

Grundlagen des Buddhismus - 2 Der Buddha Teil 2

Rückblick

Letzte Woche haben wir begonnen, uns mit der Frage zu beschäftigen, was denn einen Buddha ausmacht. Wir haben gelernt, dass der Begriff *Buddha* ein Titel ist, den man einem Lebewesen zukommen lässt, welches zwei bestimmte Funktionen erfüllt:

- **Das Wiederentdecken** des Weges der zur endgültigen Befreiung führt
- **Das erneute Bekanntmachen** dieses Weges für die Welt

Diese beiden Aspekte sind also das, was die Funktion eines Buddhas ausmachen.

Diese Woche werden wir uns nun mit der Frage beschäftigen, welche Qualitäten und Eigenschaften ein Buddha in sich vereinigt und zur vollkommenen Reife gebracht hat. Ebenfalls werfen wir einen Blick auf das Entwachsen und die Lebensgeschichte des historischen Buddha Shakyamuni.

Die Qualitäten eines Buddhas

Um die besondere Natur eines Buddha erläutern zu können, müssen wir neben der Funktion eines Buddha uns auch die notwendigen Qualitäten eines Buddhas anschauen. Diese Qualitäten können aus zwei Blickwinkeln her behandelt werden:

- **Auflösung von Negativität** - das Auflösen aller unheilsamen Geistesfaktoren und Negativitäten des Geistes.
- **Kultivierung tugendhafter Eigenschaften:** Die Entwicklung und Entfaltung aller nur möglichen heilsamen Geistesfaktoren und Qualitäten.

1. Auflösung von Negativität

Die Auflösung aller unheilsamen Geistesfaktoren und Negativitäten bedeutet, dass ein Buddha alle Verunreinigungen des Geistes aufgelöst hat. **Verunreinigungen des Geistes** werden auf Pali **Kilesa** genannt - wortwörtlich übersetzt bedeutet „das, was plagt / quält / Leiden verursacht“.

Die geistigen Verunreinigungen sind bestimmte geistige Eigenschaften, Faktoren des Geistes, die von Natur aus Kummer, Unfreiheit / Gebundenheit / Abhängigkeiten und Leiden schaffen. Die **drei fundamentalen Verunreinigungen** des Geistes sind Gier, Hass und Verblendung / Unwissenheit. Von diesen drei Grundverunreinigungen ausgehend, lassen sich dann viele **untergeordnete Verunreinigungen** des Geistes klassifizieren: **Zum Beispiel:** Arroganz, Eifersucht, Selbstsüchtigkeit, falsche Sichtweisen, Groll, Zorn, Feindseligkeit, Faulheit, Übermut, Sturheit, Eitelkeit und so weiter und so fort.

Ein Buddha hat *alle* Verunreinigungen des Geistes aufgelöst - vollständig & unumkehrbar.

Vollständige Auflösung bedeutet, dass tatsächlich nicht einmal mehr die kleinsten Rückstände oder die subtilsten, tiefsten Schichten von Negativität im Geist zu finden sind. Die Negativität des Geistes wurde zu 100% aufgelöst.

Unumkehrbare Auflösung bedeutet, dass die Verunreinigungen auf eine Weise aufgelöst wurden, durch die ein Wieder-Entstehen der Verunreinigungen unmöglich geworden ist. In den überlieferten Texten wird diese Art der Auflösung als vollständige Entwurzelung der Verunreinigungen sinnbildlich beschrieben: Den Verunreinigungen wurde ihre gesamte Grundlage entzogen, wie wenn man einen Palmenbaum mitsamt seinem Stamm und Wurzeln aus dem Boden herauszieht. Die Verunreinigungen des Geistes wurden derart aufgelöst, dass ein Wieder-Aufkeimen in der Zukunft unmöglich ist.

2. Tugendhafte Eigenschaften

Der zweite Blickwinkel, der sich mit der Kultivierung tugendhafter Qualitäten eines Buddhas beschäftigt, lässt sich in drei Hauptqualitäten unterteilen, die charakteristisch für einen Buddha sind:

- **Vollkommene Reinheit**
- **Große Weisheit**
- **Großes Mitgefühl**

Die Reinheit eines Buddhas entstammt bzw. basiert auf der gerade erklärten Auflösung aller Verunreinigungen des Geistes. Weil alle Verunreinigungen aufgelöst wurden, sind die Handlungen eines Buddhas, die er mit **Körper, Sprache und Geist** ausübt, vollkommen rein. Ein Buddha kann von Natur aus keine unreinen körperlichen Handlungen ausüben - zum Beispiel anderen Wesen Leid zufügen, stehlen, sexuelles Fehlverhalten. Ein Buddha kann auch keine unreinen sprachlichen Handlungen ausüben - zum Beispiel Lügen, böswillige Sprache, verletzende Rede, unnütze Rede usw. Ein Buddha kann auch keine unreinen Gedanken mehr formulieren, die durch Habsucht, Hass oder Unwissenheit / Unklarheit des Geistes motiviert sind. Das ist, was mit der vollkommenen Reinheit eines Buddhas gemeint ist - Reinheit in Körper, Sprache und Geist.

