

Das Ideal des erleuchteten Menschen

Vortrag von Sangharakshita

Denken Buddhisten über Buddhismus nach – über das, was sie den Dharma nennen –, dann werden sie wohl zunächst an den Buddha, „den Erleuchteten“ denken. Seltsamerweise werden auch Nicht-Buddhisten zuerst an den Buddha denken. Auch wenn wir gar nichts über die Lehren des Buddhismus wissen, haben wir doch wenigstens schon einmal ein Bildnis oder eine Gestalt des Buddha gesehen, ja, wir mögen damit sogar recht vertraut sein und ganz bestimmte Gefühle damit verbinden. Was also zeigt eine solche Figur, ein solches Bild?

Wir sehen einen Mann in der Blüte seines Lebens, wohlgestaltet und gut aussehend. Er sitzt mit gekreuzten Beinen unter einem Baum. Die Augen sind halb geschlossen, ein Lächeln liegt auf seinen Lippen. Beim Betrachten der ganzen Gestalt spüren wir, dass sie Festigkeit, Stabilität und Stärke ausstrahlt. Sie macht den Eindruck vollkommener Stille, eines vollkommenen Ruhens in sich selbst. Was uns aber am meisten anzieht, mehr noch als die Gestalt als solche, ist ihr Gesicht, das etwas bezeugt, was man in der Tat kaum in Worte fassen kann. Wenn wir in dieses Antlitz blicken, wenn wir uns vielleicht sogar ganz darauf konzentrieren, dann erkennen wir, dass es lebendig ist. Wir sehen, dass das Gesicht von innen heraus leuchtet, und in diesem Licht finden wir ein unergründliches Wissen, ein grenzenloses Mitgefühl und unaussprechliche Freude gespiegelt. Dies also ist die Gestalt oder das Bildnis des Buddha, des Erwachten. Meistens stellt es den historischen Buddha Gautama dar, den „Begründer“ des Buddhismus. Es zeigt jenen großen indischen Lehrer, der ungefähr fünfhundert Jahre vor Christus lebte. Doch das Bildnis hat noch eine weiter gehende Bedeutung, die auch das Thema dieses Vortrags ist: Es stellt das Ideal des Erleuchteten Menschen dar.

Die Erleuchtung des Menschen ist das zentrale Thema und das wichtigste Anliegen des Buddhismus. Sie ist das, worum es dem Buddhismus eigentlich geht – theoretisch ebenso wie praktisch. In der Tat ist die Erleuchtung das, worum es einzelnen Buddhisten in erster Linie geht. In diesem Vortrag werden wir deshalb zu verstehen versuchen, was man im Allgemeinen mit Erleuchtung und im Besonderen mit dem „Erleuchteten“ oder dem „Erwachten Menschen“ meint.

Bevor wir aber dieses Thema aufnehmen, möchte ich einige Worte zum dritten Begriff des Titels sagen. Ich will das Wort „Ideal“ ein wenig untersuchen. Wir sprechen vom „Ideal des Erleuchteten Menschen, aber was besagt dieses Wort „Ideal“? Ich habe nicht vor, Definitionen aus dem Wörterbuch zu behandeln und will auch nicht auf die eigentlich philosophischen Fragen eingehen. Im Hinblick auf diese Erörterung genügt es, wenn wir uns mit der üblichen, alltäglichen Verwendung dieses Wortes befassen.

Zunächst einmal bedeutet das Wort „Ideal“ das Beste, was in seiner Art denk- und vorstellbar ist. In London gibt es beispielsweise in jedem Sommer eine berühmte Ausstellung mit dem Namen „Das ideale Heim“. Alljährlich besuchen Tausende und Abertausende von Menschen diese Ausstellung und wandern durch ihre verschiedenen Abteilungen. Dort sehen sie ideale Küchen, ideale Badezimmer, ideale Garagen, ideale Rasierspiegel, ideale Brotmesser, ideale Kühlschränke, ideale Rasenmäher, ideale Sessel und sogar ideale Schneebesen. Sie sehen Hunderte verschiedener Gegenstände, die alle als „ideal“ gepriesen werden, als das Beste, was in seiner Art vorstellbar ist – wiewohl natürlich verschiedene Hersteller völlig verschiedene Meinungen darüber haben werden, was tatsächlich das „Beste“ ist. Jeder Gegenstand, so wird behauptet, erfüllt seinen Zweck auf die bestmögliche Weise, und alle diese Dinge zusammen genommen ergeben dann das „ideale Zuhause“, mit anderen Worten: In ihrer Gesamtheit bilden sie das denkbar beste Heim, jenes Heim, das den Zweck eines Heimes eben vollkommen erfüllt – ein Heim, wo jeder gerne leben würde ... wenn er es sich nur leisten könnte.

In gleicher Weise sprechen wir auch über andere Dinge: zum Beispiel von der idealen Ehefrau, die eine gute Köchin und Haushälterin ist, das ideale Heim perfekt pflegt, ihren Gemahl allmorgendlich zur Arbeit fährt, niemals zusätzliches Haushaltsgeld von ihm verlangt und über alle seine Witze lacht. Wir sprechen sogar vom idealen Ehemann, obwohl es so etwas natürlich viel seltener gibt. Ebenso sprechen wir vom idealen Paar, von idealen Ferien, idealem Wetter, idealen Bedingungen, vom idealen Job, idealen Arbeitgebern, idealen Mitarbeitern usw. Mit anderen Worten: Wir sagen, etwas sei das Bestvorstellbare seiner Art, es sei das, was seine eigentliche Aufgabe – oder was wir dafür halten – am besten erfülle. Dies ist die erste Verwendung des Begriffs „Ideal“.

