

Francesco Ficicchia

WAS IST BUDDHISMUS?

Eine Kurzinformation

Was ist Buddhismus?

Der Buddhismus ist eine rund 500 Jahre vor unserer Zeitrechnung in Indien entstandene Religionsgemeinschaft und also einige Jahrhunderte älter als das Christentum. Seine Wurzeln hat er im Brahmanismus, der Vorstufe zum heutigen Hinduismus. So wie das Christentum aus dem Judentum hervorging, so hat der Buddhismus seinen Ursprung in der brahmanischen (hinduistischen) Religion. Und so wie sich das Christentum vom Judentum löste und zu einem eigenständigen Glauben heranwuchs, so entwickelte sich auch der Buddhismus zu einer vom Hinduismus losgelösten unabhängigen Religionsgemeinschaft.

Schon kurz nach seiner Entstehung entfaltete sich der Buddhismus auf dem indischen Subkontinent zu einem der führenden religiösen und philosophischen Systeme und stand über tausend Jahre in hoher Blüte. Doch ab dem 9. Jahrhundert gewann der inzwischen wieder erstarkte Hinduismus erneut an Boden und drängte den Buddhismus allmählich zurück. Mit dem Vorstoß des Islam auf dem indischen Subkontinent, der die letzten Restbestände des Buddhismus mit Feuer und Schwert ausmerzte, wurde dessen Schicksal in seinem Ursprungsland endgültig besiegelt (Ende 12. Jahrhundert). Heute leben in Indien aber wieder etwa 10 Millionen und weltweit rund 500 Millionen Buddhisten. In der westlichen Welt (Europa, Nord- und Südamerika, Australien) wird die Zahl auf etwa 6 bis 10 Millionen veranschlagt.

Früh schon gelangte der Buddhismus über Indien hinaus auch in andere Länder Asiens, wo er teilweise aber ebenfalls dem islamischen Vorstoß zum Opfer fiel. Seine heutige Verbreitung erstreckt sich auf Süd- und Südostasien (Sri Lanka, Indien, Myanmar [Burma], Thailand, Laos, Kambodscha, Vietnam, Singapur), auf Ostasien (China, Taiwan, Korea, Japan) und auf Zentral- und Nordasien (Tibet, Ladakh, Sikkim, Bhutan, Nepal, Mongolei, Südsibirien). Zu Beginn des letzten Jahrhunderts fand der Buddhismus seinen Weg auch in die westliche Welt, wo er (vor allem in Europa, Nord- und Südamerika, Australien und Neuseeland) zunehmend auf großes Interesse stößt.

Wer war Buddha?

Der Buddhismus ist eine Gründung des *Siddhârtha Gautama*. Dieser wurde um 563 v.Chr. (nach neueren Forschungsergebnissen aber erst rund hundert Jahre später, d.h. um 463 v.Chr.) in Nordindien geboren. Sein Vater war Regent der zu Füßen des Himâlaya gelegenen kleinen Adelsrepublik von Shâkya. Siddhârtha stammte also aus fürstlichem Hause und verbrachte eine sorgenfreie Jugend.

Im Alter von 29 Jahren vollzog sich die große Wende in Siddhârthas Leben, als ihm gewahr wurde, dass außerhalb seiner wohlhabenden Umgebung die Mehrheit der Menschen in Armut, Bitternis und großer Not lebten. Siddhârtha erkannte, dass das Leben und alles Dasein im Grunde leidvoll sind. Er gab all seinen Besitz auf und verließ sein gesichertes Zuhause, um als Sucher und Forscher den Ursachen dieser Leidensmasse auf die Spur zu kommen. Sechs Jahre verbrachte er als besitz- und hausloser Wanderer, bis ihm im Alter von 35 Jahren die Einsicht in die

Zusammenhänge dieses Weltleidens zu Bewusstheit kam. Siddhārtha wurde ein »Buddha«, d.h. einer, der zur höchsten Erkenntnis (*bodhi* = Erleuchtung) gelangte. Das Wort »Buddhismus« bedeutet demnach Erkenntnislehre.

Nach seiner Erleuchtung zog Buddha fünfundvierzig Jahre lang durch die staubigen Landstraßen Nordindiens und verkündete lehrend seine Botschaft, wobei sich schon sehr bald eine große Anhängerschaft um ihn bildete. Im Alter von 80 Jahren erlag Buddha der tropischen Ruhr. Es war das Jahr 483 (383 v.Chr.?) vor Christi Geburt.

Was lehrte Buddha?

Im Zentrum von Buddhas Lehre steht nicht Gott und keine göttliche Lehre, sondern der Mensch und seine Daseinssituation in einer Welt, die allgemein als ein Ort der Unbeständigkeit, der Gier, des Hasses und der Unwissenheit gesehen wird. Nichts in dieser Welt ist von Bestand. Dennoch sind all unsere Wünsche und Handlungen ausgerichtet auf Besitz und Besitznahme, auf Bestätigung des eigenen Ich, auf Machtbehauptung und Durchsetzung der eigenen Person. Der Mensch ist gefangen in seinem eigenen Ego und getrieben von einem unstillbaren Drang nach Sein und Haben. Buddha hat diese Einstellung zu uns selbst und zur Welt als Ausdruck der Ich-Sucht und des Begehrens bezeichnet, die notwendig zu leidvollen Erfahrungen führt. Leidvoll deshalb, weil nichts von Dauer ist und bewahrt werden kann - die Wünsche und Sehnsüchte nicht, die Freuden nicht, die Gesundheit nicht, die Jugend nicht, das Leben nicht. Alles ist dem ständigen Wechsel unterworfen, ist unstet und vergänglich, daher unbefriedigend und letztlich leidvoll.