Die große Weisheit eines Buddhas ist dessen zweite charakteristische Eigenschaft im Bezug auf Tugend. Die Qualität der vollkommenen Weisheit wird durch den Begriff der Erleuchtung / Erwachen bezeichnet. Die Weisheit eines Buddhas hat **große Tiefe** - das heißt er versteht die Dinge in ihrer tiefsten Natur, in ihrem tiefgründigsten Wesen. Die Weisheit eines Buddhas hat **große Präzision** - das bedeutet, er versteht die Dinge exakt, wahrhaftig, so wie sie sind. Die Weisheit eines Buddhas hat **große Weite** - das bedeutet, die Weisheit und das Wissen eines Buddhas erstrecken sich ungehindert in alle Bereiche und Richtungen; worauf immer seine Aufmerksamkeit gelenkt wird und was auch immer ein Buddha verstehen möchte, er versteht und erkennt es, tief, vollständig und präzise.

Auf Pali wird der Buddha daher unter anderem als lokavidū bezeichnet - als Kenner der Welten, des Universums und der Wiedergeburtbereiche. Diese Bezeichnung erhielt er, da sein Wissen und seine Kenntnis nicht nur auf diese, für uns sichtbare Welt beschränkt ist, sondern auch alle darüber hinaus bestehenden Weltensysteme mit einbezieht - immer mit all den dazugehörigen Wiedergeburtbereichen.

Die Weisheit und das Wissen eines Buddhas ist stets von **praktischer Natur**: Er versteht den Geist und das Herz aller lebenden Wesen - und damit auch deren individuellen Grad an **spiritueller Reife**. Er sieht also die individuelle **Kapazität des Verständnisses** eines jeden Wesens. Damit kann ein Buddha genau sehen, auf welche Art und Weise ein bestimmtes Individuum den Weg zur Befreiung dargelegt bekommen muss, damit sich in ihnen das geistige Erwachen der Befreiung entfalten kann.

Das große Mitgefühl eines Buddhas ist dessen dritte wichtige Charakteristik: Das große, vollkommene Mitgefühl - auf Pali **mahākaruṇā**. Die große Weisheit eines Buddhas ist immer durch großes Mitgefühl geleitet. Ein Buddha ist stets von großer Empathie und tiefem Mitfühlen durchdrungen - Mitgefühl für all die Lebewesen, die noch immer in den Kreisläufen von Leid und Wiedergeburt gefangen sind und keinen Ausweg aus ihrem Leid oder ihrer Unzufriedenheit erkennen.

Mitgefühl ist der **Antrieb für das ununterbrochene Wirken und Lehren** eines Buddhas zum Wohle aller Lebewesen - indem er den Weg zur Befreiung, den Dharma, auf zahlreiche Weisen erläutert und aufzeigt, sodass seine Zuhörer durch das Folgen dieses Weges Befreiung erlangen können.

Zusammenfassung der Antworten auf die Ausgangsfrage „Was ist ein Buddha?“:

- Die Funktion eines Buddhas:

- den Dharma gänzlich aus eigener Kraft heraus wieder zu entdecken, ohne die Hilfe eines Wegweisers oder Lehrers.
- den Dharma / Weg der Befreiung wieder bekannt zu machen und zu lehren.

- Die Qualität eines Buddhas:

- die vollständige Auflösung aller Verunreinigungen des Geistes.
- die vollständige Vervollkommnung von Reinheit, Weisheit und Mitgefühl.

- Zusatzinformation: Befreiung durch Anleitung

- Wer nun durch die Anweisung / Anleitung eines Buddhas Befreiung realisiert wird ein *Arahant* genannt.
- Diese Personen / Lebewesen sind die erleuchteten, verwirklichten SchülerInnen NachfolgerInnen eines Buddhas.

Unterschied zwischen Buddha und Arahant

Zu diesem Letzten Punkt können wir uns nun fragen: Was ist der Unterschied zwischen einem Buddha und einem Arahant? Der Buddha selbst hat hierauf eine Antwort gegeben, die uns in einer Lehrrede, einem Sutra, überliefert wurde:

Gemeinsamkeiten:

Ein vollkommen erleuchteter Buddha und ein Arahant sind identisch was ihre befreiende Weisheit der Erleuchtung betrifft, d.h.:

- *Beide* sind vollkommen befreit von allen Verunreinigungen des Geistes.
- *Beide* sind befreit vom Leidenskreislauf von Wiedergeburt und Tod [Saṃsāra]

Unterschiede im Bezug auf das „Wie“ der Befreiung:

Ein Buddha *entdeckt* den Weg hin zur Befreiung - *ohne* die Hilfe eines Lehrers und zeigt diesen Weg dann anderen Lebewesen auf, indem er ihn lehrt und verkündet. Ein Arahant jedoch ist ein[e] erleuchtete[r] Schüler[in] eines Buddhas: Sie bekommen den Weg durch einen Buddha aufgezeigt und verwirklichen Befreiung nur mithilfe der Anleitung eines Buddhas entlang des Weges.

