshalb auch sein Gelöbnis oder seine Gelöbnisse abgelegt und hat mit der wirklichen, ernsthaften Praxis der Vollkommenheit angefangen.

Nebenbei sollte ich auch anmerken, dass entsprechend vieler Mahāyāna-Traditionen, Stromeingetretene, Einmal-Wiederkehrer, Nicht-Wiederkehrer und die Arhants der Hīnayāna-Lehre, alle als Bodhisattva des Pfades betrachtet werden – das Mahāyāna macht sie zu einer Art Bodhisattvas ehrenhalber. Bis dahin haben sie alle individuelle Erleuchtung angestrebt, aber nach dem Mahāyāna kann man zu jeder Zeit auf den Pfad des Bodhisattvas überwechseln, dessen Ziel natürlich die Erleuchtung zum Wohl aller ist: und sogar, wenn man auf dem Weg der individuellen Befreiung ganz bis zum Ende fortgeschritten ist, gibt es noch die Möglichkeit, auf der Basis seiner vorangegangenen Praxis des individuellen Weges

weiter zu gehen und den Bodhisattva-Pfad zu praktizieren und sich zu höchster Buddhaschaft zu erheben.

Wenn wir uns jetzt zu den unumkehrbaren Bodhisattvas begeben, der dritten Art von Bodhisattvas, dann erklimmen wir wirklich seltene Höhen. Das Erwachen von Bodhicittas innerhalb des Individuums ist für sich selbst eine gewaltige Erfahrung, aber wenn der Bodhisattva diese Stufe erreicht, von der er nicht zurück fallen kann, ist das eine noch größere Erfahrung. Wir können sagen, dass Nicht-Umkehrbarkeit im Kontext des Mahāyāna ein extrem wichtiger Aspekt des spirituellen Lebens ist: der Aspekt, dass man sich nicht zurückentwickeln, nicht zurückfallen, nicht abfallen kann.

Wir wissen alle aus unserer eigenen Erfahrung, wie schwer es ist, auf dem spirituellen Pfad voranzukommen. Einige von uns sehen vielleicht ein wenig traurig auf die letzten Monate oder gar die letzten Jahre zurück und denken: „Es gab nicht viel Veränderung. Ich bin immer noch mehr oder weniger dieselbe Person, die ich war. Welchen Fortschritt habe ich gemacht?“ Auf dem spirituellen Pfad ist es sehr schwer, Fortschritte zu machen; man kann sagen, dass wir unsere Fortschritte in Zoll messen, nicht in Meilen. Aber obwohl es schwierig ist, vorwärts zu kommen, ist es nur allzu leicht, sogar eine Meile oder zwei, zurückzufallen. Wir sind damit auf dem Gebiet der Meditation vertraut. Wir mögen einige Wochen oder Monate ganz gut vorankommen, aber dann passiert es, dass wir für ein paar Tage nicht meditieren. Wenn wir uns das nächste Mal zur Meditation hinsetzen, finden wir, dass wir ziemlich weit entfernt sind von dem, wo wir vor diesen wenigen Wochen oder Monaten waren. Ich bin sicher, dass jeder von uns diese Erfahrung wenigstens zwei oder drei mal in seinem bisherigen spirituellen Leben gemacht hat.

Diese Gefahr zurückzufallen gilt für alle Stufen des spirituellen Lebens, so dass es wichtig für uns wird, dass wir, von Zeit zu Zeit, wenigstens unter bestimmten Umständen, einen Punkt oberhalb des bereits Erlangten erreichen, an dem keine Gefahr besteht zurückzufallen – es ist wichtig, festen Boden unter den Füßen zu gewinnen, auf dem wir stehen können und von dem nicht zurückfallen.

Im Zusammenhang mit dem spirituellen Leben allgemein ist dies der Punkt, den wir ‚Stromeintritt‘ nennen. Wir treten ein in den Strom, der uns schließlich zu Nirvāṇa selbst trägt. Sobald wir diesen Punkt erreichen, sobald wir den Strom betreten haben, besteht keine Gefahr mehr, jemals für immer in den Kreislauf der Existenz, in das weltliche Leben zurückzufallen. Jene von euch, die die Hīnayāna-Lehren, die Grundlage buddhistischer Lehren, ein wenig studiert haben, wissen, dass Stromeintritt dadurch erreicht wird, dass man die ersten drei der zehn Fesseln durchbricht, die uns an das Lebensrad binden, an den Kreis der bedingten Existenz.

Die erste Fessel ist die Fessel vom Glauben an ein Selbst. Es ist der Glaube, dass ich Ich bin und dass dieses Ich fest und endgültig ist. Es ist der Glaube, dass meine persönliche, individuelle Existenz etwas Untrennbares, Entgültiges ist. Es ist die Überzeugung, dass es nichts gibt, das über mich hinaus reicht: es gibt nicht so etwas wie ein universelles Bewusstsein, wie einen universellen Geist, eine absolute Wirklichkeit außerhalb von mir. Es ist der Glaube, dass ich sozusagen die Endstation bin, der Punkt, an dem sich alle Enden der Welt treffen. So empfinden wir die meiste Zeit. Wir glauben, dass wir mit unserem Körper identisch sind, mit unserem niederen Geist, identisch mit dem Denk-Prinzip, dem *vijñāna*, den *manas* und so weiter; für ein letztendlicheres Selbst, ein universelleres Bewusstsein sind

wir blind. Manchmal öffnet sich ein kleiner Spalt, und durch diesen Spalt in uns sehen wir etwas, das größer ist als wir selbst, aber gewöhnlich glauben wir an uns selbst in diesem engen, egoistischen Sinn, den ich beschrieben habe. Der Glaube an ein Ich-Selbst ist eine Fessel, die durchschnitten werden muss, bevor wir in den Strom eintreten und in eine höhere, weitere Dimension des Seins und Bewusstseins durchdringen können.

Die zweite Fessel ist die Fessel des Zweifels. Sie ist kein Zweifel im Sinne einer objektiven, kühlen, kritischen Untersuchung: zu dieser Art von Zweifel – wenn man es Zweifel nennen möchte – wird man vom Buddhismus ermutigt. Zweifel als zweite Fessel, ist eine Art von Skepsis, die die Seele zerfrisst – die nirgendwo zur Ruhe kommt, die voll ist von Furcht, Stimmungen und Launen; die nicht befriedigt wird; die nicht wirklich wissen will und sich dann beklagt, dass sie nicht weiß; die vor dem Leben zurückschreckt; die nicht wirklich versucht etwas herauszufinden. Diese Art von Skepsis, diese Art von *vicikitsa*, wie sie genannt wird, ist ebenfalls eine Fessel, die vernichtet werden muss, um Stromeintritt möglich zu machen.

Die dritte Fessel ist die, die als Anhaften an moralischen Regeln und religiösen Vorschriften bekannt ist. Wenn du zu moralisch bist, kannst du nicht erleuchtet werden – nicht, dass du leichter Erleuchtung erlangst, wenn du unmoralisch bist. Wenn du so moralisch, so gut, so heilig bist, dass du diesbezüglich viel von dir hältst (du denkst, dass du irgendwo angekommen bist, dass du wirklich jemand bist, und du denkst, dass das letztendlich ist), und zur gleichen Zeit schaust du auf die herab, die nicht das machen, was du machst, die vielleicht nicht die Regeln einhalten, die du einhältst (du denkst, dass sie nirgendwo sind, dass sie nichts sind, dass sie schreckliche Sünder sind), wenn du diese starre Haltung hast, dann hat dich diese dritte Fessel des Anhaftens an ethischen Regeln und religiösen Vorschriften im Griff. Ein Beispiel für diese Form von Haltung kann man im Sabbataranismus finden, der den Sabbat als Selbstzweck ansieht und dabei die Worte Christi vergisst: ‚Der Sabbat wurde für den Menschen gemacht, nicht der Mensch für den Sabbat‘.

Ich muss leider sagen, dass diese Art Haltung auch in einigen Formen des Buddhismus zu finden ist. Der burmesische Sangha ist durch einen Streit darüber gespalten, ob ein Mönch, wenn er das Kloster verlässt, seine rechte Schulter bedecken oder unbedeckt lassen soll. Diese Frage sorgte ein ganzes Jahrhundert für Unruhe im Sangha von Burma. Es wurden Bücher, Artikel und Kommentare darüber geschrieben. Ich glaube, es hat sich jetzt nur insofern beruhigt, dass die beiden Seiten damit einverstanden sind, dass sie sich unterscheiden. Das ist wirklich eine Angelegenheit von Anhaften an moralischen Regeln und religiösen Vorschriften.

Einige Dinge mögen als Mittel zum Zweck gut sein (Meditation, ein moralisches Leben, Wohltätigkeit sind alle gut als ein Mittel zum Zweck); aber sobald du sie zum Selbstzweck erhebst, werden sie zu Hindernissen. Die dritte Fessel besteht deshalb wirklich darin, ethische Regeln und religiöse Vorschriften – die an sich als Mittel zum Zweck gut sein können – als Selbstzweck zu behandeln. Diese Fessel zu zerstören, bedeutet nicht, ethische Regeln und religiöse Vorschriften aufzugeben: man benutzt sie als Mittel zum Zweck, ohne an ihnen festzuhalten oder von ihnen abhängig zu sein. Diese Fessel ist tatsächlich sehr schwer zu durchbrechen; aber wenn du sie durchbrichst, trittst du in den Strom ein.

Im Zusammenhang mit der Laufbahn eines Bodhisattvas ist dieser erst dann nicht mehr in Gefahr vom Bodhisattva-Ideal zurückzufallen, wenn er Unumkehrbarkeit erlangt hat. Der

Bodhisattva wird unumkehrbar im achten bhūmi, der achten von zehn Stufen. Dies zeigt uns an, welch langen Weg der Bodhisattva zu gehen hat, bevor er vollständig sicher sein kann, dass er nicht vor dem Ziel aufgeben wird. Mit dem achten bhūmi wird der Bodhisattva unwiderruflich für die volle Erleuchtung zum Wohl aller fühlenden Wesen. Bis zu dem Punkt, an dem er nicht mehr zurückfallen kann, besteht immer die Gefahr, dass er zwar nicht aus dem spirituellen Leben insgesamt fallen kann (diese Gefahr hat er längst überwunden), aber dass er in spirituellen Individualismus zurückfällt, dass er aufhört zu versuchen, ein Buddha zum Wohl aller zu werden, anstatt Erleuchtung allein für sein eigenes Wohlergehen anzustreben.