Zweitens bezeichnet das Wort „Ideal“ ein Vorbild oder Muster, etwas, das als Beispiel genommen und nachgeahmt oder kopiert werden kann. Heutzutage ist dieser Wortgebrauch seltener als der vorige, obwohl beide in gewissem Maß überlappen. Im Sinne dieses Sprachgebrauchs sehen wir im idealen Heim nicht nur das denkbar beste Heim, sondern zugleich das Vorbild oder Modell eines jeden Zuhause. Jedermann sollte danach streben, sein Heim wenigstens annähernd nach diesem Modell zu gestalten. Dieser Sprachgebrauch legt

somit nahe, dass ein Ideal ein Vorbild ist. Das schließt eine Art Vergleich zwischen dem Ideal auf der einen und der Wirklichkeit auf der anderen Seite ein, in unserem Fall einen Vergleich zwischen unserem Heim, in dem wir tatsächlich leben und jenem idealen Heim, das wir gerne besitzen würden, wenn wir es uns leisten könnten.

Schließlich gibt es noch eine dritte Verwendung des Begriffs. Nehmen wir einmal an, wir fragten einen Freund, was er gerne nach seiner Pensionierung tun würde. Vielleicht sagt er, er würde gerne auf eine schöne tropische Insel übersiedeln, eine Insel mit einem herrlichen Klima, schönstem Sonnenschein, weiten Stränden, einer tollen Brandung, optimalen Surfgelegenheiten, und dort wolle er für den Rest seines Lebens verweilen ... einfach bloß weit, weit weg von allem anderen. Aber dann fährt er vielleicht fort: „Na ja, ich glaube doch nicht, dass ich das jemals tun werde. Es ist ja bloß so eine Idealvorstellung.“ - In diesem Beispiel bezeichnet das Wort „Ideal“ einen äußerst wünschenswerten Zustand, der sicherlich vorstellbar ist und den man sich ganz klar und deutlich ausmalen kann, den man aber aus irgendeinem Grunde für unerreichbar hält. Dies sind die drei verschiedenen Arten, in denen wir das Wort „Ideal“ verwenden.

Nachdem wir nun besser verstehen, wie das Wort „Ideal“ benutzt wird, kommen wir zu einer sehr wichtigen Frage, und mit dieser Frage nähern wir uns zugleich dem Kern des heutigen Themas. Wir haben vom idealen Heim gesprochen, und wir können gut verstehen, worum es dabei geht. Wir haben die ideale Ehefrau erwähnt, den idealen Gatten, den idealen Job, bis hin zum idealen Schneebesen. Aber eines haben wir vielleicht vergessen. Wie steht es mit der Person, die alle diese Dinge benutzt und in alle diese Beziehungen eintritt? Wie steht es mit dem individuellen Menschen? Anscheinend haben wir ihn aus den Augen verloren, wie es so leicht inmitten der Komplexität des modernen Lebens geschieht. Die Frage, die wir wirklich stellen, lautet: „Was ist der ideale Mensch?“ Fast jeder glaubt zu wissen, was mit einem idealen Heim, einer idealen Ehefrau oder einem idealen Ehemann gemeint ist, aber haben wir je die Frage erwogen, was die denkbar beste Art Mensch ist – nicht bloß der denkbar beste Arbeitgeber, der beste Bürger oder das beste Mitglied einer bestimmten sozialen oder Altersgruppe, sondern der denkbar beste Mensch *per se*, die beste Art Mensch *als Mensch*? Denn wir sind Menschen, und deshalb betrifft diese Frage uns selbst ganz zentral. Was ist das Ideal für unser Leben?

Die buddhistische Antwort auf diese Frage ist klar, kategorisch und unzweideutig. Der ideale Mensch ist der Erleuchtete, der Erwachte Mensch. Der ideale Mensch ist der Buddha. Das bedeutet: Das Ideal für die Menschheit – das Ideal für den einzelnen Menschen – ist Erleuchtung. Das Ideal ist Buddhaschaft.

Daraus ergeben sich drei Fragen, die wir nacheinander erörtern müssen. Erstens: „Was ist Erleuchtung oder Buddhaschaft?“ Zweitens: „Woher wissen wir, dass dieser Zustand, den wir Erleuchtung nennen, das Ideal für die Menschen ist?“ Drittens: „Woher kommt dieses Ideal der Erleuchtung? Woraus leiten wir es ab? Was ist sein Ursprung?“

Wenn wir diese drei Fragen beantwortet haben, werden wir vielleicht schon eine recht genaue, mindestens aber eine allgemeine Vorstellung davon haben, was „das Ideal des Erleuchteten Menschen“ bedeutet.

Was ist Erleuchtung?

Die buddhistische Überlieferung spricht in all ihren verschiedenen Schulen davon, dass Erleuchtung hauptsächlich drei Aspekte umfasst. Zunächst einmal spricht sie von Erleuchtung als einem Zustand reinen, klaren – sogar strahlenden – Gewahrseins. Einige Schulen gehen soweit zu sagen, dass in dieser Bewusstseinsverfassung die Dualität von Subjekt und Objekt nicht länger erfahren wird. Es gibt kein „dort draußen“ und kein „hier drinnen“ mehr. Diese Unterscheidung, die Subjekt-Objekt-Spaltung, wie wir sie gewöhnlich nennen, ist vollkommen transzendierte. Es gibt nur noch stetiges, reines, klares Gewahrsein, das sich gleichsam in alle Richtungen ausdehnt, rein und homogen. Mehr noch, es handelt sich um ein Gewahrsein der Dinge, *wie sie wirklich sind*, wobei hier natürlich nicht Dinge als Objekte gemeint sind, sondern sozusagen Dinge als Transzendierung der Dualität von Subjekt und Objekt. Darum spricht man von diesem reinen, klaren Gewahrsein auch als Gewahrsein von *Realität* oder als Zustand des Wissens. Solches Wissen ist kein Wissen im üblichen Sinne – nicht jene Art Wissen, die im Rahmen der Subjekt-Objekt-Spaltung gilt –, sondern es ist eher eine Verfassung direkter, unvermittelter spiritueller Vision oder Schauung, die alle Dinge direkt, klar, genau und richtig sieht. Es ist eine spirituelle Schauung – oder auch eine Transzendente Vision – die frei ist von aller Verblendung, frei von falschen Auffassungen, von schiefen und fehlerhaften Denkweisen, frei von Verschwommenheit, Undeutlichkeit und jeglicher mentalen Konditionierung sowie frei von Vorurteilen. Erleuchtung ist also zunächst einmal diese Verfassung reinen, klaren Gewahrseins, dieser Zustand von Wissen oder Schauung.