Unterschiede der Weite / Tiefe bestimmter Qualitäten:

Ein Buddha hat die Qualitäten von Mitgefühl und Weisheit in einem unvergleichbaren, herausragenden Maße entfaltet. Die Weite und Tiefe von Mitgefühl und Weisheit eines Buddhas sind in Arahants so nicht vorzufinden. Nur durch diese große Kraft und Tiefe von Mitgefühl und Weisheit kann ein Buddha den Dharma in der Welt re-etablieren und auf eine Art bekannt machen, dass interessierte Lebewesen die Möglichkeit der Befreiung tatsächlich nachvollziehen und verwirklichen können - egal aus welchem Daseins-Bereich oder aus welchem weltlichen Hintergrund die Wesen kommen mögen. Im Bezug auf diese große Fähigkeit, den Dharma allen interessierten Lebewesen effektiv verdeutlichen zu können, nennt man einen Buddha auch oft einen "Weltenlehrer".

Nur *ein* Buddha - aber *viele* Befreite / Erleuchtete:

Wie bereits letzte Woche erläutert, kann es in je einer historischen Periode eines Äons / Weltzeitalters immer nur *einen* Buddha geben, der den Weg der Befreiung wiederentdeckt und verkündet. Aber in diesem einen Weltzeitalter, kann es dennoch *zahlreiche* Arahants geben, die den Weg durch die Belehrungen eines Buddhas, durch dessen SchülerInnen oder durch die Überlieferungen des Dharma / des Weges der Befreiung, aufgezeigt bekommen. Mit Übung / Bemühung entsprechend des Dharma ist Befreiung / Erleuchtung dadurch auch *nach* dem Tod eines Buddhas möglich. Solange der Weg nicht völlig in Vergessenheit geraten ist und man die notwendige Bemühung und Geduld aufbringt, kann das Ziel der Befreiung auch heute noch verwirklicht werden.

Der historische Buddha

Nachdem wir nun die allgemeine Natur eines Buddhas erläutert haben, befassen wir uns nun mit der spezifischen historischen Person, die wir als den Buddha in unserem Zeitalter kennengelernt haben.

Legenden, Mythen und der historische Kern

Das Leben des Buddhas wurde durch viele Legenden und Wunder ausgeschmückt - aber unter diesen Schichten aus Legenden und Mythen liegt oft ein historischer Kern der uns Einsichten in die Persönlichkeit des historischen Buddhas geben kann.

Man sollte selbst sehr mythische Elemente nicht einfach als Fantasie abstempeln und außer acht lassen. Denn viele dieser Legenden transportieren wichtige Informationen und Aussagen - wenn nicht über den Buddha selbst, dann zumindest über die Lehre des Dharma.

Name - Herkunft - Lebenszeit

Des Buddhas gebürtiger Vorname war ursprünglich **Siddhārtha** und sein Familienname **Gautama**. Viele Buddhisten nennen den Buddha heute üblicherweise Buddha Gautama oder auch Gautama Buddha. Eine weitere Anrede ist **Shakyamuni** Buddha. Denn Siddhārtha entstammte aus dem Geschlecht des Shakya-Klans - dieser herrschte im Grenzbereich zwischen dem heutigen Indien und Nepal. Shakyamuni bedeutet übersetzt „Der Weise [aus dem Volk der] Shakya“ [muni = Weiser].

Historisch wird die **Lebenszeit** des Buddhas datiert von ca. 563 v.Chr. bis 483 v.Chr. - allerdings existieren auch noch andere, leicht abweichende Datierungen.

Der lange Weg zur Buddhaschaft

Rein historisch gesehen beginnt die Geschichte des historischen Buddhas mit seiner Geburt vor circa 500 / 600 Jahren im heutigen Lumbini / Nepal. Aus buddhistischer Perspektive betrachtet liegt jedoch der **tatsächliche Ausgangspunkt** des Werdegangs des historischen Buddhas viel weiter zurück in der Vergangenheit. Um diesen Ausgangspunkt des Werdegangs des Buddhas zu erläutern, müssen wir zahlreiche Äonen zurück in die Vergangenheit reisen.

Wie bereits erläutert, kann ein Buddha nur dann die höchste Verwirklichung der Erleuchtung realisieren, wenn er zuvor zahllose Leben lang alle dafür notwendigen Qualitäten kultiviert und vervollkommen hat. Während dieser langen Zeit der Vorbereitung und der Übung, nennt man einen zukünftigen Buddha einen **Bodhisattva** - ein Wesen, welches sich verpflichtet hat, den langen und schweren Weg zur vollkommenen Buddhaschaft zum Wohle aller Lebewesen zu verwirklichen.

