



Waffen symbolisieren im Buddhismus den Kampf gegen die inneren Feinde, die das Leiden hauptsächlich verursachen.

Unerschrocken hält sich der Bodhisattva im Wald des Leidens auf.

Der Kampf gegen die inneren Feinde

von Geshe Thubten Ngawang

Viele benutzen heutzutage den Ausdruck „Heiliger Krieg“, aber eigentlich passen beide Worte nicht zueinander. Heilig ist edel und rein, und Krieg ist genau das Gegenteil, wo es darum geht, Feinde zu beseitigen. Es gibt aus buddhistischer Sicht keine Möglichkeit, aus religiösen Gründen im Äußeren Krieg zu führen. Dennoch sprechen wir im religiösen Kontext manchmal von Krieg, aber er richtet sich gegen die inneren Feinde. Diese sind, wie im buddhistischen Daseinsrad dargestellt, die Leidenschaften von Hass und Gier, basierend auf Unwissenheit. Sie werden von drei Tieren (Schlange, Hahn und Schwein) symbolisiert, die sich gegenseitig in den Schwanz beißen, denn sie stacheln einander an. Die Leidenschaften sollen überwunden werden, und dies geschieht mit dem Pfad von Weisheit und Methode. Im Buddhismus kennen wir viele Symbole für Weisheit und Methode, darunter auch Waffen wie Pfeil und Bogen oder Feuer.

In den folgenden Ausführungen stütze ich mich auf die Schrift „Das Rad der scharfen Waffen“ des indischen Meisters Dharmarakṣita. Der Text beschreibt die Verhaltens- und Denkweisen eines Bodhisattva, eines Wesens, das sich auf dem Weg zur Buddhaschaft zum Wohle aller Wesen befindet. Eine solche Person ist in ihrem Geist so eingestellt, dass sie eigene Leiden an Körper und Geist als etwas Geringes auffasst, als etwas nicht

weiter Beachtenswertes. Die Leiden der anderen dagegen empfindet sie als unerträglich, und sie sieht es als ihre hauptsächliche Verantwortung an, diese Leiden zu beheben. Der Geist eines Bodhisattva ist sehr weit. Er hat ein großes Verantwortungsgefühl und nichts anderes im Sinn, als die Wesen von ihren Qualen zu erlösen. Deshalb setzt er das Glück der anderen über das eigene Wohl. Wenn eine Person mit einer solchen altruistischen Motivation selbst Schwierigkeiten erlebt, benutzt sie diese als Mittel, um das Leiden der anderen zu verringern. Der Bodhisattva, der sich auf dem Weg zur Buddhaschaft befindet, wird auch als der Held oder der Tapfere bezeichnet. In diesem Zusammenhang wird auch das Bild des Pfauen gegeben.

Mythologisch wird der Pfau als ein Tier beschrieben, das weniger an den Schönheiten des Waldes als an den Giftpflanzen interessiert ist. Diese sucht er und nimmt sie zu sich. Das Besondere ist, dass der Pfau, indem er Gift frisst, immer noch schöner wird, da er in der Lage ist, die schädliche Substanz umzuwandeln und für sich zu nutzen. Das ist die besondere Eigenschaft des Pfauen, und sie wird als Symbol für den Bodhisattva und seinen Umgang mit Leiden gewählt. Der Bodhisattva verhält sich nicht so wie andere Wesen im Daseinskreislauf, die es vor allem auf sinnliche Genüsse oder andere Annehmlichkeiten abgesehen haben. Dieser Held ist frei von Anhaftung an die weltlichen Dinge. Er hält sich jedoch im Wald des Leidens auf,

einem Wald mit Stacheln und Giften. Dieses mutige altruistische Wesen ist immer mit dem Geistesfaktor der Zufriedenheit und Wunschlosigkeit ausgestattet.