Zweitens, und das ist nicht weniger wichtig, beschreibt man Erleuchtung als eine Verfassung kraftvoller, tiefer, überströmender Liebe und mitfühlenden Erbarmens. Diese Liebe wird gelegentlich mit der Liebe einer Mutter zu ihrem einzigen Kind verglichen. Diesen

Vergleich finden wir beispielsweise in einem sehr bekannten buddhistischen Text, dem *Metta-Sutta*, der „Lehrrede über Liebevoller Güte“. In dieser Lehrrede sagt der Buddha: „Wie eine Mutter ihr einziges Kind selbst um den Preis des eigenen Lebens schützt, so sollte man eine Gesinnung allumfassender Liebe zu allen Lebewesen entwickeln.“ Es ist diese Art des Fühlens und diese Geisteshaltung, die wir kultivieren sollen. Dabei fällt auf, dass der Buddha nicht nur von allen Menschen spricht, sondern von allen Lebewesen: von allem, was lebt, atmet und sich bewegt, von allem, das fähig ist zu empfinden. Auf solche Weise empfindet ein erleuchteter, erwachter Geist. Und es heißt weiter, dass diese Liebe und dieses mitfühlende Erbarmen in dem Herzenswunsch – einem tiefen, brennenden Verlangen – besteht, dass es den Wesen wohl ergehen möge, dass sie glücklich sein mögen: in dem Wunsch also, dass alle Lebewesen von Leiden und allen Schwierigkeiten frei werden mögen, dass sie wachsen, gedeihen und schließlich Erleuchtung erlangen mögen. Liebe und Erbarmen in diesem Sinne – unendliche, überströmende, grenzenlose Liebe für alle Lebewesen – auch das ist ein Aspekt von Erleuchtung.

Drittens besteht Erleuchtung in einer Verfassung oder einem Erleben unerschöpflicher mentaler und spiritueller Energie. Eine Begebenheit aus dem Leben des Buddha kann das gut veranschaulichen. Bekanntlich hatte der Buddha im Alter von fünfunddreißig Jahren Erleuchtung erlangt, und von diesem Zeitpunkt an wanderte und lehrte er bis ins hohe Alter von achtzig Jahren, obwohl sein physischer Körper dabei schließlich sehr gebrechlich wurde. Einmal sagte er: „Mein Körper ist wie ein alter, kaputter Karren, der schon viele Male repariert worden ist. Es ist, als würde er gleichsam nur von Stricken zusammen und in Gang gehalten. Mein Geist aber ist stark wie eh und je. Selbst wenn man mich auf einer Bahre von Ort zu Ort tragen müsste, könnte ich doch immer noch die Fragen all derer beantworten, die zu mir kommen, und ich könnte sie noch immer unterweisen. Ist mein Körper auch geschwächt - unvermindert sind meine intellektuellen und spirituellen Kräfte.“ Energie oder Tatkraft ist somit ein weiteres Merkmal des Erwachens.

Wir können Erleuchtung als eine Verfassung gewaltiger Energie beschreiben, als einen Zustand vollkommen freier Spontanität, die unaufhörlich aufwallt: ein Strom fortwährender Kreativität. Kurz und bündig können wir Erleuchtung als einen Zustand vollkommener und nicht bedingter Freiheit von allen subjektiven Begrenzungen bezeichnen.

So also wird „Erleuchtung“ in der buddhistischen Überlieferung verstanden – das heißt, soweit man Erleuchtung überhaupt beschreiben und ihre verschiedenen Aspekte in solcher Weise auflisten kann. Eigentlich aber geschieht dies: Wissen geht über in Liebe und Erbarmen, Liebe und Erbarmen in Energie, Energie in Wissen und so weiter. Letztendlich können wir keinen Aspekt von den anderen trennen. Dennoch wird uns diese listenartige Darstellung von

Erleuchtung überliefert, um uns wenigstens eine Andeutung dieser Erfahrung zu vermitteln, und sei es auch nur eine schwache Vorstellung oder ein Gefühl davon, wie sie ist. Wer eine klarere Vorstellung als die hier gegebene gewinnen möchte, wird vielleicht eine weitergehende, poetische Beschreibung lesen müssen, wie man sie am besten in den buddhistischen Schriften findet; man kann aber auch die Übung von Meditation aufnehmen und so versuchen, wenigstens einen Schimmer vom Zustand der Erleuchtung zu spüren, während man meditiert. Wenn also im Buddhismus von Erleuchtung, von Buddhaschaft oder Nirvana gesprochen wird, dann ist dies gemeint: ein Zustand des Wissens, der Liebe, des mitfühlende Erbarmens und der Energie in höchster Vollkommenheit.

Woher wissen wir, dass Erleuchtung das Ideal für Menschen ist?

Vor unserem Versuch, diese Frage zu beantworten, müssen wir zwei Arten von Idealen unterscheiden. Es gibt zwar keine allgemein üblichen Begriffe dafür, doch können wir sie als „natürliche“ und „künstliche“ Ideale unterscheiden. Als natürliches Ideal bezeichne ich ein Ideal, das die Natur der Sache oder der Person berücksichtigt, für die es ein Ideal ist. Ein künstliches Ideal hingegen tut dies nicht, sondern es drängt sich gewissermaßen von außen, in künstlicher Weise auf. Um noch einmal auf unser „ideales Heim“ zurückkommen: So schön, prächtig und bequem es in auch jeder Hinsicht sein mag, wäre ein solches Heim für einen gelähmten Menschen keineswegs ideal, wenn es darin steile Treppen gäbe. Ebenso wäre das Leben eines Industriellen wie Henry Ford kein Ideal für jemanden, der von Anlage und Neigung her eher ein Künstler ist.