In unzähligen aufeinander folgenden Leben kultiviert ein Bodhisattva nun alle charakteristischen Qualitäten, die zur Verwirklichung eines Buddhas Voraussetzung sind. Das Ergebnis ist dann eines fernen Tages die **höchste spirituelle Reife**, die aus sich selbst heraus verwirklichte, vollkommene Buddhaschaft.

Der große Entschluss

Den uns überlieferten Pali-Quellen nach begann die Bodhisattva-Karriere des historischen Buddhas Gautama vor tausenden von Kalpas / Äonen - weit in der Vergangenheit zurück liegend. Zu dieser Zeit lebte und lehrte ein vorheriger Buddha mit dem Namen Dīpankara. **Buddha Dīpankara** war der 26. Buddha vor Buddha Gautama.

Zu dieser Zeit war unser zukünftige Buddha ein wohlhabender junger Mann namens **Sumedha**. Als Sumedhas Eltern starben und ihm ein sehr großes Erbe hinterließen, reflektierte er über die Vergänglichkeit aller Besitztümer und aller weltlicher Vergnügen. Er entschloss sich, das weltliche Leben eines Haushälters hinter sich zu lassen, um ein Leben als Eremit / Einsiedler zu beginnen - abseits von großen Menschenansammlungen, in Wäldern und auf Bergen - um sich der Übung der Meditation zu widmen.

Eines Tages, als Sumedha einen Gang in ein nahegelegenes Dorf unternahm, um seine Vorräte aufzustocken, vernahm er die Neuigkeit, dass ein vollkommen erleuchteter Buddha namens Dīpankara zu Besuch kommen werde. Als der Buddha Dīpankara das Dorf erreichte, sah Sumedha ihn kommen und war von **tiefer Ehrfurcht** ergriffen - so intensiv berührten ihn die majestätische Ausstrahlung, die Präsenz, die Ruhe und Klarheit des Buddhas.

Sumedha verbeugte sich spontan und von Ehrfurcht durchdrungen bis auf den Boden hinab - der Boden war an diesem Abschnitt des Weges von einem vorherigen Regen sehr feucht und schlammig. Der Legende nach legte sich Sumedha sogar vorsätzlich in den Schlamm, um Buddha Dīpankara und dessen SchülerInnen es zu ermöglichen, über ihn hinweg trocken weiter gehen zu können.

In seinem Geist fasste Sumedha einen starken und **großen Entschluss**: Er setzte es sich zum Ziel, eines Tages auch solch vollkommene spirituelle Verwirklichung, Buddhaschaft, zu realisieren - ganz gleich, wie lange es dauern mag, dieses Ziel zu erreichen.

Als der Buddha Dīpankara allmählich näher kam, sah er dort Sumedha, im Schlamm, auf dem Boden vor ihm liegen. **Buddha Dīpankara schaute tief** in den Geist von Sumedha und erkannte dessen großen inneren Entschluss. Dann lenkte Buddha Dīpankara die ganze Aufmerksamkeit seines Geistes in die Zukunft und erkannte, dass Sumedha sein Vorhaben, Buddhaschaft zu erlangen, tatsächlich eines Tages erfolgreich abschließen werde. Dīpankara Buddha teilte daraufhin Sumedha die Voraussage mit, dass er in tausenden von Äonen in der Zukunft ein Buddha namens Gautama werden würde. Buddha Dīpankara und dessen SchülerInnen schritten respektvoll an Sumedha vorbei, ohne über ihn hinweg zu treten.

Die noblen Eigenschaften eines Buddhas

Vom Zeitpunkt dieses großen Entschlusses wurde aus Sumedha ein Bodhisattva - ein auf das Ziel vollkommener Buddhaschaft hinarbeitender Praktizierender. Über den Zeitraum der nächsten tausenden von Äonen lang kultivierte Sumedha **noble Eigenschaften** des Geistes - bis diese eines Tages in Form von vollkommener Buddhaschaft mündeten.

Qualitäten, die ein Bodhisattva vervollkommen haben muss, um Buddhaschaft realisieren zu können, werden **Pāramīs** genannt - sogenannte "Vollkommenheiten". In der Tradition des Theravāda-Buddhismus werden 10 Pāramīs aufgelistet, die ein Bodhisattva bis zur Perfektion verwirklichen muss. Diese 10 Qualitäten sind:

- 1 Großzügigkeit / Gebefreudigkeit
- 2 Tugend / Moralisch reines Verhalten
- 3 Entsagung / Verzicht
- 4 Energie / Tatkraft
- 5 Geduld
- 6 Wahrhaftigkeit / Ehrlichkeit
- 7 Entschlusskraft / Entschlossenheit
- 8 Liebende Güte
- 9 Gleichmut / Gelassenheit
- 10 Weisheit / Einsicht

Leben für Leben investiert der Bodhisattva nun seine **Lebens- und Geisteskraft**, all seine **Zeit und Aufmerksamkeit** für die Kultivierung dieser 10 Qualitäten - im Geist, in seinen sprachlichen Handlungen und im Verhalten / Handeln.