Ein solcher kraftvoller und entschlossener Geist als Basis bewirkt, dass der Held, wenn er auf angenehme Umstände trifft, nicht sofort unter ihren Einfluss fällt und Anhaftung erzeugt, um dann in die verschiedensten Leiden hineinzufallen, sondern er ist stets achtsam und meidet solche Fallen. Er gerät weder durch angenehme noch durch unangenehme Umstände in Verwirrung. Wann immer er auf Leiden trifft, nimmt er es bereitwillig auf sich. Sein Geist wird durch Leiden nicht geschwächt, sondern nimmt sogar noch an Kraft zu. Er denkt: Das ist keine große Sache, es macht nichts, ich werde es schon ertragen. Deshalb befindet er sich ständig in einem Zustand von Glück, weil er die Schwierigkeiten, denen er ausgesetzt ist, nicht besonders wichtig nimmt. Sie interessieren ihn einfach nicht so sehr. Sein Interesse richtet sich ganz auf die Beseitigung der Pein von anderen.

Ganz anders handelt die unweise, gewöhnliche Person, die nicht weiß, was anzunehmen und was aufzugeben ist. Sie setzt übertriebene Hoffnungen in weltliche Dinge, sie hegt Illusionen in Bezug auf kurzfristiges Glück im Daseinskreislauf und ist euphorisch, wenn die äußeren Umstände günstig sind. Doch sobald sich das Blatt wendet und Schwierigkeiten aufkommen,

Mañjuśrī besiegt die Feinde mit dem Schwert der Weisheit.

Was für andere Gift ist, wandelt er in nützliche Substanzen um.



verfällt sie in Schwermut und Verzweiflung. Ihr Geist schwankt immer zwischen Hoffnungen und Enttäuschungen hin und her, es geht ständig auf und ab. Dieser instabile Geisteszustand zieht weitere Fehler nach sich. Es entsteht die Bereitschaft, anderen Wesen zu schaden, die dem eigenen Glück scheinbar entgegenstehen. Feindseligkeit kann sogar dazu führen, dass man andere bestiehlt, belügt oder gar tötet. Eine Person mit einem instabilen Geist ist immer bereit, unheilsam zu handeln. Für einen weltlichen Menschen gilt folgendes: Was es eigentlich zu tun gibt, zum Beispiel Handeln zum Wohle anderer, wird nicht getan. Was falsch ist und anderen schadet, wird getan.

Der Bodhisattva, der auf der Basis eines stabilen Geistes handelt, verhält sich ganz anders. Er nimmt Zuflucht zu den Buddhas, die den Weg von Weisheit und Methode zu Ende gegangen sind, und nimmt ihren Segen entgegen. Mit diesem Vertrauen bemüht er sich nach Kräften, die Ursachen der Leiden anderer zu überwinden. Diese Ursachen sind hauptsächlich das Greifen nach einem inhärenten Selbst, also die falsche Wahrnehmung der Person, und die Selbstsucht. Diese zwei Wurzeln des Leidens zerstört der Bodhisattva mit Waffen. In einigen Textstellen heißt es, der Held führe eine Art Tanz auf, mit dem er diese falschen Geisteshaltungen vernichtet. Das Greifen nach einem unabhängigen Selbst und die Selbstsucht werden verglichen

mit dem Verhalten einer Eule, die in Tibet als besonders hinterhältiges Tier angesehen wird. Wenn alle anderen schlafen, dann ist die Eule wach und treibt im Schutze der Dunkelheit ihr Unwesen. Und wenn alle aktiv sind, dann schläft sie. Sie verhält sich damit genau im Gegensatz dazu, wie es eigentlich üblich ist. Genauso ist die Selbstsucht. Statt zum Wohle der anderen zu handeln und ihre Leiden überwinden zu helfen, ist sie stets nur auf ihr eigenes Wohl bedacht.

Im „Rad der scharfen Waffen“ finden sich Verse, in denen zu dem Buddha gebetet wird, damit er in einem kämpferischen Tanz mit Waffen diese falsche Einstellung in uns und allen Wesen zerstört. Dort ist auch die Bitte enthalten, dass er unseren Feind, den Herrn des Todes, besiegen möge. Der Buddha kann alles Denken und Greifen nach der Ansicht eines unabhängigen Selbst zerstören, er ist im Besitz des Dharmakāya und hat grenzenlose Kraft. Der Buddha wird bewundert wegen seiner Fähigkeit, Hindernisse und Feinde zu überwinden.