Mit dieser Feststellung ist keine Verneinung des Lebens, kein Pessimismus und kein Fatalismus verbunden. Gesagt ist lediglich, dass Leiderfahrungen eine allem Leben innewohnende Tatsache darstellen, denn zum Leben gehört Wandel, Veränderung, Verlust - Zustände, die immer leidvolle Erfahrungen im Gefolge haben. Nun gibt es aber auch Zustände des Wohlbefindens, der Freude und des Glücks. Doch auch sie sind nur vorübergehende Erscheinungen und münden bei ihrem Vergehen ebenso in leidvolle Erfahrungen. »Leiden« (*dukkha*) wird im Buddhismus viel weiter gefasst als im christlich-abendländischen Denken. Es ist mehr als nur Traurigkeit, Trübsal, Schmerz, Angsterfahrungen, Isolation, Todesgewissheit. »Leiden« ist ein Ausdruck für die Fesselung an eine Welt, die eine Welt der Unbeständigkeit, der Begierden, des Egoismus, der Illusion und der Friedlosigkeit ist.

Im Buddhismus geht es um die Einsicht in die Zusammenhänge des Lebens als eines Zustandes dauernden Wandels und um die Erkenntnis, dass das Begehren nach Sein und Haben, die Leidenschaften, Sehnsüchte und Vorstellungen, das Streben nach persönlicher Erfüllung im Vergänglichen, nach Ansehen, Ruhm, Macht usw. nie vollauf befriedigt werden können. Buddha verwies auch darauf, dass das Begehren immer auch in Hass gegen verhinderte Wünsche und Zustände umschlägt, so dass Gier und Hass sich gegenseitig bedingen. Gier und Hass - beide ein Ausdruck der Ich-Sucht und der fehlenden Einsicht in die Gesetzmäßigkeit des Lebens - sind jene unheilvollen Zustände, welche die Welt beherrschen und die Bedingungen schaffen, die der Buddhismus mit »Leiden« kennzeichnet.

Buddha hat nicht das Streben nach persönlicher Erfüllung, nach eigenem Glück und auch nicht den Besitz als solchen verurteilt. Gefordert ist keine asketische Weltflucht, nicht Armut und Besitzlosigkeit. Besitz und Wohlergehen sind nichts Verwerfliches; verwerflich (leidvoll) ist lediglich die über die Sicherung der eigenen Existenzgrundlage hinausgehende Gier, der Drang nach allein egoistischer Befriedigung, die ja immer auch auf Kosten anderer geht und auch in ihnen negative Reaktionen (Hass, Neid, Eifersucht) hervorruft. Dem Buddhismus geht es nicht um die Verneinung angenehmer Dinge und Zustände. Man darf sich diesen sehr wohl erfreuen, doch sollte vermeiden werden, sich an sie zu binden, was leicht in die Abhängigkeit und den Verlust eigener Freiheit führt. Der Buddhismus will also im Menschen jene Eigenschaften wecken, die ihn befähigen, den Drang nach bloßer Ich-Bestätigung, die Habsucht und das Streben nach rein egoistischen Vorteilen zu durchschauen und zu überwinden. Das Ziel besteht in der Entfaltung einer distanzierten und gelassenen Einstellung zu sich selbst und zur Welt, welche davor bewahrt, immer wieder in leidvolle Erfahrungen verstrickt zu werden. Der Weg hierzu

führt über die Bereitschaft und Fähigkeit, loslassen zu können, über Einsicht, Selbstkontrolle und Achtsamkeit in Bezug auf sich selbst und alle lebenden und empfindsamen Wesen, womit auch Tiere und die natürliche Umwelt (Ökologie) angesprochen sind.

Es fällt nun auf, dass in der buddhistischen Lehre, die vollumfänglich auf die moralische und sittliche Vervollkommnung des Menschen angelegt ist, nirgendwo von Gott, Glaube, religiösen Geboten, Sünde und Vergebung die Rede ist. Der Buddhismus ist nicht Religion im üblichen Sinne, in dem es um Gehorsam gegenüber einem göttlichen Willen geht. Er ist in erster Linie eine Lebensweise, die den Menschen in die eigene Verantwortung stellt und darauf abzielt, die habsüchtigen Wünsche und Begierden in uns zu durchschauen und zu eliminieren.

Was ist Gott im Buddhismus?

Der Buddhismus ist eine *Religion ohne Gott*. In ihm gibt es keine oberste Gottheit, die die Welt erschaffen hat und ihre Geschicke leitet. Folglich ist auch Buddha nicht von einem Gott gesandt und also kein göttliches Wesen. Buddha sah sich selbst in der Rolle eines Wegweisers und Lehrers und nicht von einer höheren Macht beauftragt.