Schließlich muss man erkennen, dass es sehr schwer ist, sein Leben nach dem Bodhisattva-Ideal auszurichten, wenn man es ernst nimmt. Man strebt an, Erleuchtung zum Wohl aller lebenden Wesen zu erlangen. Du sollst Mitgefühl für alle lebenden Wesen empfinden. Aber manchmal ist es schwer genug, Mitgefühl allein für die paar Dutzend Menschen zu empfinden, auf die man trifft, denn die Menschen können sehr anstrengend, sehr dumm, sehr schwach, sehr töricht sein. Deshalb kann selbst ein Bodhisattva, der sogar bis zur siebenten Stufe des Pfades gelangt ist, in Versuchung geraten, sie alle voller Verzweiflung aufzugeben, sie als verkommene Subjekte zu sehen, die zu nichts taugen. Er mag denken: „Ich kann nichts für sie tun. Macht nichts! Ich werde einfach mit meiner eigenen Befreiung fortfahren und sie das machen lassen, was sie wollen. Manchmal wird er es sogar noch härter als in dieser Art ausdrücken! Nachdem er das Ziel universeller Erleuchtung aufgegeben hat, wird er vielleicht individuelle Befreiung, Arhantschaft bzw. Nirvāṇa erreichen. Aber im Vergleich zu seinem ursprünglichen Ziel höchster Buddhaschaft zum Nutzen aller, bedeutet dies einen Rückfall. Für einen Bodhisattva bedeutet Nirvāṇa ein Versagen. Daraus kann man erkennen, wie hoch das Ideal für ihn gesetzt ist.

Wie wird der Bodhisattva frei von der Gefahr des Rückfalls? Dies wird uns nicht lange beschäftigen, aber wir wollen wenigstens sehen, was die Schriften zu dem Thema zu sagen haben. Allgemein gesprochen wird ein Bodhisattva unwiderruflich, indem er die große Leerheit, Mahā-Śūnyatā, erkennt. Wir haben uns in einem bestimmten Ausmaß damit letzte Woche beschäftigt und haben gesehen, dass Mahā-Śūnyatā die dritte der vier grundsätzlichen Arten von Śūnyatā ist. Die erste von diesen ist die ‚Leerheit des Bedingten‘. Es ist die Tatsache, dass das Bedingte leer ist von Eigenschaften des Unbedingten. Zweitens gibt es die ‚Leerheit des Unbedingten‘; das Unbedingte ist leer an charakteristischen Merkmalen des Bedingten. Drittens gibt es die große Leerheit, die Leerheit von jeglicher Unterscheidung, die nicht-endgültige Gültigkeit jeglicher Unterscheidung zwischen Bedingtem und Unbedingten. Das Bedingte und das Unbedingte werden hier beide auf eine nicht-duale Wirklichkeit zurückgeführt, die beides transzendiert, Nirvāṇa und Saṃsāra. Schließlich gibt es die ‚Leerheit der Leerheit‘, Śūnyatā-Śūnyatā, in der sogar die Idee, das Konzept von Leerheit untergeht – der Finger, wie transparent auch immer, verschwindet, und der volle Mond bleibt zurück, auf den nichts mehr zeigt.

Auf welche Weise ist die Unumkehrbarkeit eines Bodhisattvas mit der Erkenntnis der ‚Großen Leerheit‘ verbunden? Wie wir gesehen haben ist die Große Leerheit im Wesentlichen eine Realisierung der Leerheit der Unterscheidung zwischen Bedingtem und Unbedingten. Wenn die Erfahrung der Großen Leerheit aufsteigt, sieht man klar, dass weder das Bedingte noch das Unbedingte eine getrennte, unabhängige Wirklichkeit besitzen. Man erkennt, dass die Unterscheidung zwischen beiden – ‚dies‘ ist bedingt und ‚das‘ ist unbedingt – letztendlich nicht gültig ist. Die Unterscheidung mag provisorisch nützlich sein, zu Beginn

des spirituellen Lebens und zu praktischen Zwecken, aber letztendlich ist sie nicht gültig. Wenn du tief in das Bedingte eindringst, begegnest du dem Unbedingten. Mit der Erfahrung der großen Leerheit gibt man deshalb die Unterscheidung von Bedingtem und Unbedingten auf, man führt sie sozusagen auf eine gemeinsame, nicht-duale Realität zurück.

Bis der Bodhisattva das achte bhūmi erreicht, besteht immer die Gefahr in spirituellen Individualismus zurückzufallen. Spiritueller Individualismus beruht auf dualistischem Denken. Er basiert auf der Idee, dass es da drüben oder dort draußen das Unbedingte gibt, getrennt von Bedingtem, das man anstreben kann, zu dem man sozusagen selber fliehen kann. Wenn der Bodhisattva die ‚Große Leerheit‘ realisiert, sieht er, dass das nicht so ist – das Bedingte ist nicht vom Unbedingten getrennt. Er erwacht aus dem dualistischen Denken wie aus einem Traum. Er erkennt, dass alles Reden von Bedingtem und Unbedingten und darüber, von hier nach dort zu kommen, unwirklich ist. Er sieht durch all dies hindurch – aus dem Bedingten in das Unbedingte, ob er allein geht oder ob er andere mit sich nimmt, ob er zurückkommt oder ob er hier bleibt ... Er sieht, dass alles ein Traum ist oder ein Spiel, das er gespielt hat, ein Glauben-machen. Er wacht aus seinem Traum des dualistischen Denkens auf in das Licht, in die Wirklichkeit des einen Geistes, des nicht-dualen Geistes, der nicht-dualen Wirklichkeit oder wie man es auch immer nennen möchte. Er sieht, dass sich in den äußersten Tiefen des Bedingten das Unbedingte befindet. Er sieht, dass es keine Grenze, keine Teilung oder was auch immer dazwischen gibt. Um es mit den Worten des Herz-Sutras auszudrücken, sieht er, dass rūpa śūnyatā ist und śūnyatā rūpa ist.

Es gibt keinen Unterschied, welcher Art auch immer, zwischen dem Bedingten und dem Unbedingtem. Deshalb gibt es auch nichts, vor dem man fliehen müsste und wohin man fliehen sollte. Indem er dies erkennt, sieht er die totale Absurdität der Idee der individuellen Befreiung. Indem er die Bedeutung der ‚Großen Leerheit‘ auf diese Weise realisiert, wird der Bodhisattva unumstößlich. Er kann nicht zurückfallen in individuelle Befreiung, weil er sieht, dass es keine individuelle Befreiung gibt, in die er zurückfallen kann.

Die Schriften, insbesondere die Schriften der ‚Vollendeten Weisheit‘, teilen uns mit, dass es verschiedene Merkmale gibt, an denen man die Unumkehrbarkeit eines Bodhisattvas erkennen kann – wie man weiß, ob man unumkehrbar geworden ist oder nicht. Es wird uns erzählt, dass ein unumkehrbarer Bodhisattva, wenn man ihn über die Natur des allerletzten Ziels befragt, in seiner Antwort immer ein Bezug zum Mitgefühlsaspekt dieses Ziels enthalten sein wird. Er spricht nicht nur in Begriffen individueller Befreiung, sondern schließt immer die Erwähnung anderer fühlender Wesen ein. Auf diese Weise erkennt man, dass er unwiderruflich geworden ist. Der unwiderrufliche Bodhisattva, so sagt man uns, hat Erfahrungen mit archetypischen Träumen. Er mag sich selbst in einem Traum als einen Buddha sehen, der – umringt von Bodhisattvas – den Dharma lehrt. Oder er mag sich selbst sehen, wie er die pāramitās praktiziert. Es wird uns erzählt, dass er sich vor allem sehen kann, wie er sein Leben opfert und darüber ganz glücklich ist, sich nicht fürchtet oder aufgebracht ist. Das sind alles Zeichen, dass er unwiderruflich zum Bodhisattva geworden ist. Schließlich ist es ein Zeichen seiner Unumkehrbarkeit, dass sich ein Bodhisattva niemals fragt, ob er unumkehrbar geworden ist oder nicht.

Die vierte und letzte grundsätzliche Art eines Bodhisattvas ist der Bodhisattva des dharmakāya. Die Bodhisattvas des dharmakāya machen den innersten Kreis der Bodhisattva-Hierarchie aus. Hier befinden wir uns auf einer vollkommen transzendenten Ebene.

Im Englischen und Deutschen gibt es sehr wenig Worte für die letztendliche Realität; ‚Gott‘, ‚Wirklichkeit‘, ‚Wahrheit‘, vielleicht auch ‚das Absolute‘ (die Menschen benutzen diesen Ausdruck gewöhnlich nicht in der alltäglichen Konversation) sind praktisch die einzigen Wörter, die uns zur Verfügung stehen. Der Buddhismus jedoch ist reich an Begriffen für die letzte Wirklichkeit. Er hat viele Worte dafür und jeder Begriff hat seinen eigenen speziellen Beigeschmack, seine eigenen Nebenbedeutungen. Das Wort dharmakāya ist einer von diesen Begriffen. Die Gelehrten übersetzen es wörtlich mit ‚Wahrheitskörper‘ und belassen es dabei. Es wird uns gesagt, dass es der dritte von den drei Körpern des Buddha ist, von denen die ersten zwei der ‚Verwirklichungskörper‘ des Buddha und sein ‚ruhmreicher Körper‘ sind. Wir können uns diese drei Körper vielleicht einen (jeweils) über dem anderen vorstellen, oder vielleicht (auch) Seite an Seite – das ist nicht ganz klar. Die wörtliche Übersetzung des dharmakāya sagt überhaupt nichts aus. Dharmakāya bedeutet wirklich letztendliche Wirklichkeit, die die Essenz von Buddhaschaft oder Bodhisattvaschaft ausmacht. Es bedeutet letztendliche Realität als Ursprung erleuchteten Seins und erleuchteter Persönlichkeit, als Quelle, aus der unerschöpflich Buddha- und Bodhisattva-Formen emporsteigen.