In Anlehnung an diese Unterscheidung können wir sagen, dass Erleuchtung kein künstliches Ideal ist. Sie ist nichts, was dem Menschen von außen auferlegt wird, nichts, was nicht zu ihm gehört beziehungsweise nicht im Einklang mit seiner Natur steht. Erleuchtung ist ein natürliches Ideal für die Menschen oder – sogar das darf man sagen – das natürliche Ideal. Es gibt nichts Künstliches oder Willkürliches daran. Erleuchtung ist ein Ideal, das der Natur und den Bedürfnissen der Menschen in gleicher Weise entspricht. Das können wir auf zwei Wegen erkennen. Als wir eben von der Natur der Erleuchtung sprachen, erschien sie, obwohl verständlich, doch zugleich als etwas überaus Geläutertes und von unserem gegenwärtigen Erleben weit Entferntes. Die besonderen Eigenschaften jedoch, welche die Erleuchtung ausmachen, sind in uns schon jetzt keimhaft vorhanden. Sie sind uns nicht völlig

fremd. In gewissem Sinne sind sie für Menschen natürlich. In jedem Mann, in jeder Frau und sogar in jedem Kind steckt etwas Wissen – etwas Erkenntnis – der Realität, so gering und unzulänglich dies auch sein mag, etwas Liebe und Erbarmen, mögen sie auch noch so beschränkt und exklusiv sein, und etwas Energie, so grob und unkultiviert, so bedingt und unfrei sie auch ist. Alle diese Qualitäten sind in gewissem Ausmaß schon vorhanden. Und es sind tatsächlich diese Eigenschaften, die den Menschen vom Tier unterscheiden. Auf der Stufe von Erleuchtung aber sind sie ganz und vollkommen entwickelt – in einem Ausmaß, wie wir es uns kaum vorstellen können.

Weil also die Qualitäten von Wissen, Liebe und Energie schon im Menschen gegenwärtig sind, und sei es auch bloß in embryonaler Form, haben wir Menschen gewissermaßen eine natürliche Verwandtschaft zur Erleuchtung, und deshalb können wir auch auf das Ideal der Erleuchtung antworten, wenn wir ihm begegnen. Selbst dann, wenn jemand von absolutem Wissen, von Schauung der Realität oder von grenzenloser Liebe und unendlichem Erbarmen für alle Lebewesen spricht, ist uns das nicht völlig fremd. Es ist nicht bloß ein Wort-geplänkel. Wir können dabei etwas empfinden. Das ist deshalb so, weil der Keim, der Same davon in unserer eigenen Erfahrung bereits vorhanden ist. Wir können auf das Ideal der Erleuchtung antworten, wann immer und wie immer wir darauf stoßen mögen – sogar dann, wenn wir es in eher schwachen, beschränkten oder verzerrten Formen kennenlernen.

Außerdem wissen wir, dass Erleuchtung das natürliche Ideal für Menschen ist, weil nichts Anderes uns langfristig wirklich befriedigen könnte. Wir mögen alle Arten von Freuden genießen und alle möglichen Ziele erreichen. Zuletzt spüren wir doch, dass tief in uns etwas unbefriedigt, ungesättigt bleibt. Das ist es, was man im Buddhismus *dukkha* nennt: Unbefriedigtsein oder sogar Leiden. Die Überlieferung spricht von drei Arten von *dukkha*, drei Arten des Leidens. Die erste heißt einfach „das Leiden, das Leiden ist“. Dies ist offenbar jener Schmerz, den wir empfinden, wenn wir uns in den Finger geschnitten haben oder wenn jemand uns geärgert oder enttäuscht hat. Dies ist eine Art von Leiden, die eben einfach Leiden ist. Dann gibt es das „Leiden aufgrund von Veränderung“. Wir besitzen etwas, wir genießen es – wir haben viel Spaß daran –, aber aufgrund seiner eigenen Natur ist diese Sache nicht von Dauer und deshalb kann auch unsere Beziehung dazu nicht ewig währen. Irgendwann gehen die Dinge kaputt, irgendwann zerbricht unsere Beziehung zu ihnen, aber weil wir sie so sehr genossen haben, weil wir inzwischen so sehr an ihnen hängen, folgt nun Leiden – das Leiden, das als Ergebnis von Veränderung, Wandel und Zeit eintritt. Schließlich gibt es das „Leiden am bedingten Dasein selber“: das Leiden an allem, was nicht Erleuchtung ist. Auch wenn wir Dinge erwerben und sogar dann, wenn wir sie auf Dauer besitzen und genießen, gibt es doch einen Platz in unserem Herzen, der unbefriedigt bleibt, der etwas mehr oder anderes möchte,

etwas Weitergehendes, etwas Größeres. Und dieses Etwas ist das, was wir Erleuchtung oder Erwachen nennen. Auch aus diesem Grunde wissen wir daher, dass Erleuchtung das natürliche Ideal für Menschen ist, denn Menschen – sofern sie wahrhaft Menschen oder im echten Sinne Individuen sind – sind letztlich mit nichts Geringerem zufrieden zu stellen. Wollen wir das Ideal der Erleuchtung personifizieren und einmal die eher theistische Ausdrucksweise des heiligen Augustin verwenden, dann können wir auch sagen: „Du hast uns um Deiner selbst willen geschaffen, und unsere Herzen werden rastlos bleiben, bis sie in Dir Ruhe finden.“

Woher kommt das Ideal der Erleuchtung

Das Ideal kommt aus dem menschlichen Leben selbst, aus der Geschichte der Menschheit. Einen anderen Ursprung könnte es auch gar nicht haben. Das Ideal für die Menschen kann nur aus ihnen selbst kommen, es kann nur aus einem menschlichen Wesen kommen. Wenn wir zurückblicken in die Geschichte, dann können wir manche Menschen sehen, die tatsächlich Erleuchtung erlangt und die Kluft zwischen Ideal und Wirklichkeit geschlossen haben. Wir können Menschen sehen, die all jene Geistesvermögen voll entfaltet haben, die in den meisten Männern und Frauen nur keimhaft vorhanden sind. Blicken wir in die Geschichte zurück, dann erkennen wir Individuen, die das Ideal lebendig verkörperten. Insbesondere sehen wir beim Blick in die Vergangenheit des Ostens, in die Geschichte Indiens, die Gestalt des Buddha. Wir sehen die Gestalt jenes jungen, indischen Patriziers, der vor etwa zweieinhalbtausend Jahren Erleuchtung erlangte oder, mit dem Wort der buddhistischen Schriften: *bodhi*, was „Erwachen“ bedeutet. Er war es, der nach seiner Erleuchtungserfahrung jene große spirituelle Revolution und jene große spirituelle Überlieferung begründete, die man heute Buddhismus nennt.