Es stellt sich deshalb die Frage, ob der Buddhismus überhaupt als »Religion« bezeichnet werden kann, gehört es doch gemeinhin zu einer Religion, dass sie sich auf eine übernatürliche Macht (Gott) beruft. In der westlichen Tradition (Judentum, Christentum und Islam) sind wir gewohnt, Religion mit »Gott« in Zusammenhang zu bringen, weshalb eine Religion ohne Gott als ein Widerspruch in sich selbst gesehen wird. Für den Buddhisten ist Religion aber nicht zwingend abhängig von der Existenz einer Gottheit. Religion ist eine nach den letzten Tiefen des Daseins geöffnete Haltung und jene Ebene, auf der die urewigen Fragen des Menschen einer Beantwortung zugeführt werden: Wer sind wir, woher kommen wir, wo gehen wir hin, was sollen wir tun? Das eigentliche Anliegen der Religion ist die Beantwortung dieser grundlegenden Fragen, die Vervollkommnung des Menschen, die Befreiung von den Unzulänglichkeiten des Daseins, das Streben nach innerem Frieden - nicht Gott. »Religion« ist der Buddhismus nicht unter Berufung auf eine Gottheit, sondern im Aufzeigen eines Weges, der den Menschen aus der Ich-Sucht und aus der Fesselung an eine vergängliche Welt führen will. Der Rückgriff auf eine Gottheit ist auf diesem Weg der autonomen Entscheidung nicht gefordert.

Woran glauben Buddhisten?

Ist der Buddhismus eine Religion ohne Gott, dann entfällt auch der Glaube an eine höhere Macht. Der Buddhismus verfügt über keine unumstößlichen Glaubenswahrheiten. Folgerichtig beanspruchen auch Buddhas Lehren keinen Glaubensgehorsam. Nicht Glaube, sondern Erfahrung, Einsicht und Erkenntnis sind das, worauf sich der Buddhist ausrichten soll. Buddha hat ausdrücklich davor gewarnt, irgendeiner Lehre blindlings zu folgen, womit er auch seine eigene Lehre meinte. Nicht das, woran man glaubt, sondern das, was man aufgrund eigener Erfahrung und Einsicht in sich entfaltet und realisiert, führt zu Erkenntnis und innerer Freiheit. Den einzigen Glauben, den Buddha von seinen Bekennern erwartete, war der Glaube an ihre eigenen Kräfte.

Kennt der Buddhismus eine heilige Offenbarung?

Steht Gott nicht im Zentrum der Betrachtung, dann entfällt auch die Berufung auf ein göttlich offenbartes Wort. Der Buddhismus kennt deshalb keine verbindliche heilige Offenbarung. Zwar besitzt auch er über eine Vielzahl heiliger Schriften, doch beanspruchen diese keinen Glaubensgehorsam oder gar Unfehlbarkeit. Der Buddhismus verfügt demnach über keine verbindliche Dogmatik.

Zwar beanspruchen auch die Lehren Buddhas, »wahr« zu sein. Doch diese Wahrheit muss auf dem Wege der Einsicht letztlich ein jeder in sich selbst finden und durch selbsttätiges Bemühen wahr werden lassen. Im Buddhismus geht es nicht um abstrakte Wahrheiten, die von einer autoritativen Instanz (Gott, Dogma, heilige Schriften) gesetzt und auf Anordnung zu glauben sind, sondern um Methoden des

Denkens, die geeignet sind, zu sich selbst vorzudringen. Die Wahrheitsfindung setzt also immer das eigene Bemühen und auch die freie Entscheidung voraus, denn religiöse Wahrheit lässt sich nicht andemonstrieren.

Gibt es im Buddhismus religiöse Gebote?

Im Fehlen einer Gottheit oder einer anderen gebietenden Instanz, gibt es im Buddhismus keine Verhaltensvorschriften, die den Anhängern zur Befolgung auferlegt sind. Dennoch verfügt auch der Buddhismus über sittlich-moralische Maximen und ethische Richtlinien, die den Bekennern nicht befohlen, sondern lediglich anempfohlen sind. Diese sind enthalten in der so genannten »Fünffachen Rechtschaffenheit« (*pañcashīla*): [1] Nichtverletzen von Lebewesen, [2] Abstehen von Diebstahl, [3] Abstehen von unreinem Lebenswandel, [4] Abstehen von Lüge, [5] Abstehen von die Sinne und das Bewusstsein trübenden Mitteln.

Es handelt sich bei diesen Grundsätzen nicht um Verpflichtungen, sondern um Verhaltensregeln, die sich der, der sie befolgt, aus eigener Einsicht und Freiwilligkeit zu eigen macht. Sie sollen eingehalten werden allein aus der Überzeugung, dass ihre Respektierung einen selbst und auch anderen zum Wohle gereicht. Sie sind nicht Gebote im üblichen Sinne, sondern Anweisungen für einen rechtschaffenen Lebenswandel und grundlegende Voraussetzungen für ein friedvolles Zusammenleben im sozialen Verband.

Gibt es eine Seele?

Wird gesagt, dass alles Dasein dem ständigen Wechsel von Werden und Vergehen unterliegt, dann kann es nichts geben, das von Bestand ist. Der Buddhismus lehnt die Vorstellung von festen Substanzen (Sein, Selbst, Ding-an-sich) zurück. Folglich kennt er auch keine einmalige, unveränderliche und also ewige Seele.