Es gibt zweierlei Arten von Bodhisattvas des dharmakāya, obwohl man auf dieser transzendenten Ebene nicht wirklich von unterschiedlichen Arten sprechen kann. Die erste Gruppe besteht aus denen, die, nachdem sie Erleuchtung erlangt haben, ihre Bodhisattva-Form behalten, sodass sie weiter in der Welt arbeiten können, obwohl sie in Wirklichkeit Buddhas sind. Die zweite Gruppe besteht aus denen, die bestimmte Aspekte oder direkte Emanationen des dharmakāya darstellen und keine vorangegangene menschliche Geschichte hatten. Diese beiden Gruppen bilden zusammen die Bodhisattvas des dharmakāya. Sie sind alle archetypische Formen von Buddhaschaft, jeder von ihnen enthüllt, manifestiert oder inkarniert den einen oder anderen Aspekt von Buddhaschaft. Es gibt eine große Anzahl dieser Formen. In einigen Meditationen stellt ihr euch einen unendlichen Himmel vor, frei von Wolken, angefüllt mit Hunderten oder Tausenden dieser Bodhisattva-Formen. Die Mehrzahl dieser Formen sind als sehr junge Männer dargestellt, von schlanker, anmutiger Erscheinung, mit langem, wehenden Haar und mit Ornamenten aus Gold und Silber geschmückt. Dies zeigt die Schönheit und den Reichtum des dharmakāya, seine überreichliche Blüte.

Einer der herausragendsten all dieser Figuren ist Avalokiteśvara. Der Name Avalokiteśvara bedeutet ‚der Herr, der herabsieht‘; er schaut herab mit Mitgefühl, und repräsentiert somit den Mitgefühlsaspekt von Erleuchtung. Angenommen, ihr stellt euch einen weiten blauen Himmel vor, vollkommen leer, und stellt euch vor, ihr seht, dass in diesem Himmel ein Gesicht erscheint, eigentlich kein Gesicht, sondern nur die Züge eines Gesichts, Züge, die gerade mal ausreichen, ein Lächeln auszudrücken, ein mitfühlendes Lächeln – das ist der Mitgefühlsaspekt der Realität, das ist Avalokiteśvara

·  
 Ikonographisch wird Avalokiteśvara in reinem Weiß dargestellt. Er hält eine Lotusblume, die spirituelle Wiedergeburt symbolisiert. Sein Gesicht wirkt meistens durch ein sehr freundliches, mitfühlendes Lächeln lebendig. Ein Fuß ist zur Meditationshaltung eingeschlagen und zeigt, dass er innerlich in tiefster Meditation



versunken ist; der andere zeigt nach vorne und drückt damit die Bereitschaft aus, in jedem Moment in den Tumult der Welt hinabzusteigen, um anderen lebenden Wesen zu helfen. Wie ich in Vorträgen der letzten Wochen bereits erklärte, sind diese zwei Aspekte der inneren Sammlung und äußerer Aktivität in einem Bodhisattva kein Widerspruch, sondern nur verschiedene Aspekte von ein und derselben Sache.

Es gibt insgesamt 108 verschiedene Formen des Avalokiteśvara. Die bekanntste von ihnen ist die Form mit 11 Köpfen und 1000 Armen. Uns erscheint sie vielleicht ein wenig grotesk, aber die Symbolik ist sehr interessant. Es wird gesagt, dass der große Avalokiteśvara einmal das Elend kontemplierte, an dem die fühlenden Wesen leiden – Tod, Krankheit, Trennung, Verlust, Überschwemmung, Hungersnot, Krieg und so weiter. Er war so sehr von Mitgefühl überwältigt, so wird uns erzählt, dass er weinte. Er weinte in der Tat so heftig, dass sein Herz in 11 Stücke zersprang, von denen jedes zu einem Kopf wurde. Es gab 11 davon, weil es 11 Richtungen des Raumes gibt (Norden, Süden, Osten, Westen, die vier dazwischenliegenden Punkte, sowie oben, unten, und das Zentrum). Das bedeutet, dass Mitgefühl in alle Richtungen gleichzeitig schaut – während es hierhin sieht, sieht es auch dorthin, während es auf diese Seite schaut, schaut es auch auf jene Seite. Avalokiteśvara hat auch tausend Arme – ich glaube, sie hörten nur deshalb bei Eintausend auf, weil die Künstler nicht mehr darstellen konnten. Am Ende jedes Arms ist eine Hand ausgestreckt, um zu helfen. Mit Hilfe dieses Symbols versucht der Buddhismus, die Natur des Mitgefühls auszudrücken, die in alle Richtungen schaut und auf jede erdenkliche Art zu helfen versucht.

Mañjuśrī verkörpert den Weisheitsaspekt von Erleuchtung. Er wird in einem wunderschönen Gold, Orange oder Gelbbraun abgebildet. In seiner rechten Hand hält er ein flammendes Schwert. Er wirbelt es über seinem Kopf herum. Es ist ein Schwert der Weisheit, das er benutzt, um die Bande der Unwissenheit und die Knoten des Karma durchzuschneiden – in die wir verwickelt sind und die uns die ganze Zeit stolpern lassen. In seiner linken Hand hält er ein Buch. Er hält es nahe am Herzen. Es ist ein kleines Buch der Vollkommenen Weisheit (es ist unserer eigenen Vorstellung überlassen, ob es das Diamant-Sutra oder das Herz-Sutra ist). Seine Beine sind im Lotussitz, in der Meditationshaltung, gekreuzt, weil Weisheit, wie uns auch das Dhammapada lehrt, aus der Meditation aufsteigt. Mañjuśrī ist der Schutzheilige aller Künste und Wissenschaften. Wenn man ein Buch schreiben oder ein Bild malen oder ein Musikstück komponieren möchte, ruft man im traditionellen Buddhismus Mañjuśrī an. Sein Mantra, das *arapachana mantra*, wird für ein aufnahmefähiges Gedächtnis rezitiert - für das Verstehen des Dharma, für Redegewandtheit und so weiter.



Vajrapāni stellt den Machtaspekt der Erleuchtung dar. Er verkörpert nicht die Macht im gewöhnlichen Sinn von politischer Macht, nicht Macht über andere Menschen, sondern Macht im Sinne spiritueller Macht oder einfach die Macht an sich. Obwohl es eine friedvolle Form von Vajrapani gibt, wird er gewöhnlich in einer zornigen Form abgebildet, weil er mit einem Akt der Zerstörung beschäftigt ist: er vernichtet die dunklen Kräfte der Unwissenheit, die uns vom Licht der Wahrheit trennen. Gewöhnlich wird er passender Weise in dunkelblauer Farbe abgebildet. Er ist nicht schlank oder anmutig; er hat einen untersetzten,

dicken Körper, einen vorstehenden Bauch und sehr kurze, schwere Gliedmaßen. Seine Miene drückt extremen Ärger aus. Er hat lange weiße Zähne. Gewöhnlich wird er nackt dargestellt, nur mit menschlichen Knochen geschmückt. Manchmal wird er mit einem Tigerfell bekleidet abgebildet. Er hält in einer Hand einen Vajrā, einen Donnerkeil, und wenn er mehrer Hände hat, trägt er auch andere Waffen. Diese grauenerregende Figur wird von fünf Totenschädeln gekrönt, die die fünf Weisheiten darstellen. Ein Fuß ist erhoben, als sei er im Begriff, auf alle Kräfte der Unwissenheit zu stampfen. Er ist von einem lodernden Flammenkreis umgeben, der jegliche bedingte Existenz verzehrt, die ihm zunahe kommt.



Als Gegensatz dazu gibt es Tārā. Sie stellt die Essenz, ja die Quintessenz, von Mitgefühl dar. Sie ist ein Bodhisattva, der in weiblicher Form erscheint. (Es ist nicht ganz korrekt, zu sagen, dass sie ein weiblicher Bodhisattva ist, denn Bodhisattvas sind über die Unterscheidung von weiblich und männlich hinausgegangen. Einige Bodhisattvas mögen in männlicher Form erscheinen, andere in weiblicher Form; manchmal mag ein Bodhisattva zu einer Zeit in männlicher Form und zu einer anderen in weiblicher Form erscheinen – das macht in Wirklichkeit keinen Unterschied.) Tārā ist die spirituelle Tochter von Avalokiteśvara. Nach einer sehr schönen Legende wurde sie aus seinen Tränen geboren, als er über das Leid der Welt weinte. Es wird gesagt, dass er eines Tages so viel weinte, dass seine Tränen einen kleinen Teich bildeten. Aus seiner Mitte wuchs ein weißer Lotus heran, der sich öffnete und in seiner Mitte Tārā enthüllte. Tara wird gewöhnlich entweder in grüner oder in weißer Farbe abgebildet. Sehr oft hält sie eine weiße, manchmal auch eine blaue Lotusblume in der Hand, der jeweiligen Form entsprechend.



In ihrer weißen Form hat sie sieben wunderschöne Augen, die dich aus verschiedenen Teilen ihres Körpers anblicken (es gibt die zwei normalen Augen und ein drittes Auge auf der Stirn, jeweils ein Auge in ihren beiden Handflächen und je eins auf ihren beiden Fußsohlen). Das bedeutet, dass das Mitgefühl, das Tārā repräsentiert, kein dummes, sentimentales Mitleid ist, es ist in keiner Weise blind, es sieht. Wahres Mitgefühl ist, sogar in seiner schwächsten Form, durch Achtsamkeit gezeichnet. Das ist mehr, als man vom Mitgefühl mancher Leute sagen kann, oder vielmehr Mitleid, das manchmal die Dinge schlimmer macht. Darum gibt es den kleinen



Ausspruch, dass alle Weisheit eines Weisen nötig ist, um den Schaden zu beseitigen, der vom Mächtigen-Guten oder Mitleidvollen verursacht wird.