Mal übt der Bodhisattva sich mehrere Leben in Folge der einen Eigenschaft. Dann wieder widmet er sich Leben für Leben einer anderen. Schritt für Schritt geht er geduldig diesen langen Weg entlang, ohne jemals sich selbst oder das Ziel aufzugeben.

Auf diesem langen Weg der Geistesschulung wird der Bodhisattva in **unterschiedlichen Bereichen wiedergeboren** - mal als Mensch, mal als Tier, mal auch als ein himmlisches Lebewesen. Manchmal ist der Bodhisattva fokussiert auf die Entwicklung und Vertiefung von Konzentration und Einsicht und lebt **dem weltlichen Leben abgewandt** als ein zurückgezogener Einsiedler. Manchmal kultiviert der Bodhisattva heilsame Qualitäten, die der Welt und den in ihr lebenden Wesen, **dem weltlichen Leben sehr zugewandt** sind: z.B. Großzügigkeit, Geduld, liebende Güte.

Buddhaschaft ist eine all-umfassende Errungenschaft, die nur über einen langen Zeitraum, **Schritt für Schritt**, verwirklicht werden kann. Alle 10 Qualitäten, die für die Verwirklichung der Buddhaschaft erforderlich sind, müssen allmählich und schrittweise entwickelt werden, Stückchen für Stückchen, über unzählige Leben hinweg.

Die Lebensgeschichte des historischen Buddha

Die Geburt

In seiner letzten Wiedergeburt, wurde der Bodhisattva als Sohn von **König Suddhōdana** und **Königin Māyā** geboren. Er wurde in das Adelsgeschlecht der Shakya hineingeboren, die in einem Herrschaftsbereich in den Gebirgsausläufern und im Vorland des Himalaya lebten - im Grenzbereich des heutigen Indiens und Nepal. Er wuchs in **Kapilavatthu** auf - der Hauptstadt des Shakya-Fürstentums. Seine Geburt wurde - den Überlieferungen zufolge - von zahlreichen Wundern begleitet.

Nachdem er kurz nach seiner Geburt in den königlichen Palast gebracht wurde, besuchte ein erfahrener **Asket namens Asita** den Palast um dem neugeborenen Prinzen seinen Respekt zu erweisen. König Suddhōdana ließ auch **8 Hofastrologen** aus der brahmanischen Tradition zusammen kommen. Sie alle untersuchten den Neugeborenen auf besondere Kennzeichen und Hinweise seines Körpers hin und analysierten sein **Horoskop**, um Rückschlüsse auf das vor ihm liegende Leben schließen zu können.

Sowohl Asita als auch die 8 Astrologen kamen zu einem ähnlichen Ergebnis. Nachdem sie mit ihrer Untersuchung fertig waren, hielten 7 der 8 Astrologen jeweils zwei Finger nach oben. König Suddhōdana war verblüfft und fragte nach der Bedeutung dieser seltsamen Geste. Die 7 Astrologen antworteten:

“Eure Majestät, eurem neugeborenen Sohn steht ein großes Schicksal bevor - allerdings existieren **zwei Möglichkeiten**, wie sich dieses Schicksal gestalten wird. Wenn euer Sohn von den Sorgen und dem Kummer der Welt abgeschirmt bleibt, wird er zu einem **großartigen Herrscher** heranwachsen - zu einem *cakkavattī raja*, einem universalen König, der seine Herrschaft über viele Länder ausbreiten, sowie großen Nutzen für die unter seiner Herrschaft lebenden Menschen bedeuten würde.”

Die Astrologen sahen für Siddharthas Leben noch eine zweite Möglichkeit, wie dieser sein Leben gestalten und entfalten könne: “Wenn euer Sohn Siddhartha das Leid der Welt erblicken sollte, wird er davon derartig berührt werden, dass er das weltliche Leben eines Haushälters aufgeben wird, um sich auf eine **spirituelle Suche** zu begeben. Im Laufe dieser Suche wird er ein **Buddha** werden - ein Erleuchteter, der die Schleier der Unwissenheit von den Augen der Welt nehmen und ein **großer spiritueller Lehrer** werden wird, dessen Belehrungen sich in der ganzen Welt ausbreiten werden.”

Einer der 8 Astrologen hatte jedoch nicht zwei, sondern nur **einen Finger** nach oben gehalten. Denn er hatte keinerlei Zweifel, dass dieser Neugeborene eines Tages ein großer spiritueller Weiser werden würde.

Ein Leben abgeschirmt von Leid

Der König, der ja selbst bereits ein großer Herrscher war, wünschte sich nichts lieber, als dass sein Sohn ebenfalls ein Herrscher und König werden würde - ein rechtmäßiger und gebührender **Thronerbe**. Der König versuchte daher auf alle ihm möglichen Weisen zu verhindern, dass Siddhartha das Leid der Welt erblicken sollte.