An dieser Stelle möchte ich gerne gewisse Missverständnisse aufklären, die den Buddha und den Buddhismus betreffen. Am Anfang des Vortrags sagte ich, auch Nicht-Buddhisten hätten vermutlich zumindest eine Gestalt oder ein Bild des Buddha gesehen und seien damit vielleicht sogar recht vertraut. Allerdings – obwohl sie ein solches Bildnis vielleicht viele Male gesehen haben, mögen sie doch keineswegs eine klare Vorstellung davon haben, was das Bild eigentlich symbolisiert. Sie werden vielleicht nicht wissen, wer oder was der Buddha ist. In der Tat haben viele Menschen recht gravierende Missverständnisse über ihn. Zwei von ihnen sind besonders wichtig: erstens die Annahme, der Buddha sei ein gewöhnlicher Mensch, und

zweitens die Annahme, der Buddha sei Gott. Beide Missverständnisse sind Ergebnisse eines Denkens, das – wissentlich oder unwissentlich – christliche oder zumindest theistische Begriffe verwendet, d.h., Begriffe wie den eines persönlichen Gottes, eines höchsten Wesens, das die Welt erschaffen hat und sie aus seiner göttlichen Vorsehung heraus regiert.

Im orthodoxen Christentum gelten Gott und Mensch bekanntlich als voneinander ganz und gar verschiedene Wesen. Gott ist „dort oben“, Mensch ist „hier unten“, und zwischen ihnen liegt eine tiefe Kluft. Gott ist der Schöpfer. Er hat den Menschen aus Staub ins Dasein gerufen. Der Mensch ist somit Geschöpf. Manchen Berichten zufolge wurde er so geformt, wie ein Töpfer einen Topf herstellt. Außerdem: Gott ist rein, Gott ist heilig, Gott ist makellos; der Mensch aber ist sündig, und niemals kann ein Mensch Gott werden – eine solche Vorstellung ist nach streng christlicher und theistischer Überlieferung widersinnig. Aber damit nicht genug – mit nur einer einzigen Ausnahme kann Gott auch nie Mensch werden. Diese Ausnahme ist natürlich Jesus Christus, der für orthodoxe Christen der inkarnierte Gott ist. Somit können wir sagen, dass Christen mit drei Kategorien umzugehen haben: Gott, Mensch, was immer „sündiger Mensch“ heißt, und inkarnierter Gott oder Christus.

Wohin gehört nun der Buddha? Wie benutzt ein orthodoxer Christ seine Kategorien, wenn er der Gestalt des Buddha begegnet? Selbstverständlich ist der Buddha für orthodoxe Christen nicht Gott. (Für sie gibt es natürlich nur einen Gott.) Ebenso gewiss ist der Buddha kein inkarnierter Gott, denn nach strenggläubig christlicher Lehre ist Gott nur einmal, als Jesus Christus, leibhaftig Mensch geworden. Somit bleibt nur die Kategorie des Menschen übrig. Begegnen orthodoxe Christen der Gestalt des Buddha, dann ordnen sie ihn deshalb als Menschen ein – als einen gewöhnlichen Menschen, der im Kern genauso ist wie alle anderen auch –, sogar als einen sündigen Menschen, wenn er auch wohl ein erheblich besserer Mensch gewesen sein mag als die meisten anderen. Aber um wieviele besser er auch gewesen sein mag, immer gilt er als unermesslich geringer als Gott, unermesslich geringer als Christus.

Soviel zum ersten Missverständnis. Das zweite folgt aus dem ersten. Selbst christliche Gelehrte, die buddhologische Studien betreiben, behaupten, der Buddha, der doch bloß ein gewöhnlicher Mensch gewesen sei, sei von seinen Anhängern zu einem Gott erhoben worden. Auch heute noch kann man häufig in Büchern nachlesen, seine Anhänger hätten den Buddha nach seinem Tod „vergöttlicht“. Und es heißt, dies werde durch die Tatsache bestätigt, dass Buddhisten den Buddha anbeteten – wie man aber weiß, ist nur ein Gott der Anbetung würdig. Wenn Buddhistinnen und Buddhisten daher jemanden oder etwas anbeten, werden Christen unvermeidlich denken, dass sie ihn als Gott behandeln.

Diese beiden Missverständnisse sind verhältnismäßig leicht aufzuklären. Wir müssen uns bloß selbst von unserer christlichen Konditionierung befreien, einer Konditionierung, die – zumindest unbewusst – sogar jene beeinflusst, die sich selbst nicht mehr als Christen

verstehen. Dazu muss man aufhören, über den Buddha in Begriffen nachzudenken, die eigentlich nicht-buddhistische Begriffe sind. Buddhismus ist eine nicht-theistische Überlieferung und das bedeutet: eine Überlieferung, die nicht an die Existenz eines höchsten Wesens glaubt, das die Welt erschaffen hat. In der Tat verneinte der Buddha ausdrücklich die Existenz eines solchen Wesens. Er ging sogar soweit, den Glauben an einen persönlichen Gott, an eine Schöpfergestalt, als Hindernis für die Führung eines spirituellen Lebens zu bezeichnen.