Der letzte große Bodhisattva, mit dem wir uns befassen, ist Vajrasattva. Er verkörpert den Aspekt von Reinheit. Das ist keine körperliche Reinheit, keine moralische Reinheit, nicht einmal spirituelle Reinheit. Es ist keine Reinheit, die man erreichen kann. Es ist ursprüngliche Reinheit, die Reinheit des Geistes aus anfanglosen Zeiten. Durch unsere spirituelle Praxis können wir den niederen Geist klären, weil dieser unrein werden kann, aber wir reinigen nie den Ultimativen Geist, weil dieser nie unrein wird. Wir reinigen unseren Geist wahrlich, indem wir zur Erkenntnis der Tatsache aufwachen, dass wir nie unrein geworden sind, dass wir die ganze Zeit rein waren. Diese ursprüngliche Reinheit des Geistes, die Vajrasattva repräsentiert, ist eine Reinheit über und jenseits von Zeit, über und jenseits der Möglichkeit von Unreinheit.



Vajrasattva wird gewöhnlich in blendendem Weiß abgebildet, weiß wie das Sonnenlicht, das vom Schnee reflektiert wird. Er ist gewöhnlich völlig nackt – er hat nicht einmal irgendwelche Bodhisattva-Ornamente. Vajrasattvas 100-Silben-Mantra rezitiert man und meditiert darüber, um seine Fehler zu reinigen, oder um von der Unreinheit gereinigt zu werden, die darin besteht, dass man sich nicht für – ursprünglich – rein hält. Mit Vajrasattva sind viele wichtige Praktiken verbunden, die alle zum sogenannten Vajrasattva-Yoga zusammenschlossen sind, der den ersten Teil der ‚Vier Grundlagen-Yogas‘ des tibetisch-buddhistischen Tantra ausmacht.

Wie ich erwähnte, gibt es sehr viele Bodhisattvas des dharmakāya – diese wenigen müssen zum Zweck der Illustration genügen. Wie uns gesagt wird, sind sie alle in letzter Analyse, die keine intellektuelle ist, einfach verschiedene Aspekte unseres grundsätzlich erleuchteten Geistes, unseres eigenen, uns innewohnenden Buddha-Geistes.

Zum Schluss ein paar Worte zur Bodhisattva-Ordination. Die Bodhisattva-Ordination ist nicht bloß eine Zeremonie; sie ist der natürliche Ausdruck des aufsteigenden Bodhicitta. Als solche findet sie gewöhnlich im ersten bhūmi statt, also dann, wenn das Bodhicitta selbst aufsteigt. Aber als eine Zeremonie, die äußerlich begangen wird, kann sie zu jeder Zeit erhalten werden, sogar vom Novizen-Bodhisattva. Im Falle des Novizen-Bodhisattvas erhält dieser die Bodhisattva-Ordination, indem das aufsteigende Bodhicitta vorweggenommen wird. Das Erhalten der Bodhisattva-Ordination ist auf diese Weise eingeschlossen in die Bedingungen, in deren Abhängigkeit das Bodhicitta aufsteigt.

Die Bodhisattva-Ordination besteht aus zwei Teilen. Zuerst wird das Bodhisattva-Gelübde genommen, gewöhnlich in der Form der ‚vier großen Gelübde‘. An zweiter Stelle werden die Bodhisattva-Vorsätze akzeptiert, das sind Grundsätze, die das Verhalten des Bodhisattva bestimmen. In den verschiedenen Zweigen des Mahāyāna gibt es unterschiedliche Listen dieser Vorsätze. Sie wurden alle aus den Mahāyāna-Schriften entnommen und legen eine detailliertere Anwendung der Großen Gelübde selbst fest. Das Bodhisattva-Gelübde als Teil der Bodhisattva-Ordination entspricht auf seiner höheren Stufe

der Zufluchtnahme. Die Akzeptanz der Bodhisattva-Vorsätze entspricht der Annahme der fünf oder zehn Ordinationsvorsätze.

Die Bodhisattva-Ordination ist die dritte der fünf Stufen der Ordination, die wir im Westlichen Buddhistischen Orden haben (Stand 1969). Die erste Stufe ist die eines Laienbruders oder einer Laienschwester; die zweite ist die des Senior-Laienbruders oder der Senior-Laienschwester, die vierte ist die des Vollzeit-Mönchs, Lamas oder Meisters. Es muss betont werden, dass die Bodhisattva-Ordination, die an dritter Stelle kommt, nicht die Verleihung eines spirituellen Status bedeutet. Ein spiritueller Status kann in der Tat nicht verliehen werden. Die Bodhisattva-Ordination bedeutet noch nicht einmal ein Erkennen eines spirituellen Status. Die Bodhisattva-Ordination stellt ein öffentliches Versprechen der betroffenen Person dar, dass er oder sie ihr Bestes tun wird, um nach dem Bodhisattva-Ideal zu leben (,öffentlich' bedeutet hier ,in der Anwesenheit der buddhistischen spirituellen Gemeinschaft', insbesondere in der Anwesenheit anderer Ordensmitglieder). Es ist eine ganz andere Sache, ob Bodhicitta zur gleichen Zeit aufsteigt oder nicht. Es ist offensichtlich sehr schwer für andere, in Bezug auf irgendeine bestimmte Person zu wissen, ob Bodhicitta aufgestiegen ist oder ob nicht.

Für die meisten von uns, sogar für die, die daran interessiert sind, liegt die Bodhisattva-Ordination noch weit vor uns; für die meisten von uns ist das unmittelbare Ziel die erste oder zweite Stufe der Ordination. In der verbleibenden Zeit müssen wir deshalb damit zufrieden sein, von Weitem die Pracht der Bodhisattva-Hierarchie zu kontemplieren.

Ende des Vortrags

## Fragen

1. Lässt sich das Prinzip spiritueller Hierarchie mit den zeitgemäßen Vorstellungen von 'Gleichheit' unter einen Hut bringen?
2. Worin liegt der Wert von Kalyāna Mitras? Wenn möglich, gib Beispiele aus deiner eigenen Erfahrung.
3. '... Auf dem spirituellen Pfad ist es sehr schwer, Fortschritte zu machen.' Warum ist das so schwierig? Wie sind deine persönlichen Erfahrungen.
4. Was ist im Zusammenhang mit dem Pfad des Bodhisattvas mit 'unumkehrbar' gemeint und wie wird es erreicht?
5. Wie ist deine Resonanz auf die Bodhisattva-Figuren, z.B. auf Tārā? Welche Bedeutung haben sie für dich?

## **Modul „Das Bodhisattva-Ideal“**

### **8. Kapitel: Der Buddha und Bodhisattva: Ewigkeit und Zeit**

Beginn des Vortrags

Letzte Woche haben wir unsere Lektion damit begonnen, uns für einige Momente einen Blick zurück auf das riesige Gebiet des Bodhisattva-Ideals zu erlauben, ein Gebiet, das wir im Laufe der letzten Wochen durchforstet haben. Als wir zurückblickten, sahen wir einen Berggipfel herausragen, der die Landschaft beherrschte. Dies war die Bergspitze des Bodhicittas, des Willens nach universeller Erleuchtung. Im Rückblick sahen wir, dass alle anderen Aspekte des Bodhisattva-Ideals, die wir berührt und sogar erforscht hatten, sich um diesen besonderen Aspekt zu gruppieren schienen, gerade so, wie niedrigere Gipfel sich um einen höheren scharen, der sie alle überragt.

Heute Abend werden wir uns immer noch mit Bodhicitta befassen, aber während wir uns bisher im Laufe dieser Serie von Lektionen nur mit dem relativen Bodhicitta befasst haben, werden wir heute das absolute Bodhicitta behandeln. Ganz am Anfang der Serie war auf den Unterschied zwischen absolutem und relativem Bodhicitta hingewiesen worden, aber das Absolute Bodhicitta wurde nur ganz kurz erwähnt (wir haben auch letzte Woche ein wenig von diesem Thema des absoluten Bodhicittas vorweggenommen, als wir über die Bodhisattvas des dharmakḷya sprachen).

Es ist nicht leicht, sich diesem Thema des absoluten Bodhicittas zu nähern. Es ist schwer genug, das relative Bodhicitta zu behandeln. Es ist schwer, auch nur aus der Ferne einen Schimmer des relativen Bodhicittas zu erhaschen, es ist schwer auch nur den Schimmer eines Schimmers des absoluten Bodhicittas zu erhaschen. Wir sollten deshalb vielleicht ganz allmählich, nach und nach, in das Thema einsteigen, bis wir vielleicht eine kleine Vorstellung von der Natur des absoluten Bodhicittas haben, wie winzig und indirekt sie auch immer sein mag.

Während ihr die vorangegangenen Vorträge gehört habt, habt ihr sicher bestimmte Eindrücke gewonnen. Ihr werdet vielleicht nicht sehr viel von den Vorträgen im Einzelnen behalten haben, aber einige grobe allgemeine Eindrücke werden euch geblieben sein. Ihr werdet sicher denken, dass der Bodhisattva einem bestimmten Lebensstil folgt: die siebenfältige P3j1 gefeiert, die vier großen Gelübde ablegt, die p1ramit1s praktiziert und so weiter. In anderen Worten, werdet ihr ihn für jemanden halten, der einen bestimmten Pfad beschreitet. Ebenso werdet ihr ihn unzweifelhaft für jemanden halten, der ein bestimmtes Ziel ansteuert: Erleuchtung zum Wohl aller fühlenden Wesen - höchste, vollkommene Buddhaschaft. Dies wird zumindest der Eindruck sein, der nach der Vortragsreihe in euch zurückbleibt. Diese Eindrücke, obgleich sehr allgemein (um nicht zu sagen vage) sind so weit vollkommen korrekt – es ist wahr, dass ein Bodhisattva das Ziel der Erleuchtung zum Wohl aller fühlenden Wesen anstrebt. Aber, obgleich diese Eindrücke richtig sind, besteht eine Gefahr. Die Gefahr liegt in der Tatsache, dass diese Ausdrücke, die von einem Bodhisattva sprechen, der einem Pfad folgt oder ein Ziel erreicht, tatsächlich metaphorisch sind.