Der König baute für Siddhartha **3 Paläste** für die in Nordindien / Nepal vorherrschenden drei Jahreszeiten. Jeder dieser Paläste hatte wunderschöne parkähnliche Gärten mit Teichen, Wasserspielen und wunderschönen Pflanzen und Blumen. Der junge Prinz lebte in **großem Luxus** - stets in Begleitung von Musikanten, Sängern und Tänzern. Er war stets umgeben von spießfreudigen Kameraden und Freunden, mit denen er sich in Musik, Tanz, Sport und Kampfkunst messen konnte.

Als Siddhartha das **Mannesalter** erlangt hatte, arrangierte sein Vater der König die **Hochzeit** mit der wunderschönen **Prinzessin Yasodharā**, mit der Siddhartha zusammen ein glückliches Palastleben genießen durfte.

Doch mit 29. Jahren wurde Siddhartha **zunehmend in sich gekehrt**. Er begann sich die Frage zu stellen, ob dieses sein Leben tatsächlich das oberste Ziel menschlichen Lebens sein könnte - Sinnesfreuden, Macht und Ruhm, die alle nur vorübergehend sind und daher eigentlich keinen wirklichen Halt, keine wirkliche Sicherheit darstellen können. Siddhartha begann sich zu fragen, ob es jenseits der vielen Sinnesfreuden, dem Macht und dem Ruhm noch **etwas tiefers, bedeutungsvolleres** zu finden sei, etwas Letztendliches, was unveränderlich ist und ewig währt.

Alter, Krankheit, Tod - und ein Bettelmönch

Der Überlieferung nach, machte Siddhartha seine ersten direkten, intensiven Erfahrungen mit Vergänglichkeit und Leid erst in seinem 29. Lebensjahr. Der Überlieferung nach hatte Siddharthas Vater ihn bis dahin nämlich völlig abgeschirmt von allem, was mit Leid und Vergänglichkeit in Verbindung stand. Siddhartha lebte also in einer Scheinwelt, in der er von den harten Fakten und Schwierigkeiten des Lebens völlig verschont blieb.

Doch durch die menschliche Gewohnheit der Neugierde, wünschte sich Siddhartha auch die Gebiete außerhalb des Palastes kennen zu lernen. Eines Tages - so die Legende - trug er seinem Bediensteten Channa auf, ihn auf einen Ausflug außerhalb der Palastmauern mit zu nehmen. Innerhalb dieses Ausritts sah Siddhartha 4 Phänomene, die in ihm den Wunsch nach einem spirituellen Leben keimen ließen.

Das erste Phänomen, welches er sah, war das eines **alten Mannes**. der am Wegesrand entlang ging - in der Hand einen Gehstockes, langsam und unsicher gehend, den Rücken gebeugt, das Haar grau, die Haut faltig, nur noch mit wenigen Zähnen ausgestattet. Siddhartha fragte seinen Bediensteten: „Was ist das? Was ist das Problem dieses Mannes?“ Der Bedienstete antwortete: „Dies ist ein alter Mann.“ worauf Siddhartha fragte: „Was ist ein *alter Mann*?“ Und der Bedienstete antwortete: „Alle Jugend weicht früher oder später dem Alter. Niemand bleibt ewig jung. Jahr für Jahr altert unser Körper. Die Haut wird faltig, das Sehvermögen nimmt ab, der Körper wird schwächer und gebrechlich.“ Siddhartha fragte: „Werde auch ich eines Tages von Alter betroffen sein?“ Der Bedienstete antwortete: „Du und auch alle anderen Menschen, Tiere und Lebewesen sind dem Alter unterworfen.“

Das zweite Phänomen, das Siddhartha sah, war ein **kranke Mann**, der am Wegesrand lag und unter großen Schmerzen litt. Sein Körper war von Entzündungen übersät. Sein Körper zuckte und zitterte vor Schmerzen. Der kranke Mann hatte sich übergeben und war der Krankheit vollkommen ausgeliefert. Erneut ergab sich ein ähnliches Hin und Her von Fragen und Antworten zwischen Siddhartha und seinem Bediensteten. Siddhartha hatte zum ersten Mal in seinem Leben einen kranken Menschen und damit das Phänomen der Krankheit erfahren, welchem alle Lebewesen ausgesetzt sind.

Das dritte Phänomen, welches Siddhartha sah, war **ein toter Mann**, ein Leichnam, der im Rahmen einer Beerdigungszeremonie den Weg entlang getragen wurde. Er sah vier Personen, die den Leichnam auf einer sargähnlichen Lade trugen. Der Körper des Toten hatte bereits die Farbe eines lebendigen Menschen verloren und lag steif und leblos da. Siddhartha konnte vielleicht sogar den Geruch des Todes wahrnehmen, der von dem Leichnam ausging. Er konnte den leblosen Gesichtsausdruck des Toten sehen. Siddhartha hatte so seine erste wirkliche und intensive Begegnung mit dem Thema Tod, Sterblichkeit und Vergänglichkeit gemacht, welchem alle Lebewesen ausgesetzt sind.