Der Mensch ist eine Verbindung von physischen (materiellen) und psychischen (geistigen) Kräften, denen keine abstrakte Seelensubstanz zu Grunde liegt. Er ist ein Zusammenwirken von psychophysischen Komponenten, die zusammen das ausmachen, was wir als Einheit »Mensch« bezeichnen. Sie befinden sich in ständiger Umwandlung, bedingen sich gegenseitig und stellen demnach keine sich gleich bleibenden Erscheinungen dar. Folglich gibt es im Menschen kein übergeordnetes »Selbst«, kein »Ich«, keine »Seele«. Der Eindruck einer beständigen Seele ist eine Täuschung; sie entsteht dadurch, dass wir die ununterbrochene und rasche Abfolge der im Menschen wirksamen körperlich-geistigen Abläufe nicht auseinander halten können und wir in ihnen die Manifestation einer die vitalen Prozesse steuernden und übergeordneten Seinsgrundlage (Seele) zu erkennen glauben.

In buddhistischer Sicht bestehen alle Dinge und Zustände im Wirken, nicht im Sein. Das Leben ist dynamisch, nicht statisch. Alles Dasein hat also dynamischen Charakter, denn in dem nie endenden Kreislauf von Werden und Vergehen kann es nichts Beharrendes und keine festen Substanzen (keine Wesenhaftigkeit der Dinge) geben. Eine ewige und also unveränderliche »Seele« steht somit im Widerspruch zum Leben. »Leben« *ist* nicht (ist kein Sein an sich), sondern *geschieht* und vollzieht sich in einem dauernden Prozess des Werdens, der Veränderung und des Neuwerdens. Leben ist ein Prozess, keine stagnante Erscheinung.

Was bedeuten Karma und Wiedergeburt?

Die Lehre von Karma und Wiedergeburt teilt der Buddhismus mit dem Hinduismus, seiner Mutterreligion. Dennoch bestehen grundlegende Unterschiede bezüglich der Vorstellungen, die mit diesen Begriffen verbunden werden.

Karma ist eine Bezeichnung für die den gesamten Kosmos beherrschende Kraft, das Gesetz des Universums. Nach diesem Gesetz beruhen alle Zustände und alles Geschehen auf dem Prinzip von Ursache und Wirkung. Angenommen werden aber keine in sich isolierten Einzelursachen, sondern immer eine Reihe von sich gegenseitig bedingenden Verursachungen. A bedingt B, und Z ist das Gesamt der Bedingungen von A bis Y. Nichts auf dieser Welt geschieht ohne hinreichenden Grund, weshalb es auch keine Zufälligkeiten gibt. Alles entsteht aus Bedingungen

(Wirkungen) und ruft wieder neue Bedingungen (Zustände und Dinge) hervor. Somit ist auch der Mensch das Ergebnis karmischen Wirkens. Karma ist zu verstehen als wirkende Energie, als Impuls, der alles Daseiende durchwaltet.

Der Mensch ist wie alles Dasein eine Erscheinung von Energien, die solange erhalten bleiben, bis sie sich irgendwann einmal erschöpft haben werden. Diese Energie im Menschen zeigt sich im Lebenswillen, im Drang nach Erhaltung und Fortsetzung des eigenen Ich, im Wunsch nach eigener Unsterblichkeit. Beim Tod eines Menschen bleiben die nach Verwirklichung drängenden Karma-Impulse (d.h. die noch wirksamen geistigen Faktoren) erhalten und gehen auf einen neu in Erscheinung tretenden Menschen über, der nach dem Gesetz der Anziehung (Gravitationsprinzip) für diese Existenz begründenden Impulse empfänglich ist.

Oft wird Karma als selbsttätig wirkende Kraft interpretiert, auf die der Mensch keinen Einfluss hat. Diese Ansicht trifft aber nicht zu, denn Karma bedeutet dem Wortsinn nach »Wirken« und meint somit ein ursächliches und verursachendes Geschehen und nicht etwas willkürlich Geschicktes. Die Qualität einer jeden Handlung ist das Ergebnis eigener Verursachung. Karma ist die Tat, aber auch der verleihende Impuls, der eine Erscheinung oder einen Zustand entsprechend der impulsgebenden Kraft verursacht. Wir *sind* nicht Karma, werden aber durch karmische Kräfte gebildet. So ist es falsch zu sagen, diese oder jene Gegebenheit (Krankheit, Ungemach, Glück, Reichtum usw.) sei »Karma«; sie *ist* nicht Karma, sondern durch karmische Verursachung herbeigeführt. Und so führt auch jeder Daseinszustand entsprechend unserem Denken und Handeln wieder zu neuen karmisch bedingten Erscheinungen und Daseinszuständen. Die Vorstellungen von »Zufall«, »Schicksal«, »Strafe« und »Vergeltung« fallen hierbei außer Betracht. Was wir sind, das sind wir aufgrund selbst geschaffener Voraussetzungen und nicht aufgrund eines übernatürlichen (göttlichen) Eingriffs oder eines unabänderlichen Schicksals.