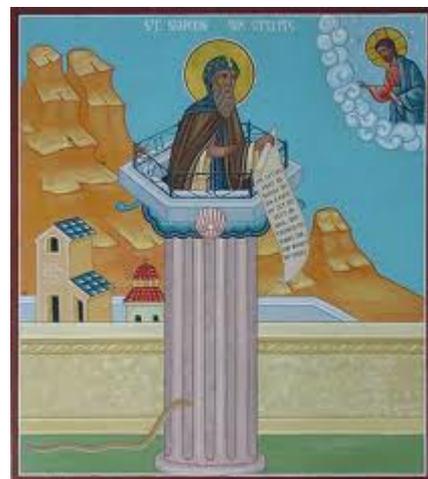
Wir erkennen nicht immer, in welchem Ausmaß unsere Gedanken und unsere Rede metaphorisch sind. Sie sollten nicht wörtlich genommen werden; sie sind suggestiv. Sie sind

nicht dazu bestimmt, in einer eindeutigen, wissenschaftlichen, quasi-mathematischen Art zu kommunizieren, sie sind dazu bestimmt zu stimulieren und auch zu inspirieren. Es besteht deshalb die Gefahr, dass wir das vergessen. Wir können damit anfangen, diese Metaphern – mit deren Hilfe wir klar zu machen versuchen, was im spirituellen Leben passiert – auf eine Art zu wörtlich zu nehmen, und zu versuchen, sie in logische Schlussfolgerungen zu pressen.

Lasst uns das ein bisschen näher betrachten. Stellt euch vor, dass wir auf einer Straße entlang gehen. Im rechten Augenblick, nachdem wir eine bestimmte Entfernung zurückgelegt haben, kommen wir an unserem Ziel an, das vielleicht ein Haus ist. Das ist eine ganz einfache Situation. Aber was sind die Tatsachen dieser Situation? Tatsache ist, dass wir unsere Position verändert haben, aber wir haben sie auf derselben Ebene, auf demselben Level verändert. Das Haus ist deshalb in einem gewissen Sinne eine Weiterführung der Straße, weil es sich auf derselben Ebene wie die Straße befindet.

Nun ist es nur zu einfach, zu glauben, dass der Pfad des Bodhisattvas zu Buddhaschaft führt wie zur Tür eines Hauses. Wir halten den Bodhisattva für jemanden, der Schritt für Schritt voranschreitet, bis er eines Tages zur Tür von Nirvāṇa kommt – vielleicht stellen wir uns ein großes Tor vor, glitzernd, mit Perlmutter und Gold geschmückt – und er geht hinein. Das ist die Art und Weise, wie wir uns diese Erfahrungen vorstellen; wir können vielleicht gar nicht anders, als auf diese Weise zu denken. Aber in Wirklichkeit ist es überhaupt nicht so. Wenn du an das Ende des Bodhisattva-Pfades kommst, wenn du tatsächlich am Ende des spirituellen Pfades ankommst, findest du keine Tür und kein Tor – es gibt dort keine himmlische Villa, die auf dich wartet. Was findest du also? Wenn du das Ende des Pfades erreichst, findest du überhaupt nichts. Es gibt dort gar nichts. Du befindest dich am Rande eines Abgrundes (das ist eine weitere Metapher, deshalb sollte das wieder nicht zu wörtlich genommen werden). Meile für Meile bist du den Pfad gegangen – du hast alle Meilensteine gezählt. Du erwartest, an der Tür eines großen Hauses angenehm anzukommen. Aber stattdessen stellst du fest, dass der Pfad genau am Rande des Abgrundes endet. Und wenn du hinunterschaust, siehst du, dass der Abgrund nicht nur wenige Fuß tief reicht und auch nicht nur wenige Meilen – er fällt in die Unendlichkeit hinab. Was also sollst du tun?

In der Zen-Tradition wird das Führen eines spirituellen Lebens damit verglichen, einen Fahnenmast empor zu klettern. Dieser besondere Fahnenmast ist ziemlich schlüpfrig, wenn nicht sogar absichtlich eingefettet – durch Schicksal oder äußere Umstände. Er ist auch wirklich sehr hoch. Schließlich kämpfst du dich mit großer Anstrengung bis zu seinem Ende. Dann jedoch kannst du – offensichtlich – nicht mehr weiter hinauf. Es ist auch unmöglich für dich, wieder hinunter zu gelangen. Warum ist das so? Es ist so, weil der Zen-Meister unten mit einem großen Stock steht! Am schlimmsten von allem ist, dass es am Ende des Fahnenmastes keine gemütliche, kleine Plattform gibt, auf der du dich wie St. Simeon Stylites niederlassen könntest – es gibt nur leeren Raum. Schließlich fürchtest du dich natürlich auch abzuspringen. Du kannst nicht hinauf, du kannst nicht hinunter, du kannst nicht dort bleiben und du kannst nicht abspringen. Was also sollst du tun? Nun, das ist unmöglich zu sagen. Es ist keine



Aussage möglich. Ich fürchte deshalb, dass ich euch am oberen Ende des Flaggenmastes lassen muss!

Hier befassen wir uns mit dieser misslichen Lage nicht direkt, sondern nur insofern sie den Punkt erläutert, dass Pfad und Ziel ineinander übergehen. Im Gegensatz zu dem, was wir gewöhnlich denken, im Gegensatz zu unserer metaphorischen Art der Beschreibung wird Erleuchtung nicht dadurch erreicht, dass wir einem Pfad folgen – am Ende des Pfades blickt uns nicht die Erleuchtung ins Angesicht. Das bedeutet aber gleichzeitig nicht, dass dem Pfad nicht gefolgt werden soll. Paradoxerweise folgt man dem Pfad, obwohl man weiß, dass er nirgendwohin führt. Jedoch werden wir uns auch damit nicht befassen. Der Punkt, den ich versuche klar zu machen, ist, dass der Pfad und das Ziel verschiedenen Dimensionen angehören, der Dimension der Zeit und der Dimension der Ewigkeit, und deshalb wirst du nicht durch eine unbestimmte Verlängerung der Zeit ans Ziel gelangen (das wäre genauso, als wenn du versuchen würdest, durch die Verlängerung einer eindimensionalen Linie eine zweidimensionale Figur zu erhalten: so weit du auch in dieser Dimension gehen magst, indem du die Linie verlängerst, du wirst nie eine zweidimensionale Figur erhalten). Ewigkeit, das Ziel, auf der einen Seite, der Pfad auf der anderen – sie sind diskontinuierlich und stehen für sich allein.

Der Bodhisattva nun, über den wir in den letzten Wochen gesprochen haben, repräsentiert die Dimension der Zeit. Das ist so, weil dem Bodhisattva-Pfad – offensichtlich – innerhalb von Zeit gefolgt wird; er hat eine Vergangenheit, eine Gegenwart und eine Zukunft; er liegt nicht jenseits von Zeit. Der Buddha aber repräsentiert die Dimension der Ewigkeit. Der Buddha repräsentiert das Ziel, und das Ziel wird außerhalb von Zeit erreicht. Man gelangt ans Ende des Pfades innerhalb von Zeit, aber man erreicht das Ziel nicht diesseits von Zeit: man kann sagen, dass man das Ziel außerhalb von Zeit erreicht oder dass das Ziel ewiglich erreicht wird.

Gewöhnlich denken wir an den Buddha als eine historische Figur – und das ist bis zu einem gewissen Punkt ganz gerechtfertigt. Wir denken an sein Erlangen der Erleuchtung als ein historisches Ereignis. Wir sagen z. B., dass es vor 2500 Jahren stattfand – wir können das Jahr benennen oder sogar den Tag. Deshalb betrachten wir das Erlangen der Erleuchtung durch den Buddha als etwas, das in der Zeit geschieht, innerhalb der Dimension von Zeit. Nun, solange wir uns klar machen, dass wir populärwissenschaftlich, in einer weit verbreiteten üblichen Art sprechen, dann ist das insgesamt nicht falsch. Aber nur zu oft halten wir weiterhin Buddhaschaft selbst für etwas, das in der Zeit existiert. Und das ist ganz falsch. Obwohl der Buddha, die historische Person, innerhalb von Zeit existieren mag, existiert Buddhaschaft selbst außerhalb von Zeit: sie existiert in der Dimension von Ewigkeit. Tatsächlich können wir den Buddha für jemanden halten, der gleichzeitig auf zwei verschiedenen Ebenen besteht: auf der Ebene der Zeit als eine menschliche, historische Figur, und auf der Ebene von Ewigkeit als (höchste) Realität. Wir können ihn auch für jemanden halten, der auf einer weiteren Ebene existiert, in einem dazwischen liegenden, archetypischen Bereich. Das bringt uns, wie einige von euch vielleicht bemerkt haben, zu dem Thema, das im Buddhismus als trikāya-Doktrin bekannt ist, die Lehre, die einige Gelehrte gern die 'drei Körper des Buddhas' nennen.

Diese Lehre ist oft missverstanden worden und wird es immer noch oft. Trikāya bedeutet wörtlich 'drei Körper' oder 'drei Persönlichkeiten' oder 'drei Individualitäten', aber die wörtliche Bedeutung sollte nicht zu ernst genommen werden. Es ist keine Doktrin über drei

Körper, noch viel weniger über drei Buddhas, sondern vielmehr über einen Buddha oder über eine Buddhanatur, die auf drei verschiedenen Ebenen funktioniert.

Der erste dieser sogenannten ‚drei Körper‘ ist der *Nirmāṇakāya*. Dieser Begriff bedeutet wörtlich ‚geschaffener Körper‘ oder ‚Körper der Umwandlung‘. Er repräsentiert den Buddha als jemanden, der auf einer menschlichen, historischen Ebene funktioniert, Geburt, Alter und Tod unterworfen. Der *Nirmāṇakāya* korrespondiert deshalb offensichtlich mit dem Buddha Gautama, Śākyamuni, den wir als eine historische Figur kennen.