Ist die Überlieferung der drei Erfahrungen nur ein **erzählerisches Mittel**? Oder beinhaltet sie **historische Wahrheit**? Wir können das leider heute nicht mehr überprüfen. Aber was wir daraus schließen können ist: Diese Erzählung beschreibt einen inneren und besonders **tiefgreifenden psychologischen Prozess** - einem Moment der Einsicht / des Erwachens, den Siddhartha durchlebte. Dieser Prozess der Einsicht / Reflektion war ausschlaggebend für seine Entscheidung, sich intensiv mit spiritueller Suche nach einem Weg der Befreiung von Leid, Gier, Hass und Unklarheit des Geistes zu beschäftigen.

Diese drei Erfahrungen führten in Siddhartha zu einer **Einsicht in die Vergänglichkeit** aller Dinge, die viele seiner Hoffnungen, Träume und Zukunftspläne zerschlug. Er realisierte, dass obschon er sich jetzt noch eines jungen, kräftigen Körpers erfreuen konnte, würde dies sich Tag für Tag, Monat für Monat, Jahr für Jahr in Alter umwandeln. Gesundheit würde eines Tages in Krankheit umschlagen. Und das Leben würde eines Tages in Tod und Sterblichkeit ein Ende finden. Und wie diese Gedanken in ihm aufstiegen, nahmen gleichermaßen seine Anhaftung und seine Freude an dem luxuriösen Leben im Palast seines Vaters ab. Innerlich machten sich starke Unzufriedenheit, eine nagende Unruhe des Herzens und eine Art enttäuschendes Unbehagen breit.

Das vierte Phänomen, welches Siddhartha nun zu sehen bekam, war ein **Bettelmönch**, [Pali: Samāṇa], ein Asket, der mit seiner Almosenschale und seinem einfachen Gewand aus Leinenroben achtsam und ruhig den Weg entlang ging. Dieser Mönch strahlte eine starke Ausgeglichenheit und innere Ruhe aus, die einen großen Gegensatz zu der Innenwelt Siddharthas bildete, der von den vorherigen 3 Erfahrungen noch sehr berührt war. Siddhartha fragte den Asketen, wer und was er sei. Der Asket antwortete, er sei ein Einsiedler, der im Wald lebe, sein Leben der Meditation widme und auf der Suche sei nach einem Weg spirituellen Erwachens. Diese vierte intensive Erfahrung Siddharthas, weckte in ihm den Wunsch, ebenfalls ein Leben als spiritueller Suchender zu leben. Er entschloss sich, dem weltlichen Palastleben den Rücken zu zu kehren und fortan als Asket zu leben - um nach spiritueller Wahrheit, nach der Befreiung von den Leidenskreisläufen von Krankheit, Alter und Tod zu suchen.

Der Aufbruch in das Leben des Asketen

Eines Nachts - am selben Tag, an dem seine Frau Prinzessin Yasodharā ihr gemeinsames Kind Rahula zur Welt gebracht hatte - entschloss Siddhartha sich dazu seine Frau, sein Kind, sein Erbe, seine Familie und das weltliche Leben des Palastes hinter sich zu lassen. Auf seinem Pferd verließ er die Hauptstadt Kapilavatthu und machte erst viele Kilometer außerhalb der Stadt am Rande eines Waldes halt.

Dort wechselte er von den kostbaren königlichen Kleidern in eine einfache, aus unterschiedlichen Stoffteilen zusammengenähte Robe eines Asketen, rasierte sich Haar und Bart und betrat den Wald. Damit war ein erster Schritt als Asket auf seiner Suche nach Befreiung getan.

Siddharthas schwere Entscheidung

Dass Siddhartha seine eigene Frau mitsamt seines neugeborenen Kindes verlassen hat, schaut auf den ersten Blick nach einer sehr kontroversen Entscheidung aus. Es ist hier von Nutzen, die Umstände und den Kontext zu betrachten, in denen Siddhartha diese Entscheidung getroffen hat. Ebenfalls kann ich noch einmal darauf hinweisen, dass die uns überlieferten Texte möglicherweise auch komplexe Sachverhalte vereinfacht dargestellt haben - um einerseits die mündliche Überlieferung zu erleichtern und andererseits, um vielleicht den Kern einer gewissen Lebenssituation noch punktierter in den Vordergrund stellen zu können.

Daher kann es gut sein, dass sich zum Beispiel nicht nur Siddharthas Erfahrungen mit Alter, Krankheit, Tod und dem Bettelmönch sich über mehrere Tage, vielleicht sogar Wochen hingezogen haben - sondern auch seine Entscheidung, die Familie und den Palast aufzugeben, um sich dem spirituellen Weg zu widmen.

Siddhartha ist uns in den Überlieferungen als eine Person beschrieben, die in allen Bereichen seines Studiums und seiner Ausbildung im Palast sehr erfolgreich und für sein Alter bereits sehr weise und mitfühlend gewesen sein soll - er hatte großen Erfolg in Sport und Kampfkunst, in den Wissenschaften, in den Künsten und zeigte bereits früh großes Interesse und Reife im Bezug auf soziale Themen.