Da der karmisch bedingte Daseinskreislauf - den die Inder *samsāra* nennen - keinen Anfang und kein Ende hat, findet auch die Wanderung durch die Existenzen keinen Abschluss und werden die Menschen immer wieder von neuem geboren. Die Ursache der Wiedergeburt liegt im Werdedrang, im Trieb nach Sein und Verwirklichung des eigenen Ich. Wiederwerden ist also solange gegeben, als verursachende und nach Realisierung drängende Triebkräfte vorhanden sind. Ein Abschluss des ständigen und mit Leiden verbundenen Werdedrangs, des ewigen Sich-Verweltens, ist erst gegeben, wenn es dem Menschen gelingt, den immer neues Dasein und damit neues Leiden verursachenden Daseinstrieb zu durchschauen und zu überwinden, wenn die zu neuen Realisierungen drängenden Impulse (*karma*) zum Versiegen gebracht werden. Sind im Erlöschen aller karmischen Impulse oder Energien keine Voraussetzungen zur Hervorbringung neuer Daseinskräfte mehr vorhanden, kann Neu- oder Wiederwerden sich nicht mehr vollziehen, womit das Ende des Wiedergeburtenskreislaufs erreicht ist.

Gibt es ein Leben nach dem Tod?

Mit dem Tod zerfallen die materiellen Bestandteile des Körpers und lösen sich auf. Wenn im Buddhismus von Wiedergeburt die Rede ist, so kann damit also kein Wiederverbund der aufgelösten materiellen Elemente, keine Wiederinstandsetzung eines abgestorbenen Organismus gemeint sein. Wiedergeburt wird auch nicht verstanden als Übergehen der Seele eines Verstorbenen auf einen neuen Menschen (so die hinduistische Reinkarnationslehre der Seelenwanderung). Der Buddhismus kennt keine Seeleneinheit, also kann es auch nichts geben, das von einem Zustand in einen anderen überwechselt.

Der Begriff »Wiedergeburt« ist im Grunde untauglich, denn wir werden nicht *wieder* geboren, treten also nicht als neues und identisches Wesen *wieder* in Erscheinung. Wiedergeburt im Buddhismus ist zu verstehen als ein energetisches Geschehen, als eine Umwandlung von Energie, als eine Kontinuität (Fortsetzung) des Geistes, nicht als leiblich-seelische Wiederholung eines abgeschlossenen Lebensprozesses. Es sind die noch nicht erloschenen und also noch wirksamen energetischen Impulse (die geistigen Kräfte des Verstorbenen), die sich als Wirkungen in einem neuen Kraftfeld (d.h. in einem durch Geburt erscheinenden neuen Menschen) manifestieren. Die Fortdauer über den Tod hinaus liegt somit im Fortbestehen des dynamischen

Unterbewussten (= geistiger Energiefluss), nicht in einer unsterblichen Seele und schon gar nicht in einer individuell sich vollziehenden neuen Fleischwerdung. Es ist der noch nicht erloschene karmische Impuls, der sich gleich einer noch nicht erloschenen Flamme stets neue Nahrung sucht.

Man hat den Vorgang der Wiedergeburt auch treffend mit dem Anstoßen von Billardkugeln verglichen. Eine ins Rollen gebrachte Kugel (es handelt sich hierbei um einen rein energetischen Vorgang) stößt eine weitere Kugel und setzt diese – ohne materielle Übertragung – in Bewegung, welche ihrerseits wieder eine andere Kugel aktiviert. Eine jede bedingt durch ihren Aufprall das Rollen der folgenden Kugel und verleiht dieser eine bestimmte Richtung, die aufgrund des Zusammenstoßes keineswegs zufällig ist. Ein seelisches Prinzip ist in diesem Vorgang der gegenseitigen Wechselbeziehung nicht feststellbar.

Ein Leben nach dem Tod oder eine über den Tod hinausgehende Fortsetzung individueller Existenz kann es nicht geben. Leben ist gebunden an Geburt und Tod, so dass die Vorstellung von einem »ewigen Leben« und die damit verbundene Wiedererweckung der Toten am Ende der Zeiten (Weltende, Jüngstes Gericht) ein Unding darstellt. Was beim Ableben eines Menschen bestehen bleibt, sind die vitalen geistigen Wirkungen - gewissermaßen die geistige Hinterlassenschaft oder das geistige Erbe eines Individuums -, nicht der abgestorbene Körper und keine dinghafte Seele. Diese geistige Grundlage reaktualisiert sich nach dem Gesetz der Anziehung (Schwerkraft) in einem neu in Erscheinung tretenden Menschen (was nicht ganz korrekt als »Wiedergeburt« bezeichnet wird) und bleibt solange bestehen, bis sie sich im Schwenden aller Bindungen an die dinghafte Welt irgendwann einmal erschöpft haben wird. Erreicht ist jener Zustand, in dem die karmischen (energetischen) Impulse mangels neuer Energiezufuhr vollends versiegen und nichts mehr da ist, woran man sich noch entzünden könnte. Diesen Zustand nennen die Buddhisten *Nirvâna* (»Verlöschen«), das Ende des Werdeprozesses. Die Vorstellung von einem Jenseits (Himmel oder Hölle), in das die Seelen der Verstorbenen eingehen, ist dem Buddhismus fremd.

Was bedeutet Erlösung im Buddhismus?