Dann gibt es zweitens den *Sam̐bhogakāya*, was wörtlich ‚Körper der gegenseitigen Freude‘ bedeutet. Es wird manchmal poetischer (weniger genau, aber zutreffender) wiedergegeben mit dem ‚ruhmreichen Körper‘ des Buddhas oder des Buddhas ‚Körper des Ruhmes‘. Das ist die archetypische Buddha-Form. Das ist die Form, in der der Buddha von fortgeschrittenen Bodhisattvas wahrgenommen wird, die in einer viel höheren Stufe des Bewusstseins, in einem viel höheren meditativen Zustand verweilen, als dem, in dem wir gewöhnlich funktionieren und operieren. Diese archetypische Form ist die Form des Buddhas, von der gesagt wird, dass die Bodhisattvas sich bei seinem Anblick erfreuen.

Der *Sam̐bhogakāya* hat eine Anzahl verschiedener Aspekte. Die Hauptaspekte sind fünf an der Zahl und bekannt als die ‚Fünf Jinas‘, die ‚Fünf Sieger‘ oder einfacher die ‚Fünf Buddhas‘. Sie erscheinen häufig in der buddhistischen Kunst: manchmal einzeln, manchmal zusammen. Es ist wichtig sich zu erinnern, dass sie nicht den historischen Buddha darstellen, sondern verschiedene Aspekte oder Facetten dieses ruhmreichen Buddha, dieses archetypischen Buddhas, der auf dieser höheren archetypischen Stufe existiert – zwischen der Ebene in der wir gewöhnlich erfahren und der Ebene der Absoluten Realität. Ich werde gleich zu jedem dieser ‚Fünf Buddha‘ der Reihe nach ein paar Worte sagen.

Da gibt es erstens *Vairocana*. Der Name *Vairocana* bedeutet ‚Der Erleuchter‘. Manchmal wird er ‚der große Sonnen-Buddha‘ genannt, denn so wie die Sonne den physikalischen Kosmos erleuchtet, so erleuchtet *Vairocana* (sozusagen) den spirituellen Kosmos. In der buddhistischen Kunst wird er als ein Wesen von blendend weißer Farbe dargestellt. Seine Hände formen die Geste des Lehrens (technisch gesagt das *dharmacracravartana mudra*, das bedeutet, die Geste, die das Rad der Lehre dreht). In seiner Hand hält er ein Rad mit acht Speichen – offensichtlich eine Art Sonnensymbol. Wenn *Vairocana* in einem Mandala dargestellt wird, einem Kreis von archetypischen Formen, dann nimmt er gewöhnlich die Position in der Mitte ein.



An zweiter Stelle kommt Akṣobhya. Sein Name bedeutet der Unerschütterliche – einer der durch nichts bewegt werden kann. Er wird dargestellt als ein Wesen von sattem dunklen Blau, dem Blau eines Mitternachtshimmels in einer klaren Nacht in den Tropen. Seine rechte Hand nimmt die Erdberührungsgeste ein (das *bhūmisparśa mudrā*), oder die Geste, die die Erde als Zeugin anruft. Sein Wahrzeichen ist der Vajrā, der Donnerkeil. Er ist ein Symbol von unzerstörbarer und Kraft. Er repräsentiert Weisheit, die Weisheit, die alles zerschmettert, was sich ihr entgegenstellt, die jeden Irrtum und jede Illusion zerstört. Akṣobhya wird dem Osten zugeordnet.



Drittens ist da Amitābha, was ‚das unendliche Licht‘ bedeutet. Amitābha ist von roter Farbe, gewöhnlich ein tiefes, sattes Rot, der Farbe der untergehenden Sonne sehr ähnlich, wenn man sie, kurz bevor sie tatsächlich untergeht, sie durch einen leichten Nebel sieht. Amitābhas Mudrā ist die Meditationsgeste, in der eine Hand einfach auf der anderen ruht. Sein Wahrzeichen ist der Lotus, der ein Symbol der spirituellen Wiedergeburt ist. Er wird dem Westen zugeordnet.



Viertens gibt es noch Ratnasambhava, der ‚als Juwel geborene‘ oder ‚der Juwelhersteller‘. Er ist von goldgelber Farbe. Seine rechte Hand führt die Geste des Gebens aus (das *varada mudrā* ist die Geste des höchsten Gebens, das vor allem aus dem Geschenk des Dharma selbst besteht). Sein Wahrzeichen ist der Juwel. Er wird dem Süden zugeordnet.



Schließlich gibt es fünftens Amoghasiddhi, was ‚ungehinderter Erfolg‘ oder ‚unfehlbarer Erfolg‘ bedeutet. Amoghasiddhi ist dunkelgrün. Seine rechte Hand führt die Geste der Furchtlosigkeit aus: er sagt sozusagen ‚Fürchte dich nicht, sei frei von Furcht!‘



Diese fünf Buddhas sind unterschiedliche Aspekte des sambhogakāya, der archetypischen Buddhaform. Es sind die fünf Hauptaspekte, aber nicht die einzigen. Es gibt Hunderte von weiteren Aspekten, viel zu viele, um sie alle zu erwähnen. Alle sind archetypischer Natur: sie existieren alle auf dieser archetypischen Ebene zwischen gewöhnlichem, erdgebundenem menschlichem Bewusstsein und der Stufe der Absoluten Realität.

Alle von ihnen existieren außerhalb von Zeit, wie wir sie gewöhnlich erfahren, sind aber nicht völlig außerhalb von Zeit: sie belegen (sozusagen) einen Zeitraum, der sich von unserem normalen Wachbewusstsein unterscheidet. Wir selbst sind alles in allem nicht außerhalb des Kontaktes mit dieser archetypischen Welt des sambhogakāya. Manchmal berühren wir ihren Rand in sehr tiefer Meditation, in einigen archetypischen Träumen und vielleicht in der ästhetischen Erfahrung einer eher wahrhaft visionären Natur.

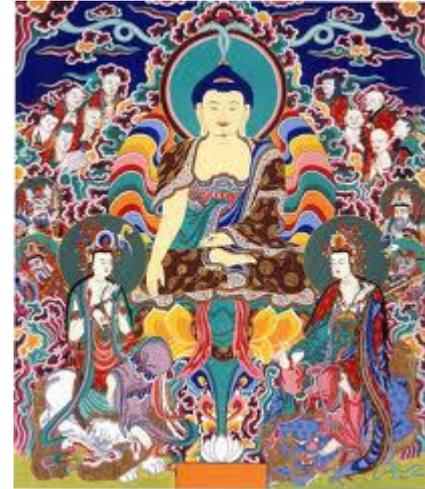
Wir kommen (jetzt) drittens und letztens zum dharmakāya. Er wird gewöhnlich mit ‚Wahrheitskörper‘ übersetzt, obwohl das tatsächlich keine sehr befriedigende Übersetzung ist. Eine genauere Wiedergabe wäre ‚der Aspekt der Absoluten Realität‘. Der dharmakāya steht für Buddhaschaft in ihrer reinen Form, oder für den Buddha, wie er selbst ist. Der dharmakāya stellt deshalb das Reale dar, die Wahrheit, das Unverfälschte (Echte), das Höchste, den Buddha. Deshalb hören wir den Buddha im Diamant-Sutra den folgenden Versprechen, der in der buddhistischen Welt sehr berühmt ist und oft zitiert wird:

*Die, die meine Form sahen, (die menschliche historische Form),  
Und die, die meiner Stimme folgten,  
Vergeblich waren deren Anstrengungen,  
Mich werden solche Menschen nicht sehen.  
Durch den Dharma sollten wir die Buddhas sehen,  
Durch die Dharmakörper werden wir von ihnen geführt,  
Dennoch kann die wahre Natur des Dharma nicht klar erkannt werden,  
Und keiner kann sich ihm als Objekt bewusst sein.*

Der Buddha sagt hier also, dass der Buddha nicht wirklich sein physischer Körper ist und auch nicht seine archetypische Form, sondern der dharmakāya, die sozusagen höchste Realität.

Die Botschaft eines anderen großen Mahāyāna-Textes, des Saddharma-Puṇḍarīka oder ‚Weißen Lotus des Wahren Dharmas‘ lautet ähnlich, ist tatsächlich auf eine bestimmte Weise sogar klarer. Es lohnt sich hervorzuheben, dass dieses Sutra sich der nicht begrifflichen Art der Kommunikation bedient. Es gibt zwei Arten der Konversation: die begriffliche und die nichtbegriffliche Kommunikation. Die erstgenannte ist die Sprache der abstrakten Ideen, der Begriffe; die letztere ist die der Parabeln und Mythen. Das Saddharma-Puṇḍarīka benutzt überwiegend die Sprache der Parabeln und Mythen.

Ich habe eine spezielle Episode in Erinnerung, bei der der Text erzählt, wie plötzlich Millionen von Bodhisattvas aus der Erde emporsteigen. Ihr könnt euch vorstellen, wie verblüfft alle waren! Da waren sie irgendwo in Nordindien, saßen auf einem Berggipfel um den Buddha herum – Mönche, Nonnen, männliche und weibliche Laienanhänger usw. – als plötzlich aus den Erdspalten Millionen von Bodhisattvas auftauchten, – das war sogar zu Lebzeiten des Buddha ein ganz außergewöhnliches Ereignis.



Als der Buddha diese Bodhisattvas sah, sagte er, indem er sich zu den anderen gewöhnlichen menschlichen Schülern wandte: „O ja, dies sind alles meine Schüler. Ich habe sie alle belehrt und unterrichtet. Die gewöhnlichen menschlichen Schüler drückten ihr Erstaunen darüber aus und sagten: Aber du wurdest doch erst vor 40 Jahren erleuchtet. Wir geben zu, dass du sehr hart gearbeitet hast. Du hast keine Zeit verschwendet, und du hast alle Arten von Wesen belehrt. Aber diese Millionen von Bodhisattvas? Das ist ein bisschen viel verlangt, uns das zu glauben. Wie kann es möglich sein, dass du so viele von ihnen belehrt hast? Und was dazu kommt, einige von ihnen sind nicht nur gewöhnliche Novizen-Bodhisattvas, sondern sind dem Bodhisattva-Pfad schon seit Hunderten von Leben gefolgt, seit *kalpas*, wie ist es also möglich, dass sie deine Schüler sind?“ Sie sagten: „Das ist geradewegs so, als wenn ein junger Mann von 25 Jahren auf eine Versammlung von Hundertjährigen zeigen würde und sagen würde ‚Dies sind alle meine Söhne.‘ Das ist einfach unmöglich.“

Das Sutra sagt, dass der Buddha an dieser Stelle seine große Enthüllung macht, die, auf dem das ganze Sutra aufgebaut ist, eine Enthüllung, die der Schlüssel des ganzen Sutras ist. Der Buddha sagt: „Denkt nicht, dass ich vor 40 Jahren erleuchtet wurde. Das ist nur eure Art, das zu betrachten. Ich bin ewiglich erleuchtet.“ Als der Buddha diese Behauptung aufstellt, spricht da offensichtlich weder der *Nirmāṇakāya* noch der *Sambhogakāya*: es ist der *Dharmakāya*, der spricht. In anderen Worten, es ist der wahre Buddha, der ewige Buddha, der spricht. Es ist die Buddhaschaft selbst und nicht irgendein besonderes Individuum, sei es auch noch so groß.