Der Buddha hat die Waffen des Erfassens der Selbstlosigkeit. Damit zerschlägt er die Feinde, zum Beispiel die Leidenschaften, wie mit einem riesigen Hammer. Dieses Bild kann Angst auslösen, aber wir sollten es richtig interpretieren. Waffengleiche Gegenstände in der Hand eines Buddha-Aspekts symbolisieren die Weisheit, die die Selbstlosigkeit erfasst. Sie sind selbst Ausdruck der höchsten Weisheit und

keinesfalls materielle Gegenstände. Mit dem Messer beispielsweise zerschlägt der Buddha die beiden Feinde des Übenden: die Selbstsucht und das Greifen nach einem unabhängigen Selbst. Buddhas und Bodhisattvas haben keine Zweifel über die vielfältigen Methoden, mit denen diese Hindernisse beendet werden können.

Wir bitten den Buddha im Gebet, dass er mit seiner Weisheit unsere falschen, negativen Konzepte auflösen möge. Den falschen Konzepten gegenüber solle der Buddha seine Waffen benutzen. Den Lebewesen selber, so bittet man den Buddha, möge er Zuflucht gewähren in seinem großen Erbarmen. Wenn Praktizierende schrittweise auf dem Pfad eines Bodhisattva vorankommen, werden die Fehler ihres Geistes immer weniger und schwächer, bis sie sich schließlich ganz auflösen. Damit wird der Zustand eines Weltlichen oder Kindischen überwunden, der sich von den verschiedensten Emotionen treiben lässt.

Die Leidenschaften lassen sich in fünf unterteilen: die drei Hauptleidenschaften Unwissenheit, Hass und Gier sowie Stolz und Neid. All diesen Leidenschaften liegt das Greifen nach einem unabhängigen Selbst zugrunde, so wie die verschiedenen Sinneskräfte auf der Sinneskraft des Körpers basieren. Unser Hauptfeind schlechthin ist das Greifen nach einem Selbst. Diesem Greifen geben wir die ganze Schuld für alle Leiden und alle Fehler unseres Geistes. Wir entwickeln also auf der einen



Zornvolle Gottheiten wie Yamāntaka, die Waffen in ihren Händen tragen, verkörpern eine besondere Entschlossenheit und Kraft im Kampf gegen Leiden und Hindernisse. Sie handeln aus großem Mitgefühl.

Seite eine feindselige Einstellung gegenüber den Leidenschaften und dem Greifen nach einem Selbst als Ursprung allen Leidens. Auf der anderen Seite erzeugen wir gegenüber den Lebewesen eine sehr sanfte, mitfühlende Einstellung. Ein Bodhisattva denkt daran, welche Güte er den Lebewesen verdankt, sowohl als sie seine Mütter, Verwandten, Freunde in den verschiedenen Existenzen waren, aber auch als er nicht enger mit ihnen verbunden war. Bedenken wir es genau, kommt alles, was wir im Leben zur Verfügung haben, von anderen Wesen. Deshalb entwickelt er Erbarmen, Dankbarkeit und Respekt für jedes Wesen.

Der Bodhisattva ist bereit, alles, was die anderen nicht wollen, auf sich zu nehmen, sogar die Leidenschaften. Er wäre bereit, die Leidenschaften der anderen, also die Ursachen allen Leidens, und die leidhaften Wirkungen, die sich aus den Leidenschaften und befleckten Handlungen ergeben, auf sich zu nehmen. Praktisch ist es nicht möglich, anderen ihre Leiden und Leidensursachen direkt abzunehmen. Hier geht es vor allem um die Entschlossenheit des Geistes. Der Bodhisattva entwickelt die innere Stärke, alle Leiden von anderen zu akzeptieren, wenn es ihnen nützen würde. Durch eine solche Meditation entsteht eine große Geisteskraft. Vom Gesetz des Karma her wird allerdings jeder die Resultate seiner eigenen Handlungen erleben.