»Erlösung« hat im Buddhismus eine grundsätzlich andere Bedeutung als im Christentum. Sie meint nicht die Entledigung von Sünde und Schuld, Seelenläuterung oder Hinführung zu Gott und auch kein Eingehen in eine überseiende Jenseitswelt (Himmel). »Erlösung« im Buddhismus bedeutet Befreiung aus der karmischen Gebundenheit, von den Bindungen und Fesseln des Daseins. »Erlösung« meint also ein Sich-Lösen und Frei-machen von allen Bindungen, Verhaftungen und leidvollen Verstrickungen; sie besteht in der Erkenntnis des zu eigener Freiheit führenden Weges. Der Buddhismus kennt somit keine Erlösung durch Gott oder einen Erlöser (Heiland), der stellvertretend für die Menschen alle Schuld auf sich nimmt und diese von ihren Sünden befreit. Ebenso wenig unterstellt er eine angeborene Erbsünde, die dem Menschen ohne eigenes Verschulden anhaftet. Überhaupt kennt der Buddhismus keinen dem Christentum ähnlichen Sündenbegriff, sondern spricht nur von positiven oder negativen Taten, die den Menschen in seiner geistigen (spirituellen) Entwicklung fördern oder behindern. So ist auch das Begehren nach Sein und Haben keine Sünde, die irgendeine Bestrafung nach sich zieht. Begehren ist ein Ausdruck des Unwissens, welches den Blick für die Realität des Daseins als eines Zustandes dauernder Veränderung verschließt. Nichtwissen meint also die nicht vorhandene Einsicht in die Unbeständigkeit, Relativität und Vergänglichkeit aller Dinge und Zustände.

Im Buddhismus gibt es keinen richtenden Gott, keinen Erlösung bewirkenden Glauben, keine Erbsünde, keine ewigen Höllenstrafen, aber auch kein immer währendes Paradies, keine Gebote und Verbote, deren Befolgung oder Nichtbefolgung über ein jenseitiges Schicksal entscheidet. Der Mensch ist im Buddhismus nicht von einer höheren Macht abhängig (Heteronomie), sondern für sein Tun und Lassen vollauf eigenverantwortlich (Autonomie).

Worin unterscheidet sich der Buddhismus vom Christentum?

Der grundlegende Unterschied zwischen Buddhismus und Christentum besteht darin, dass Buddhisten sich in der Bewältigung der großen Daseinsfragen ohne göttlichen Beistand ausschließlich auf die eigenen Kräfte verlassen, während Christen an die Existenz eines allweisen, gerechten, liebenden, aber auch strafenden Gottes glauben, in dessen Hände das Schicksal dieser Welt liegt. Das Heilsziel des Christen besteht in der Überwindung der Sünde und im Eingehen in Gott, der eigentlichen Erfüllung des Ichs. Das Heilsziel des Buddhisten besteht in der Überwindung der leidvollen und an die Welt bindenden Verstrickungen und in der Aufhebung der Ich-Sucht. Der Christ handelt gut, wenn er die Gebote Gottes erfüllt und sich seinem Willen hingibt. Der Buddhist handelt gut, wenn er aus Ehrfurcht vor allem Leben sich selbst und niemandem Schaden zufügt und ohne Erwartung auf persönlichen Lohn die eigene Vervollkommnung anvisiert.

Brauchen wir heute überhaupt noch eine Religion?

Wir leben in einer Welt, in der der Glaube an eine göttliche Vorsehung immer mehr dahinschwindet. In der heutigen (westlichen) Welt gelten Glaube und Religion weithin als ein Relikt aus vergangener Zeit. Aufklärung und Sieg der Naturwissenschaften sowie materieller Wohlstand und soziale Sicherheit bewirkten ein Abrücken von der Vorstellung an eine alles beherrschende göttliche Allmacht, die die Geschicke dieser Welt leitet. Dies führte zu einem umfassenden Glaubensverlust, weshalb Gott, Religion und Kirche für die meisten Menschen der Gegenwart kaum mehr eine zentrale Bedeutung beanspruchen.

Nun hat aber die Anthropologie (Lehre vom Menschen) aufgezeigt, dass der Mensch auch ein religiöses Wesen (*homo religiosus*) ist, denn das Leben hat nicht nur eine materielle, sondern auch eine spirituelle Dimension. Verkümmert diese spirituelle Dimension, so entstehen Seinsdefizite, die in eine Seinsverlassenheit, innere Leere und Orientierungslosigkeit führen. Gerade in der westlichen Welt machen sich diese Defizite besonders gravierend bemerkbar. Viele Menschen haben kein Ziel mehr vor Augen und vermögen ihrem Dasein keinen Sinn mehr abzugewinnen. Die Folgen: Sinnleere, verebbende Perspektiven, Gleichgültigkeit, Werteverlust, Auflösung aller Formen und der sozialen Mitverantwortung. Kompensiert wird dieses existenzielle Vakuum über rein materialistische Anliegen und Wünsche - über Konsum und Vergötterung materieller Werte und des eigenen Ichs (Egozentrik, Narzissmus, Jugendwahn, Bodykult, Potenzbeweis), welche als eine Art neue »Religiosität« in Erscheinung treten.