Wenn das Saddharma-Puṇḍarīka also in Begriffen wie dem ewigen Buddha spricht, sollte man das Wort ewig nicht als zeitlich unendlich verlängert verstehen, sondern im Sinne von etwas, das ganz außerhalb der Zeit liegt. Das bedeutet deshalb für das Saddharma-Puṇḍarīka und ebenso für das Diamant-Sutra, dass der Buddha die Dimension der Ewigkeit symbolisiert - oder die Wirklichkeit symbolisiert als etwas, das außerhalb von Zeit existiert. Das ist auch der Grund, warum wir im Titel dieses Vortrags von ‚Buddha und Bodhisattva: Ewigkeit und

Zeit'sprechen. Der Buddha repräsentiert hier die Dimension der Ewigkeit, die Dimension, die über Zeit hinausgeht, die Dimension jenseits oder außerhalb von Zeit.

Ähnlich stellt deshalb der Bodhisattva die Dimension der Zeit dar oder repräsentiert die Realität – sogar die Buddhaschaft – als etwas, das sich in der Zeit manifestiert (das ist wieder metaphorisch ausgedrückt). Es ist nicht schwierig zu verstehen, wie der Bodhisattva die Dimension der Zeit repräsentieren soll, weil, wie wir gesehen haben, der Bodhisattva einem Pfad folgt, sich in bestimmten Aktivitäten engagiert und eine bestimmte Folge von Gedanken, Worten und Taten hervorbringt. Diese Folge ist fortschreitend (der Bodhisattva manifestiert das relative Bodhicitta in einem immer weiter zunehmenden Maße), und der ganze Prozess findet innerhalb von Zeit statt. Dieser Prozess ist der Prozess der Höheren Evolution – zumindest in seinen oberen Bereichen.

Wir können auch einen noch weiteren Blickwinkel einnehmen. Wir können den Bodhisattva als jemanden ansehen, der den ganzen Evolutionsprozess symbolisiert, den ganzen Prozess des Lebens, der zu höheren und immer höheren Formen führt, die Höhere Evolution (die Evolution des Menschen vom unerleuchteten zum erleuchteten Zustand) und die Niedere Evolution (die Evolution vom Anbeginn des Lebens bis zum Menschen im unerleuchteten Zustand). Wir können die Niedere und Höhere Evolution als ein Sein betrachten, ein Sein auf dem Weg, einen fortwährenden Prozess; oder wir können zumindest den Prozess der Höheren Evolution als einen Prozess betrachten, der infolge der Niederen Evolution entsteht.

Diese Sicht wird auch durch die *Jātaka*-Geschichten unterstützt. *Jātakas* sind ein spezieller Zweig der buddhistischen kanonischen Literatur. (Es gibt gut über 550 nicht kanonische *Jātakas*, während es nur ungefähr dreißig kanonische gibt). Traditionell sind die *Jātakas* Geschichten von einigen der früheren Leben des Buddha Gautama (der Buddhismus lehrt traditionell die Lehre der Wiedergeburt, und das bezieht sich natürlich auch auf den Buddha selbst). Sie zeigen wie der Bodhisattva oder der zukünftige Buddha von einem Leben zum nächsten in Richtung Erleuchtung fortschreitet.

Gelehrte haben auch einen Blick auf diese *Jātakas* geworfen. Ihr wisst, wie Gelehrte sind, sie forschen, denken nach, stellen schwierige Fragen – und haben entdeckt, dass eine ganze Anzahl von ihnen indische Volksmärchen sind, die in *Jātakas* umgewandelt wurden, indem man den Buddha mit dem Held der Geschichte gleichsetzte. (Das gilt besonders für die nicht kanonischen *Jātakas*. Es gilt nicht ganz in der gleichen Weise für die kanonischen *Jātakas*). Es ist ungefähr so, als ob wir im Westen die Fabeln Äsops genommen hätten, 500 Jahre später Christus mit der Hauptperson in jeder Fabel gleichgesetzt hätten und die Fabel so betrachten würden, als ob sie die Geschichte eines der früheren Leben von Christus erzählte. Das ist es, was die frühen Buddhisten offensichtlich mit einer großen Menge indische Folklore taten: sie verwandelten die Volksmärchen in *Jātakas*, indem sie einfach den Buddha mit dem Held der Geschichte gleichsetzten.

Einige der Volksmärchen sind tatsächlich Tierfabeln, und in diesen wird der Buddha so betrachtet, als ob er ein besonderes Tier gewesen wäre, das den Held der Geschichte darstellt. Einige Gelehrte fragen natürlich, ob Buddhisten das alles ganz wörtlich nehmen, und ob wir wirklich denken sollen, dass der spezielle Held, der ein Hase, ein Hirsch oder ein Löwe gewesen sein mag, wirklich den Buddha darstellt, wie er in seinem eigenen früheren Leben war. In einigen Teilen des buddhistischen Ostens nehmen Buddhisten die *Jātakas* wortwörtlich, glauben ganz ernsthaft, dass sie wirklich und wahrhaft die früheren Leben des

Buddha darstellen. Einfache Leute verstehen die Dinge überall auf diese Art, aber wir müssen nicht ebenso einfältig sein. Wenn wir vielleicht einen etwas intelligenteren Standpunkt einnehmen, können wir sagen, dass die *Jātakas* ganz klar einen evolutionären Prozess beschreiben. Jede der *Jātakas* erzählt eine Geschichte, in die eine Vielzahl von Charakteren verwickelt ist, von denen einer der Held ist. In andere Worten gibt es da jemanden, einen Menschen oder ein Tier, der oder das außerhalb der übrigen steht, der oder das über den anderen steht und fortgeschrittener ist als der Rest, und deshalb im Vergleich mit den anderen für jemand gehalten werden kann, der eine fortgeschrittenere Stufe der Evolution darstellt. Es ist bedeutsam, dass die Figur des Helden mit dem Buddha identifiziert wird. Das bedeutet, dass diese Figur auf dieser besonderen Stufe denselben, in diesem Zusammenhang niederen, evolutionären Trieb darstellt, der letztlich zur ‚Erschaffung‘ eines (Nirmāṇakāya)-Buddhas in der Zukunft führte. So wie das Endresultat durch den Buddha symbolisiert wird, so wird dieser evolutionäre Drang selbst durch den Bodhisattva symbolisiert, und deshalb ist der Held der Geschichte in den *Jātakas* ein Bodhisattva, also ein zukünftiger Buddha.

Um zu unserem Hauptthema zurückzukehren, so gibt es also zwei Prinzipien: ein Prinzip der Buddhaschaft in der Dimension von Ewigkeit und ein Prinzip der Bodhisattvaschaft in der Dimension von Zeit. Im Prinzip von Buddhaschaft ist Ewigkeit transzendent; im Prinzip von Bodhisattvaschaft ist das Prinzip von Wachstum, Evolution und Entwicklung immanent. Das Prinzip von Buddhaschaft stellt für ewige Zeiten vollständige, ewiglich erreichte Vollendung dar; das Prinzip von Bodhisattvaschaft stellt Vollkommenheit dar, die im Prozess der Ausführung (Errungenschaft, Vollendung) in der weltlichen Ordnung durch den evolutionären Prozess andauert. Die beiden Grundsätze sind nicht zusammenhängend, sie stehen einzeln für sich.

Ist das nun das letzte Wort, das wir zum Thema sagen können, dass es auf der einen Seite den Buddha und die Ewigkeit gibt und auf der anderen Seite den Bodhisattva und die Zeit, und dass die beiden für sich allein stehen? Nach dem Mahāyāna und vor allem dem Tantra ist es das sicherlich nicht. Doch geht es nicht darum, das eine im anderen aufgehen zu lassen. Die Lösung ist nicht ganz so einfach. Die Lösung besteht nicht darin zu sagen, „Zeit ist Illusion, verwandele sie in Ewigkeit“ oder „Ewigkeit ist Illusion, wandle sie in Zeit um.“ Nein, es gibt sie beide unvermindert – Buddhaschaft und Bodhisattvaschaft, Ewigkeit und Zeit – und es kann nicht eins mit dem anderen verschmolzen werden.

Die Lösung besteht deshalb dem Mahāyāna und ebenso dem Tantra entsprechend darin sie beide gleichzeitig zu realisieren: Buddha und Bodhisattva gleichzeitig, Ewigkeit und Zeit gleichzeitig. Es bedeutet, alles als ewiglich erreicht anzusehen und alles gleichzeitig im Prozess der Ausführung - und zu erkennen, dass die beiden sich nicht widersprechen. Man könnte sagen, dass man erkennen muss, dass sich alles bewegt und doch nichts bewegt. Manchmal, wenn wir vielleicht spazieren gehen oder sogar rennen, können wir das Gefühl haben, dass wir uns bewegen, aber sich nichts bewegt. Es gibt beides, und es ist (in einem gewissen Sinn) widersprüchlich – Bewegung und keine Bewegung – aber man kann keines von beiden verleugnen.