Wer also oder was war der Buddha? Wie denken die *Buddhisten* und *Buddhistinnen* über ihn? Wie dachte er über sich selbst? Zunächst einmal war er ein Mensch. Allerdings war er kein gewöhnlicher Mensch. Er war ein erwachter Mensch: ein Mensch, der vollkommenes Wissen, unbegrenzte Liebe und Erbarmen sowie unerschöpfliche Energie lebendig verkörperte. Allerdings wurde er nicht schon als ein derart außerordentlicher Mensch geboren. Er wurde erst zum außergewöhnlichen Menschen, er wurde zu einem Erleuchteten oder Erwachten kraft seiner eigenen menschlichen Anstrengung, das zu verwirklichen, was als Möglichkeit schon in ihm angelegt war, oder das voll zu entfalten, was bislang nur keimhaft in ihm lag. Somit unterscheidet der Buddhismus zwei große Kategorien: die der gewöhnlichen Menschen und die Kategorie der Erwachten.

Obwohl nun die Kluft zwischen diesen beiden nicht unüberbrückbar ist wie die Kluft zwischen Gott und Mensch im Christentum, ist doch die Entfernung zwischen ihnen überaus weit, und es bedarf einer gewaltigen Anstrengung, um diesen Graben zu durchqueren. Tatsächlich glauben viele Buddhisten, man müsse diese Bemühung während einer langen Folge von Lebzeiten – sei es hier auf der Erde oder in höheren Bereichen – durchhalten. Aus diesem Grunde versteht man den „Erleuchteten“ als unabhängige Daseinskategorie. Im Buddhismus betrachtet man den Erleuchteten als das höchste Wesen im Universum, ein Wesen, das sogar höher steht als die Götter. Und aus diesem Grunde wird auch der erleuchtete Mensch andächtig verehrt. Er wird aus Dankbarkeit verehrt, weil er ein Beispiel gegeben oder den Weg gezeigt hat – weil er uns gezeigt hat, was auch wir werden können. Mit anderen Worten: Der Buddha wird nicht als Gott angebetet, sondern er wird als Lehrer, als Vorbild oder als ein Führer verehrt.

In diesem Zusammenhang bezeichnet man den Buddha Gautama oft als *Loka-jyeshtha* (sprich: Lokadscheshta). Im Westen ist der Buddha Gautama meist bloß als „der Buddha“ bekannt, aber im Osten gibt es etliche allgemein geläufige Titel für ihn. So nennt man ihn den *Tathagata*, den *Bhagavan*, den *Arhant* und, wie schon gesagt, auch *Loka-jyeshtha*. Die Bezeichnung *Loka-jyeshtha* bedeutet „älterer Bruder der Welt“ oder „älterer Bruder der Menschheit“. Man nennt den Buddha deshalb so, weil er der spirituell Erstgeborene ist und

wir anderen ihm spirituell nachgeboren sind. Man findet oft beschrieben, wie der Buddha zu seinen Schülern sagt: „Ihr seid meine eigenen, wahren Söhne, aus meinen Worten geboren, aus der Lehre geboren: die Erben spiritueller Güter, nicht die Erben weltlichen Besitzes.“ Manchmal, so zum Beispiel im *Vinaya-Pitaka*, wird der Buddha mit dem ersten Küken verglichen, das im Gelege ausschlüpft. Dieses erstgeborene Küken beginnt, mit seinem kleinen Schnabel an die Schalen der anderen Eier zu picken und hilft so den anderen Küken auszuschlüpfen. Vom Buddha heißt es, er sei wie dieses erste Küken. Er ist der erste, der die Schale der Unwissenheit, die Schale spiritueller Finsternis und Blindheit durchbricht und der dann an unsere Schalen klopft. Er weckt uns auf mit seiner Lehre – er hilft uns, selber auszubrechen.

Aus all dem kann man sehen, dass die buddhistische Auffassung vom erleuchteten Menschen, vom Buddha, etwas bezeichnet, für das wir im westlichen Denken oder in der westlichen religiösen Überlieferung keine Entsprechung kennen. Er ist weder Gott noch Mensch im christlichen Sinn. Er ist nicht einmal Mensch-ohne-Gott, also ein ohne einen Gott auf sich selbst gestellter Mensch. Er ist etwas dazwischen – und jenseits davon.

Am besten können wir über den Erleuchteten Menschen vielleicht mit Hilfe des Evolutionsbegriffs nachdenken. Der Mensch ist ein Tier, aber er ist kein gewöhnliches Tier. Mangels eines treffenderen Begriffs können wir ihn als rationales Tier bezeichnen. Er bildet eine neue Mutation, eine neue Art, eine neue Kategorie: ein Tier, aber eben doch zugleich unendlich viel mehr als ein Tier. Er ist ein menschliches Wesen – Mensch. In gleicher Weise ist der Buddha ein Mensch, aber er ist kein gewöhnlicher Mensch. Er ist ein Erleuchteter Mensch. Auch er steht für eine neue Mutation, eine neue Spezies, eine neue Daseinskategorie: ein menschliches Wesen, aber doch zugleich unendlich mehr als ein Mensch – ein *Erwachter* Mensch, ein *Buddha*.

Nunmehr können wir auf die Missverständnisse eingehen, die den Buddhismus betreffen. Wie zu erwarten war, sind sie eng mit den Missverständnissen über den Buddha verknüpft. Insoweit der Buddhismus nicht-theistisch ist, bildet er eigentlich keine Religion in der üblichen westlichen Bedeutung dieses Wortes. Manche Leute können dies nur schwer verstehen, weil sie den Buddhismus immer für eine Religion gehalten haben. Vielleicht sind sie ihm im Lexikon oder im Fernsehen unter dieser Rubrik begegnet, und natürlich teilen sie die vage Überzeugung, dass „Religion“ nun einmal Glaube an Gott bedeute. Darum denken sie, der Buddhismus müsse den Glauben an Gott lehren. Hierbei handelt es sich aber bloß um verwirrtes Denken. Manche Leute denken sogar, *irgendwo* im Buddhismus müsse es doch einen Gott geben – und sie strengen sich gewaltig an, ihn zu finden. Sie beschuldigen sogar die Buddhisten, ihn verlegt, verloren, ja, sogar versteckt zu haben!