In der Welt des Daseins ist der Mensch (im Unterschied zum Tier) das einzige Wesen, das um seine Endlichkeit weiß. Dieses Wissen um die Begrenztheit irdischer Existenz lässt in ihm die ungewisse Frage aufkommen, was nach dem Tode sein wird, stellt gleichzeitig aber auch die Frage nach dem Ursprung und dem Sinn menschlichen Daseins. Der Mensch kommt deshalb nicht umhin, sich immer wieder mit dem Problem seiner begrenzten Existenz auseinander zu setzen und die Frage zu stellen: Woher komme ich, wer bin ich, wo gehe ich hin, was soll ich tun?

»Woher komme ich?« ist die Frage nach dem Ursprung oder der Verursachung menschlichen Seins. »Wer bin ich?« ist die Frage nach der Stellung des Menschen im Kosmos, also die Frage der Bestimmung menschlichen Daseins oder nach dem Sinn des Lebens. »Wo gehe ich hin?« ist die Frage nach der nachtodlichen Existenz. »Was soll ich tun?« ist die Frage nach der Lebensaufgabe in dieser in Raum und Zeit gegebenen endlichen Existenz. Der Mensch sucht immerdar nach Antworten auf die Fragen seiner Existenz; eine Haltung, die im eigentlichen Sinne als *religiös* zu bezeichnen ist, auch wenn der Glaube an Gott nicht mit im Spiele ist.

Die Auseinandersetzung mit diesen grundlegenden Fragen gehört in den Bereich der Religion und der Philosophie und erfuhr im Verlauf der Geschichte entsprechend dem Wissensstand und den geistig-intellektuellen (erkenntnismäßigen) Voraussetzungen der Menschen immer wieder eine unterschiedliche Beantwortung. Religiöse

Vorstellungen und Weltanschauungen sind nicht endgültig, sondern verändern sich. Sie sind auch kulturell bedingt und somit nicht bei allen Völkern gleich.

Religionen sind - wie alle Erscheinungen dieser Welt - nicht auf Ewigkeit angelegt, sondern dem Wandel und Vergehen unterworfen. Sie müssen sich in einem dauernden Prozess der Anpassung den zeitbedingten mentalen und gesellschaftlichen Entwicklungen stellen und ihre Lehren auf veränderte und neue Sinnhorizonte hin reflektieren. Gelingt dies nicht, sind sie dem Untergang geweiht.

In der westlichen Welt ist schon seit einigen Jahrzehnten eine Entwicklung erkennbar, in der grundsätzlich neue religiöse Anliegen und Perspektiven sich auftun. Dass hierbei der Buddhismus zunehmend Beachtung findet, verdankt er seiner rationalen, auf Einsicht beruhenden, antidogmatischen, toleranten und friedfertigen Haltung. Allerdings ist auch der Buddhismus vor die Aufgabe gestellt, sich in der westlichen Welt den hier gegebenen Voraussetzungen vermehrt anzugleichen und sich in seinem neuen Einzugsgebiet ein eigenes Profil zu verleihen.

Eine neue Religiosität - sei diese christlich, buddhistisch oder anderswie motiviert - wird vermehrt das ethische Anliegen in den Vordergrund rücken müssen. In unserer heutigen Welt können die Fragen nach Gott, der Streit um die eine und absolute Wahrheit, die Verpflichtung auf eine heilige Schrift und anderes mehr nicht mehr im Zentrum stehen. Was sich aufdrängt, ist eine neue *Ethik*, also die Besinnung auf die Verantwortung des Menschen sich selbst, der Mitwelt, den Tieren und den natürlichen Ressourcen der Erde gegenüber. In diesem Wandlungsprozess gewinnt die elaborierte Ethik des Buddhismus besondere Bedeutung. Er ist nicht so sehr Religion im übertragenen Sinne, sondern in erster Linie eine pragmatische Lebensphilosophie, in der in hohem Maße das humanitäre Ethos hervorgehoben ist. Dennoch kann auch der Buddhismus keinen Alleinigkeits- und Ausschließlichkeitsanspruch geltend machen, denn die heutige Lage einer zunehmend globalisierten Welt erfordert die enge Zusammenarbeit aller Religionen und gesellschaftlicher Strömungen.

Kann es einen westlichen Buddhismus geben?

Der Buddhismus gelangte erst zu Beginn des 20. Jahrhunderts in westliche Welt, wo er in der Folge einen unmerklichen (Buddhisten betreiben keine aktive Missionstätigkeit), doch beachtlichen Aufschwung erfahren hat.

Heute sind fast alle Schattierungen des asiatischen Buddhismus auch im Westen vertreten - vor allem Theravāda, Vajrayāna und Zen. Dass sich diese, über viele Jahrhunderte auf dem Kulturboden Asiens gewachsenen Formen des Buddhismus nicht ohne weiteres in die westliche Kultur einbinden lassen, versteht sich von selbst. Dies umso mehr, als die verschiedenen Ausprägungen des asiatischen Buddhismus - trotz des universalen Anspruchs der Gesamtlehre - eng mit ethnischen, geographischen, mithin lokalen Gegebenheiten verknüpft sind, die anderswo nicht von Bedeutung sind. Aus diesem Grunde erscheint es wenig sinnvoll, die eine oder andere dieser Traditionen unbesehen in den westlichen Kulturkreis zu transferieren, wo andere kognitive Voraussetzungen und auch unterschiedliche Lebensweisen zu verzeichnen sind.