Gleichzeitig wird die Beziehung zwischen Siddhartha und seiner Frau Yasodhara als sehr harmonisch und von Liebe und gegenseitiger Wertschätzung geprägt überliefert.

Es liegt meiner Ansicht daher mehr nahe, dass jemand wie Siddhartha - eine Person geprägt von starken Charakterzügen wie Mitgefühl, menschlicher Reife und geistiger Klarheit - durchaus seine innerlich wichtigen und dringenden Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse mit seiner Frau teilte. Ich kann mir sehr gut vorstellen, dass der Entschluss, seine Familie, seinen Sohn und das Palastleben zum Wohle des spirituellen Weges aufzugeben, nicht aus heiterem Himmel über Siddhartha hereinbrach. Es kann daher gut sein, dass Siddharthas Entscheidung sich über Monate hinweg entwickelt hat und dass er seine Frau an diesem inneren Prozess hat teilhaben lassen.

Und die Motivation hinter dieser Entscheidung war nicht egoistischer Natur - Siddhartha war nicht überfordert von der Aussicht, Vater zu sein. Er suchte auch nicht nach einem einfachen Ausweg aus der Verantwortung des Vater-Seins. Er begab sich auf den Weg der spirituellen Suche, um zum Wohle aller Lebewesen einen Ausweg aus den Leidenskreisläufen des Lebens zu finden.

Dies schließen wir auch aus seiner Rückkehr zu seiner Frau, seinem Sohn und seiner königlichen Familie *nach* seiner Befreiung / Erleuchtung: Sobald er den Weg der Befreiung gefunden hatte, lag es ihm am Herzen, dieses Erbe des Herzens an seine Familie weiter zu geben. Und tatsächlich trat sein Sohn als Mönch in den Orden ein. Seine Frau wurde zuerst Laien-Schülerin und trat später als eine der ersten Frauen und als Mitbegründerin in den Nonnen-Orden ein. Und viele seiner Familienmitglieder schlossen sich dem Buddha als interessierte Laien-Schüler an. Nicht wenige von ihnen realisierten für sich selbst das Ziel der Befreiung.

Aus dieser Sicht betrachtet, hat Siddhartha also eine Entscheidung getroffen, die zunächst und auf kürzere Sicht betrachtet sicherlich keine einfache für ihn gewesen sein musste: Die Familie, die Frau und das eigene Kind für einige Jahre hinter sich zu lassen, um völlig

auf sich allein gestellt das Leben eines Bettelmönches zu leben. Auf längere Sicht aber hat er durch das Darlegen des Weges der Befreiung seiner gesamten Familie dabei geholfen, den Weg des wirklich langfristigen, bedingungslosen Glücks und Friedens gehen zu können.

Die Beziehung zwischen Siddhartha und Yasodhara bis hin zu Siddharthas Entschluss, sich auf den spirituellen Weg zu machen, wird besonders im Buch „Wie Siddhartha zum Buddha wurde“ beschrieben - dieses Buch kann ich nur wärmstens empfehlen.

Frage eines Teilnehmers: Was genau ist mit Anhaftung gemeint?

Anhaftung bedeutet, sich - bewusst oder unbewusst - *nicht* von etwas lösen zu können oder zu wollen. Der Buddha lehrte, dass alle bedingten Dinge von Vergänglichkeit, d.h. Veränderung geprägt sind. Alle zusammengesetzten Dinge sind also von Natur aus der Vergänglichkeit, der Veränderung, der Zerstörung und der Auflösung unterworfen. Wenn wir jedoch etwas unbedingt behalten möchten - eine Person, einen Gegenstand, ein Gefühl oder einen Zustand - der sich jedoch verändert, auflöst oder aus unserem Leben tritt, dann entsteht in uns Leid, Unzufriedenheit, Enttäuschung, Frustration.

Es gibt grobe Anhaftungen an Gegenstände oder Personen und sehr subtile Anhaftungen - wie zum Beispiel die Anhaftung an unsere Gewohnheitsstrukturen, an unser Selbstbild und an unsere durch Kultur geprägten Charakterzüge - die uns derart tief prägt, dass wir es vielleicht gar nicht wirklich bemerken. Noch subtiler ist die Anhaftung an das Gefühl von einem „Ich“ oder „Selbst“.

Je subtiler die Anhaftung, desto mehr Verständnis und Mitgefühl braucht es, um diese Anhaftungen langsam weich und locker werden zu lassen. Das Gegenteil von Anhaftung ist Loslassen oder Losgelöstheit - das heißt aber nicht, dass wir sofort all unser Hab und Gut aus dem Fenster schmeißen müssen. Man kann auch Dinge, Personen etc. um sich haben, *ohne* ein von Angst, Verlangen oder Selbstsucht durchdrungenes verkrampftes Festklammern an ihnen.

Das Thema Anhaftung wird aber mit Sicherheit noch im Laufe der nächsten Themenbereiche etwas genauer unter die Lupe genommen. Hier also nur ein kurzer Überblick, was „Anhaftung“ bedeutet und wie sie uns Leid bringt.