Wenn nun der Buddhismus keine Religion im christlichen Sinne ist, was ist er dann? Diese Frage können wir am besten beantworten, wenn wir zu unserer Unterscheidung zwischen der normalen Wirklichkeit und dem Ideal zurückkommen, zwischen dem Erleuchteten Menschen und dem unerleuchteten Menschen. Buddhismus oder auch der *Dharma*, wie man die buddhistische Lehre traditionell nennt, ist all das, was uns hilft, die Wirklichkeit in das Ideal zu verwandeln. Buddhismus ist alles, was hilft, die Kluft zwischen dem Zustand der Unwissenheit und dem Zustand der Erleuchtung zu überbrücken. Anders gesagt ist Buddhismus, was immer uns hilft, uns zu entwickeln oder spirituell zu wachsen. Aus diesem Grunde antwortete der Buddha auf die Fragen seiner Tante und Pflegemutter Maha-prajapati (sprich: pradschá-patti) Gautami: „Welche Lehren auch immer zu Gemütsruhe, zu Freisein, zur Abnahme weltlichen Gewinns, zu Genügsamkeit, zu Zufriedenheit, zu Alleinsein, zu Tatkraft und zur Freude am Guten führen, bei diesen Lehren kannst du sicher sein, dass sie die Lehre des Buddha sind.“ Wie diese Worte zeigen, ist der Maßstab nicht theoretisch, sondern praktisch. In seiner langen Geschichte hat der Buddhismus eine Vielzahl verschiedener Philosophien – wenn man sie so nennen will –, eine Vielzahl unterschiedlicher Methoden sowie mannigfaltige Institutionen hervorgebracht. Sie alle haben aber nur ein und denselben Zweck: Sie sollen die einzelnen Menschen darin unterstützen, sich von der Stufe des gewöhnlichen menschlichen Wesens weiterzuentwickeln zur Stufe der Erleuchteten Menschen, zur Stufe des Buddha.

Damit können wir nun schließen, wie wir begonnen haben: mit der Gestalt von Gautama, dem Buddha. Er sitzt unter dem Bodhibaum, nur wenige Wochen nach seinem großen Erwachen. Nach einem der ältesten Berichte blickte er zu diesem Zeitpunkt weit hinaus in die ganze Welt, auf die gesamte Menschheit – nicht mit dem körperlichen Auge, sondern mit spiritueller Vision, dem, was auch sein „göttliches Auge“ genannt wird. Und als er so hinausschaute, sah er die ganze Menschheit als einen großen Teich von Lotosblumen. Er sah, dass manche dieser Blumen tief im Schlamm versunken waren, während andere halb aus dem Wasser aufragten. Einige hatten sich schon über den Wasserspiegel erhoben. Anders gesagt: Er sah all diese „Blumen“ – also alle Menschen –, wie sie sich auf verschiedenen Stufen des Wachstums, verschiedenen Stufen ihrer Entwicklung befanden. Und dies, so können wir sagen, ist auch die Art, wie der Buddhismus die Menschheit seither immer gesehen hat: wie ein Beet von Pflanzen, die Sprösslinge hervorzubringen vermögen, wie Sprösslinge, die Knospen bilden können, wie Knospen, die sich zu Blüten entfalten können, zu Lotosblüten, sogar zur tausend-blättrigen Lotosblüte selbst. Um aber wachsen zu können, um sich entwickeln zu können, brauchen Menschen etwas, *in das hinein* sie wachsen können. Sie können nicht ohne Gewährsein wachsen wie Pflanzen: Sie müssen bewusst wachsen. In der Tat können wir

behaupten, dass Wachstum für Menschen Wachstum in Bewusstheit, Wachstum in Gewahrsein bedeutet. Deshalb brauchen Menschen ein Ideal – nicht nur ein Ideal für diesen oder jenen Aspekt ihres Daseins, nicht bloß ein persönliches Ideal im Hinblick auf diese oder jene Beziehung, sondern ein Ideal für sie als Menschen. Es muss zudem ein Ideal sein, das nicht künstlich, sondern natürlich ist, das ihnen nicht von außen auferlegt wird, sondern in ihrer eigenen Natur, in ihrem Wesen schon angelegt ist: ein Ideal, das wahrhaft für die Erfüllung ihre Natur im tiefst möglichen Sinne steht. Es ist dieses Ideal, das Ideal des Erleuchteten Menschen, das ich Ihnen in diesem Vortrag zu vermitteln suchte.

Wir müssen heutzutage nüchtern anerkennen, dass viele Menschen angesichts von Idealen skeptisch sind – besonders vielleicht gegenüber spirituellen Idealen und der Möglichkeit einer Verwandlung der Wirklichkeit in Ideale. Der Buddhismus dagegen ist nicht skeptisch. Er vertraut auf das Ideal – er glaubt an das spirituelle Ideal, er glaubt an das Ideal des Erleuchteten Menschen. Er vertraut auf dieses Ideal, weil er Vertrauen in die Menschen und ihr schöpferisches Potential setzt. Weil er auf die Menschen glaubt, fordert er sie auf, sich selbst zu vertrauen, ja, an sich zu glauben. Er fordert sie nicht etwa auf, „gläubig zu sein“, und schon gar nicht, „an Buddhismus zu glauben“. Stattdessen schlägt er ihnen vor, das Ideal des Erleuchteten Menschen als eine praktische Arbeitshypothese zu testen. Er fordert sie auf, das Experiment zu machen. Er fordert sie auf, es zu versuchen.

Anmerkung zu diesem Text

„Das Ideal des erleuchteten Menschen“ ist der erste von drei Vorträgen, die Sangharakshita am 6., 13. und 20. Februar 1975 für die Friends of the Western Buddhist Order (heute: Triratna Buddhist Community), in der "Town Hall" von Auckland in Neuseeland hielt. Die deutsche Übersetzung aller drei Vorträge wurde von einem Übersetzerteam erstellt und erschien 1992 bei do-Publikationen in Essen unter dem Titel *Erleuchtung: Eine Begegnung mit den Idealen und Methoden des Buddhismus*. Beim hier vorliegenden Text handelt es sich um eine geringfügige Bearbeitung der früheren Übersetzung.