Ein westlicher Buddhismus muss im Wissen, dass fremde Systeme nicht einfach kompatibel und beliebig austauschbar sind, von Grund auf eigene Wege einschlagen, ohne sich damit in Gegnerschaft zu den Traditionen Asiens zu begeben. So sind die im Laufe der Zeit in Asien nachgewachsenen zahlreichen volkreliösen Beimischungen, Traditionen und Mythologien, die den ursprünglichen Kern der Buddha-Lehre oft überdecken und auch verfremden, für ein Verständnis der Lehre im Westen weder sinnvoll noch brauchbar. Mag diesen in Asien eine gewisse Bedeutung zukommen, so sind sie im Westen, wo der innere Bezug zu diesen Traditionen und Symbolen fehlt, nicht von Belang. Der Buddhismus ist demnach vor die Aufgabe gestellt, sich in der westlichen Welt eine eigenständige Ausdrucksform anzueignen, die dem westlichen Geist und auch den Bedürfnissen einer sich verändernden Welt entspricht. Vor dem Hintergrund des mehr handlungsorientierten Bezugsrahmens des Westens ist deshalb gegenüber einer mehr mystisch-meditativen Ausrichtung vor allem den lebenspraktischen Aspekten der Lehre vermehrt Beachtung zu schenken.

Vorliegende kurze (und damit keineswegs erschöpfende) Einführung in den Buddhismus ist ein Versuch, die Lehre - frei von mythologischem Beiwerk und volksreligiösen Anleihen des Ostens - in erster Linie nach rationalen Gesichtspunkten dem westlichen Menschen näher zu bringen. Dennoch ist der Buddhismus mehr als nur Rationalität und Intellektualismus. Er ist vor allem eine pragmatische Heilslehre, in der die Prinzipien der Achtsamkeit, der Güte und der mitfühlenden Zuwendung zu allen lebenden Wesen im Mittelpunkt stehen. Die meditative Verinnerlichung dient der Bewusstwerdung dieser Prinzipien, die dann aber auf dem Wege ethischen Verhaltens der Verwirklichung zugeführt werden müssen.

Wie lassen sich die buddhistischen Prinzipien in wenigen Worten umschreiben?

Der Buddhismus will im Menschen die Einsicht in die Dynamik des Daseins wecken und stärken. Er zielt auf ein Verständnis für die Gesetze des Lebens und richtet sein Augenmerk auf das praktische Handeln im Hier und Jetzt. Der Mensch ist aufgerufen, seinem eigenen Dasein eine Grundlage zu verschaffen, welche ihm selbst und anderen keinen Schaden zufügt und damit zum Wohle aller gereicht. Das ist zwar nicht besonders spektakulär, doch das allein probate Mittel, die Friedfertigkeit in einer friedlosen Welt zu fördern. Die Erlösung oder innere Befreiung erlangen wir ausschließlich durch eigenes Bemühen und in der ethischen Verantwortung sich selbst und der Mitwelt gegenüber. Die ethischen Prinzipien des Buddhismus lassen sich demnach wie folgt umschreiben:

- Vertraue auf deine eigenen inneren Kräfte. Enthalte dich des blinden Glaubens und strebe nach eigener Einsicht und Erkenntnis.
- Enthalte dich des gierhaften Verlangens und des Anhaftens an den Dingen.
- Entsage allem Neid, aller Eifersucht und Missgunst, und erfreue dich auch am Wohl und am Glück anderer.
- Enthalte dich zu nehmen, was dir nicht gegeben ist.
- Enthalte dich eines unreinen und überheblichen Lebenswandels.
- Enthalte dich, die Unwahrheit zu sagen.
- Übe dich in angemessener Sprache, die nicht zu Zwietracht und Feindschaft verleitet.
- Sei stets auf aufrichtigen, ehrlichen und freundschaftlichen Umgang mit den Mitmenschen bedacht.
- Verhalte dich achtsam, bewusst und überlegt in all deinen Lebensäußerungen.
- Enthalte dich, Leben zu schädigen oder gar zu vernichten. Füge generell keinem Wesen Leid zu.
- Erzeuge allen Wesen (auch Tieren und Pflanzen) gegenüber Güte und Wohlwollen.
- Liebe, ohne Besitz zu ergreifen. Liebe nicht nur deinen Nächsten, und schon gar nicht, wie dich selbst (Egoismus). Sei dir vielmehr der universellen Wesensverwandtschaft aller lebenden Kreatur bewusst und bekunde somit allem Leben und allem Daseienden Mitgefühl und Respekt.
- Sei aufrichtig in deinen Handlungen und in deiner Lebensführung und enthalte dich jeder Tätigkeit, die dir selbst und anderen zum Nachteil gereicht.
- Beschränke dich auf das Wesentliche und bewahre in allen Lebenslagen eine ruhige, geduldige und ausgeglichene Haltung.
- Enthalte dich allen Mitteln, die in die Sucht, den Rausch und in die Abhängigkeit führen und die geeignet sind, dein Bewusstsein und dein eigenes Entscheidungsvermögen zu beeinträchtigen.
- Tu Gutes nur um des Guten willen, ohne etwas dafür zu wollen.
- Erzeuge anderen Denk- und Sichtweisen gegenüber eine tolerante und friedfertige Gesinnung.