Wir sollten bei der Entwicklung einer altruistischen Geisteshaltung geschickt vorgehen und uns stufenweise schulen. Zuerst denken wir etwas mehr an die Leiden der anderen. Am Anfang

ist es uns kaum denkbar, hauptsächlich das Wohl der anderen im Blick zu haben oder gar ihre Leiden auf uns zu nehmen. Eher ist es im Moment so, dass wir uns über unsere eigenen Probleme wie körperliche Krankheiten große Sorgen machen. Wir denken 24 Stunden des Tages daran, was uns alles passieren könnte, und versuchen, uns zu schützen. Unsere Angst ist groß, dass uns etwas zustoßen könnte. Diese eigennützige Einstellung kann nur langsam umgewandelt werden gegen eine Haltung, die mehr die anderen in den Mittelpunkt des Interesses rückt.

Wir sollten uns vor Augen führen, dass die Wesen sich wirklich verändern können. Der Geist ist augenblicklich, wandelbar. Dies beinhaltet, dass er sich unter günstigen Bedingungen positiv entwickelt bis hin zu außerordentlichen Geisteshaltungen wie dem Erleuchtungsgeist. Wir sprechen oft über Meditation. Wir schulen uns schrittweise, um mit Leiden besser fertig zu werden oder sie auf uns zu nehmen. Wir können langsam damit beginnen, eine Entschlossenheit im Geist hervorzubringen. Anfänglich vergegenwärtigen wir uns, dass wir im Moment

Die vier Māras

Im Buddhismus werden manchmal Waffen als Symbole für Weisheit benutzt, während die zu besiegenden Feinde als „Māra“ bezeichnet werden. Māra symbolisiert das Böse in vier Aspekten: den Leidenschaften als den hauptsächlichsten Feinden, dem Tod, den befleckten Aggregaten von Körper und Geist und dem Māra in Gestalt der sogenannten Devaputras, also Geistwesen, die andere schädigen.

Der Māra der Leidenschaften ist am gefährlichsten und folgendermaßen charakterisiert: Auf der Grundlage einer falschen Erfassungsweise der Realität gerät man in einen unruhigen und undisziplinierten Zustand. Jede geistige Haltung, die undiszipliniert und unruhig ist, ist eine Leidenschaft, egal, ob es sich um Hass, Gier, Stolz, Neid oder andere Faktoren handelt. Solange jemand unter dem Einfluss von Leidenschaften steht, kann es geschehen, dass ihm Feinde oder schädliche Geistwesen erscheinen – in Gestalt der Devaputras, der vierten Form von Māra. Das Leiden des Todes wird ebenfalls als Māra bezeichnet. Sobald man geboren wird, ist klar, dass man sterben muss, und dies ist sehr leidhaft. Auch die Aggregate von Körper und Geist, die unfreiwillig angenommen werden, sind eine Form von Māra. Die Furcht, die angesichts der vier Māras entsteht, wird mit dem Schwert der Weisheit oder mit Pfeil und Bogen von Weisheit und Methode zerstört. Damit werden die Māras vernichtet.



relativ gesund an Körper und Geist sind. Aber es ist vorhersehbar, dass dies nicht so bleiben wird. Wir führen uns vor Augen: Vielleicht werde ich krank oder verliere meine Arbeit. Die Reihe der Probleme, die auftreten können, ist lang. Wir sehen diesen Schwierigkeiten ins Auge, statt sie wegzuschieben. So wächst eine gewisse Entschlossenheit heran, wir begegnen dem Leben furchtloser und akzeptieren zunächst unser eigenes zukünftiges Leiden.