Bei Zitaten und Verweisen bitten wir um die Angabe folgender Beleghinweise:

„Sangharakshita, *Das Ideal des erleuchteten Menschen*. Webfassung 01.2013. Download bei www.triratna-buddhismus.de (Ressourcen)“

Weitere Texte von Sangharakshita auf Deutsch

Auf der Webseite www.triratna-buddhismus.de (Ressourcen) finden Sie viele Vorträge, aber auch einzelne Kapitel aus Büchern von Sangharakshita. Diese Ressourcen werden ständig aktualisiert und erweitert.

Die meisten ins Deutsche übertragenen Bücher von Sangharakshita erschienen im Verlag **do evolution**. Bitte besuchen Sie dazu die Webseite www.do-evolution.de/buecher.0.html und bestellen Sie vorzugsweise direkt beim Verlag. Dadurch unterstützen Sie indirekt die weitere Arbeit des Verlags, da alles Geld an den Verlag zurückfließt und nicht das Meiste unterwegs aufgrund hoher Rabatte an Großhändler und Weiterverkäufer auf der Strecke bleibt. (Buddhistische) Klein-Verlage wie **do evolution** können nur durch die großzügige Unterstützung interessierter Menschen arbeiten.

Falls Sie die Übersetzungs- und Publikationsarbeit der Triratna-Gemeinschaft finanziell unterstützen wollen, überweisen Sie Ihre **Spende** bitte mit dem Verwendungszweck „buddhistische Publikationen“ an Buddhawege e.V., Postbank Dortmund, BLZ 44010046, Konto 829526463.

Eine (bei Redaktionsschluss dieses Textes) **vollständige Liste deutschsprachiger Bücher aus dem Kreis der Triratna-Gemeinschaft** finden Sie auf den folgenden Seiten. Wenn die Titel von oben erwähnten Kleinverlagen herausgegeben wurden, geben wir den direkten Link zum Verlag, in anderen Fällen empfehlen wir die Bestellung über kleinere Buchhandlungen, die Unterstützung brauchen.

Deutschsprachige Bücher aus dem Kreis der Triratna-Gemeinschaft

Von Sangharakshita

Erleuchtung, Do Publikationen, (Essen) 1992 (als Download abrufbar bei www.triratna-buddhismus.de (Ressourcen))

Das Buddha-Wort: das Schatzhaus der „heiligen Schriften“ des Buddhismus; eine Einführung in die kanonische Literatur, O.W. Barth, Bern, München, Wien 1992

Mensch, Gott, Buddha. Leben jenseits von Gegensätzen. [do evolution](http://doevolution.de) 1998

Buddhadharma. Auf den Spuren des Transzendenten. [do evolution](http://doevolution.de), Essen 1999

Sehen, wie die Dinge sind. Der Achtfältige Pfad des Buddha. [do evolution](http://doevolution.de), Essen (2., bearbeitete und erweiterte Auflage) 2000

Einführung in den tibetischen Buddhismus. Herder Verlag, 2000

Wegweiser Buddhismus. Ideal, Lehre, Gemeinschaft. [do evolution](http://doevolution.de), Essen 2001

Buddhistische Praxis. Meditation, Ethik, Weisheit. [do evolution](http://doevolution.de), Essen 2002

Buddhas Meisterworte für Menschen von heute. Satipaṭṭhāna-Sutta. Lotos-Verlag, München 2004

Die Drei Juwelen. Ideale des Buddhismus. [do evolution](http://doevolution.de), Essen 2007

Herz und Geist verstehen. Psychologische Grundlagen buddhistischer Ethik. [do evolution](http://doevolution.de), Essen 2012

Ethisch leben. [do evolution](http://doevolution.de), Essen. Erscheint voraussichtlich 2013

Von Angehörigen des Buddhistischen Ordens Triratna

Bodhipaksa, *Leben wie ein Fluss*. Goldmann, München 2011

Dhammaloka Rüdiger Jansen, *Säe eine Absicht, ernte ein Leben. Karma und bedingtes Entstehen im Buddhismus*. [Buddhistischer Studienverlag](#), Berlin (erscheint im Sommer 2013)

(Kamalashila) Matthews, Anthony, *Auf dem Weg Buddhas. Durch Meditation zu Glück und Erkenntnis*. Herder-Verlag, Freiburg 2010

(Kamalashila) Matthews, Anthony, *Buddhistische Meditation für Fortgeschrittene. Der Weg zu Glück und Erkenntnis*. Kamphausen, Bielefeld 2013

Kulananda, *Buddhismus auf einen Blick. Lehre, Methoden und Entwicklung*. [do evolution](#), Essen 1999

Maitreyabandhu, *Leben voller Achtsamkeit*. [Beyerlein und Steinschulte](#), Stambach 2012

Nagapriya, *Schlüssel zu Karma und Wiedergeburt: warum die Welt gerechter ist, als sie erscheint*. Lotos-Verlag, München 2004

Ratnaguna, *Weisheit durch Denken? Über die Kunst des Reflektierens*. [Beyerlein und Steinschulte](#), Stambach 2012

(Subhuti) Alex Kennedy, *Was ist Buddhismus*. Barth Verlag, München 1987

Subhuti, *Buddhismus und Freundschaft*. [Beyerlein und Steinschulte](#), Stambach 2011

Subhuti, *Neue Stimme einer alten Tradition. Sangharakshitas Darlegung des buddhistischen Wegs*. [do evolution](#), Essen 2011

Vessantara, *Das weise Herz der Buddhas. Eine Einführung in die buddhistische Bilderwelt*. [do evolution](#), Essen 1999

Vessantara, *Zum Wohl aller Wesen. Eine Einführung in die Welt der Bodhisattvas*. [do evolution](#), Essen 2001

Vessantara, *Flammen der Verwandlung. Eine Einführung in die trantrisch-buddhistische Bilderwelt*. [do evolution](#), Essen 2003