Auf dieselbe Art kann man sagen, dass der Buddha ewiglich unter dem Bodhibaum sitzt (der Buddha hat immer unter dem Bodhibaum gesessen und wird immer unter dem Bodhibaum sitzen), und dass zur gleichen Zeit der Bodhisattva ewiglich, Leben für Leben bis zur Unendlichkeit, die Vollkommenheiten praktiziert und dass diese beiden, Buddha und Bodhisattva, verschiedene Aspekte von einer, sogar derselben, Realität darstellen. In dem

man dies realisiert – Buddha zusammen mit Bodhisattva, Ewigkeit zusammen mit Zeit, Nicht-Bewegung zusammen mit Bewegung – wird das Entstehen von absolutem Bodhicitta bewirkt, obwohl es gleichzeitig kein 'Entstehen' gibt.

Die Essenz dieses absoluten Bodhicittas wird, soweit es überhaupt ausgedrückt werden kann, sehr schön in bestimmten tibetischen Versen zum Ausdruck gebracht. Diese Verse wurden niemals veröffentlicht; sie sind 1959 in Kalimpong privat übersetzt worden. In einer Sādhana, die als ‚Zerstörer der Hölle‘ (engl.: The Confounder of Hell) bekannt ist, sollen wir sie rezitieren und über sie meditieren. Der Zerstörer der Hölle ist einer der Titel von Vajrasattva, und diese Sādhana ist Teil einer Form des Vajrasattva-Yoga. Diese Verse stellen in einer einzigen Vision die zwei verschiedenen Aspekte der Realität nebeneinander: Realität, wie sie außerhalb von Zeit in der Ewigkeit existiert, und Realität, wie sie sich innerhalb der Zeit fortschreitend offenbart.

Jeder der Verse beginnt mit einem mantra-ähnlichen Ausruf, E MA O (was manchmal recht schnell als ein einziges Wort ausgesprochen wird). In der tibetischen Tradition gehört dieser Ausruf an den Anfang bestimmter Rezitationen und soll extreme Verwunderung ausdrücken. Plato sagte, dass Philosophie mit einem Gefühl des Staunens anfängt. Ebenso könnte man sagen, dass das spirituelle Leben mit einem Gefühl der Verwunderung anfängt. Wenn dir irgendetwas Göttliches oder Transzendentes begegnet, besteht deine Reaktion aus Wundern und Staunen. Du bist davon beeindruckt, fast überwältigt. Deshalb beginnt jeder Vers mit diesem Ausruf der Verwunderung und des Erstaunens in Angesicht des Absoluten Bodhicittas, das uns gerade zu dämmern beginnt.

E MA O

Du wundersam fremder Dharma.  
Tiefstes Geheimnis der Vollendeten.  
Im Geburtlosen werden alle Dinge geboren,  
Dennoch gibt es in dem was geboren ist, keine Geburt.

E MA O

Du wundersam fremder Dharma.  
Tiefstes Geheimnis der Vollendeten.  
Im Endlosen hören alle Dinge auf zu sein,  
Dennoch hört in diesem Aufhören nichts auf.

E MA O

Du wundersam fremder Dharma.  
Tiefstes Geheimnis der Vollendeten.  
Im Nicht-Verweilen verweilt alles,  
Auf diese Art verweilend, verweilt dennoch nichts.

E MA O

Du wundersam fremder Dharma.  
Tiefstes Geheimnis der Vollendeten.  
In der Nicht-Wahrnehmung wird alles wahrgenommen,  
Dennoch ist diese Wahrnehmung ganz wahrnehmungslos.

E MA O

Du wundersam fremder Dharma.  
Tiefstes Geheimnis der Vollendeten.  
Alle Dinge kommen und gehen in der Unbeweglichkeit,  
dennoch gibt es in dieser Bewegung nichts, was sich je bewegt.

Es ist für den Geist sehr schwer, über diesen Punkt hinaus zu gehen. Aber das bedeutet nicht, dass Absolutes Bodhicitta für uns zu weit weg ist, um es zu praktizieren - wenigstens bis zu einem gewissen Ausmaß. Um anzufangen, müssen wir erkennen, dass Zeit, so weit sie auch immer fortschreitet, niemals die Ewigkeit erreicht; Zeit geht nicht über Zeit hinaus. Es geht nicht darum, dass man, indem die Zeit voranschreitet, näher und näher an die Ewigkeit herankommt; näher an das Absolute und näher an Buddhaschaft, die sich in der Dimension von Ewigkeit befindet. In einer Million Jahren werden wir nicht näher an der Ewigkeit, nicht näher an der Buddhaschaft sein – kein bisschen näher als wir es jetzt sind.

Das klingt ganz schön hoffnungslos. Aber es ist nicht wirklich so hoffnungslos, wie es klingt, weil du es anders herum drehen kannst und sagen kannst, dass wir gerade in diesem Moment ebenso nahe an Erleuchtung, an der Ewigkeit sind, wie wir es immer sein werden. Wir könnten sogar sagen, dass selbst ein Bodhisattva, der sich genau an der Schwelle der Erleuchtung befindet, gerade eine Minute bevor er eintritt, nicht wirklich näher ist, als wir es in diesem Moment sind. Das ist wirklich etwas, worüber wir meditieren und nachdenken sollten. Jeder Moment ist der letzte, ob es dieser oder der nächste ist, oder ein Moment, der sich nach einer Million Jahren ereignet. Jeder Moment ist der letzte Moment und jenseits des letzten Momentes gibt es nur noch Buddhaschaft. Es gibt nur diesen Moment und nach diesem Moment gibt es nur noch Buddhaschaft. So befinden wir uns in der Tat in jedem Moment am Ende des Fahnenmastes, obwohl wir es nicht wissen (und wie schrecklich wäre unsere Reaktion, wenn wir es wüssten), und alles, was wir zu tun haben ist ... nun, was eigentlich?

Wir sind heute Abend einen ziemlich langen Weg gegangen; gleichzeitig sind wir nirgendwohin gegangen. Wir haben unsere Reise auf dem Bodhisattva-Pfad beendet; gleichzeitig haben wir erkannt, dass das Ziel der Reise ewiglich erreicht wird und sich ewiglich im Prozess befindet, erreicht zu werden. Der Buddha und der Bodhisattva, Ewigkeit und Zeit, sind eins oder sind nicht zwei. Indem wir diese Einsicht erreicht haben, bringen wir unsere Erforschung der Aspekte des Bodhisattva-Ideals zum Abschluss.

## Hintergrundmaterial zum ganzen Modul:

If you have felt inspired or moved to explore any of the themes in this series further, you may find the following resources helpful. They may also be helpful for your project.

- *‘Mahayana Buddhism’ by Paul Williams (Routledge, ISBN 780415356534):*

<http://tinyurl.com/64fzmq>

This is one of the best surveys of Mahayana Buddhism. Chapters 9 and 10 particularly look at the Bodhisattva Path and some of the more important

Bodhisattva figures.

- *'Wisdom Beyond Words' by Sangharakshita (Windhorse Publications, ISBN 0904766772):*

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=495>

This particularly explores the Perfection of Wisdom teachings so central to Mahayana Buddhism.

- *'The Bodhicaryavatara' by Santideva, Trans. Crosby and Skilton (Windhorse Publications, ISBN 1899579494):*

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=503>

The source of the Sevenfold Puja, the title of this famous text is most often translated as 'A Guide to the Bodhisattva's Way of Life'. It includes very good chapters on the perfections of k.anti, virya and samadhi (and a not very easy one on prajña!).

- *'A Survey of Buddhism' by Sangharakshita (Windhorse Publications, ISBN 0904766934):*

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=331>

Chapter 2 explores the transition from the Hinayana the Mahayana whilst chapter 3 looks at some of the different schools of the Mahayana. Chapter 4 explores the Bodhisattva Ideal in some depth.

- *'A Concise History of Buddhism' by Andrew Skilton (Windhorse Publications, ISBN 0904766926):*

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=330>

Chapters 11 to 13 are very good on the historical origins of the Mahayana.

## Zusätzliches Quellenmaterial zu einzelnen Modulen

### Unit 1

- *For the complete version of the 'Sinsapa Leaves' story see 'Access to Insight':*

<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/sn/sn56/sn56.031.than.html>

- *For a detailed re-telling of the 'Kisagotami' story, see chapter 2 of 'Tales of Freedom by Vessantara' (Windhorse Publications, ISBN 189957927):*

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=343>

## Unit 2

- *A translation of Vasubandhu's 'Bodhicittopada-sutra-sastra' by Kate Crosby and Andrew Skilton can be found in volume 4 of the 'Western Buddhist Review':*

[http://www.westernbuddhistreview.com/vol4/giving\\_rise\\_to\\_the\\_bodhicitta.html](http://www.westernbuddhistreview.com/vol4/giving_rise_to_the_bodhicitta.html)

## Unit 7

- *'Who is the Buddha?' by Sangharakshita (Windhorse Publications, ISBN 1899579516):*

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=322>

Chapter 5 explores more fully the incident of the Buddha worshipping the Dharma.

- *'Meeting the Buddhas' by Vessantara (Windhorse Publications, ISBN 0904766535) is a very good resource for information on the Buddhas and Bodhisattvas:*

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=335>

## Unit 8

- *'Enlightenment as Experience and as non-Experience' by Sangharakshita, available in audio from Free Buddhist Audio.com or published in 'The Taste of Freedom' (Windhorse Publications, ISBN 090476690X):*

<http://www.freebuddhistaudio.com/talks/details?num=119> (audio)

<http://www.sangharakshita.org/bookshelf/taste-freedom.pdf> (e-book)

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=465>  
(book)

- *'The Bodhisattva Principle' by Sangharakshita, from 'The Priceless Jewel' (ISBN 0904766586 Windhorse Publications):*

<http://www.windhorsepublications.com/CartV2/Details.asp?ProductID=353>

This places the Bodhisattva Ideal in the wider context of what Sangharakshita has called the 'Higher Evolution'.

- *An audio version of 'The Bodhisattva Principle' is available here:*

<http://www.freebuddhistaudio.com/talks/details?num=159>

## Übersetzungen ins Deutsche:

Wilfried Käding, Britta Schüssler, Björn Haßler, Barbara Stebel, Padmaketu und andere, deren Namen auf den Unterlagen leider nicht vermerkt wurden.

Aufbereitung sowie geringfügige Korrekturen durch Dayanidhi.

Bitte keine Scheu, evtl. Fehler usw. an [dayanidhi@gmx.de](mailto:dayanidhi@gmx.de) zu melden.