Sehr wichtig ist es an diesem Punkt, die Gesetzmäßigkeit des Abhängigen Entstehens, die zentrale Philosophie des Buddhismus, zu verstehen. Wer darin geschult ist, kann in jeder Situation, sei sie angenehm oder unangenehm, einen klaren Geist beibehalten. Eine solche Person reagiert weder euphorisch auf Angenehmes noch depressiv auf Unangenehmes; denn sie weiß auf Grund der Einsicht in das Abhängige Entstehen, wie Glück und Leid eigentlich existieren. Sie ist stabil, nicht hin- und hergeworfen zwischen Abneigung und Anhaftung gegenüber Leiden und Glück. Sie kann sogar so weit kommen, dass sie Freude daran entwickelt, mit Schwierigkeiten umzugehen und sich daran zu üben. Diese Freude ist das Kriterium für die Tatkraft, die vierte der sechs Vollkommenheiten eines Bodhisattva. Die Tatkraft ist ein Geistesfaktor, der Freude am Heilsamen hat, das heißt an der Praxis des Dharma, und der sogar in der Lage ist, diese Freude in unangenehmen Situationen aufrechtzuhalten.

Auf unserer Ebene versuchen wir zunächst, eine anfängliche Entschlossenheit im Umgang mit unserem eigenen

Leiden zu entwickeln, eine gewisse Geisteskraft. Dann können wir langsam auch das Wohl der anderen mit einschließen, indem wir uns deutlich machen: Nicht nur ich selber möchte Glück und kein Leid erleben, sondern alle Wesen streben danach. Die anderen Wesen haben das gleiche Recht, Glück zu erlangen und Leiden zu überwinden. Überdies gibt es Mittel, die das bewirken. Mit Hilfe dieser Mittel können die Lebewesen sogar die Befreiung von allen Leiden erreichen, genauso wie ich sie gern verwirklichen möchte. Die anderen Wesen sind zahlreich, während ich selbst nur eine einzige Person bin. Auf der Grundlage dieser Überlegungen entwickelt sich der Wunsch, hauptsächlich etwas zum Wohle der anderen zu tun. Das eigene Glück und Leid ist einem dann relativ gleichgültig, weil es sich nur auf eine Person bezieht. Wir haben nur noch eines im Sinn, uns um das Wohl der anderen zu kümmern.

Wir weiten diese Haltung schrittweise aus, indem wir uns zunächst mit den Wesen beschäftigen, die uns nahe stehen wie Verwandte und Freunde. Im nächsten Schritt denken wir beispielsweise an die Stadt, in der wir leben, oder an größere Gebiete. Wie schön wäre es, wenn die Wesen dort frei wären von Leiden, denn sie fürchten sich vor Leiden genau wie ich. Wie schön wäre es, wenn sie Glück erlebten, genau wie ich gerne Glück erfahren möchte. Wir üben so in Bezug auf alle Vier Unermeßlichen Geisteshaltungen: Liebe, Mitgefühl, Mitfreude, Gleichmut. Allein, dass jemand Glück und kein Leid erleben möchte – das Kriteri-

„Wir denken 24 Stunden des Tages daran, was uns alles passieren könnte. Diese eigennützige Einstellung kann nur langsam umgewandelt werden gegen eine Haltung, die mehr die anderen in den Mittelpunkt des Interesses rückt.“

um für ein Lebewesen – ist ein ausreichendes Argument, diesem Wesen Glück zu wünschen und es von Leiden befreien zu wollen.

Wir widmen das Heilsame, das aus solchen positiven Geisteshaltungen erwächst, wiederum zum Wohle der Wesen. Wer eine gleichmäßig mitfühlende Einstellung gegenüber allen Wesen erzeugen kann, sammelt ein umfangreiches heilsames Potenzial in seinem Geist an, das wir im Buddhismus auch „Verdienst“ nennen. Die Wesen im Universum sind zahllos, und entsprechend sammeln wir unendlich viele heilsame Anlagen an, wenn unser Geist auf das Wohl aller Wesen gerichtet ist. Wir widmen diese Verdienste positiven Zielen und lenken sie damit in die von uns gewünschte Richtung. Sonst würden sie sich eventuell in einem weltlichen Glück erschöpfen oder auswirken.

Aus dem Tibetischen übersetzt von Oliver Petersen.