



Christof Spitz

Geshe Thubten Ngawang (1932–2003) bei seinem Besuch der Höhlen von Ajanta, Indien, 1988.

Was bedeutet es, Buddhist zu sein?

Nach den buddhistischen Schriften kann man eine Person vom Verhalten oder von der Ansicht her als Buddhisten bezeichnen. Christof Spitz erläutert, was das Wesentliche der buddhistischen Zufluchtnahme ausmacht.



von Christof Spitz

In den Diskussionen um die Thesen von Stephen Batchelor ist die Frage zentral, was eigentlich den Buddhismus ausmacht und wann man eine Person als Buddhisten bezeichnen kann. Tibetische Werke¹, in denen Lehrmeinungen systematisch dargestellt werden, führen zwei Kriterien an: das „Verhalten“ und die „Ansicht“. Beim ersten Kriterium geht um eine geistige Grundhaltung und deren praktische Ausübung, beim zweiten um die philosophische Sichtweise.

Dem Verhalten nach ist ein praktizierender Buddhist eine Person, die „von ganzem Herzen Zuflucht zu den Drei Juwelen nimmt“. Ein Nicht-Buddhist, so wird daraus abgeleitet, ist eine Person, die Zuflucht zu anderen Zufluchtobjekten nimmt. Die Zufluchtname ist ein wichtiger Aspekt buddhistischer Religiosität.

Tibetische Lehrer erklären die Zufluchtname als eine Haltung des Anvertrauens, als tiefes Vertrauen in die Zufluchtobjekte hinsichtlich der Grundfragen unserer Existenz, vor allem der Bedrohung durch Leiden und dem Weg zur dauerhaften Befreiung daraus. Zuflucht zu nehmen bedeutet demnach, in den Fragen, die für den Menschen von letztgültiger Bedeutung sind, Hoffnung und Zuversicht in die Zufluchtobjekte zu setzen und in ihnen einen verlässlichen Schutz zu suchen. Im Buddhismus sind diese Zufluchtobjekte die Drei Juwelen: der Buddha als Lehrer, der Dharma, den er erfahren hat, als die eigentliche Zuflucht und der Saṅgha, die Gemeinschaft der Praktizierenden, die helfen, den Dharma zu erkennen und zu erfahren.

Der andere Ansatz ist, einen Buddhisten nach seiner Ansicht zu bestimmen. Ansicht (tib. *lta ba*; skt. *drṣṭi*) kann auch etwas freier mit Philosophie übersetzt werden. Demnach ist ein Buddhist eine Person, welche die vier Grundansichten vertritt, die als die „Vier Siegel“ bezeichnet werden. Diese sind gewissermaßen „Gütesiegel“, die eine philosophische Sicht als eine buddhistische ausweisen²:

1. *Alles Zusammengesetzte ist unbeständig.* Das „Zusammengesetzte“ bezeichnet alle Dinge, die aus Ursachen und Umständen bedingt entstanden sind.
2. *Alle (durch Verblendung) befleckten Phänomene sind leidhaft.* „Befleckte“ Phänomene sind jene Faktoren in unserer inneren und äußeren Lebenswelt, die mit den so genannten „Leidenschaften“ (skt. *kleśas*) wie Gier und Hass zusammenhängen.

3. *Alle Daseinsfaktoren sind leer und ohne Selbst.* Nāgārjuna interpretiert die Lehre des „Nicht-Selbst“ in der Weise, dass den Dingen keinerlei Eigenexistenz (skt. *svabhāva*) innewohnt. Das bezieht sich insbesondere auf die eigenen inneren Erfahrungen, vor allem auf unseren Begriff des Ich, des Selbst.

4. *Nirvāṇa ist Frieden.* Das bedeutet, dass Leidfreiheit entsteht, wenn man durch Geistesschulung die Leidenschaften, die das Bewusstsein trüben, „befriedet“.

Diese grundlegenden Sichtweisen finden wir in ähnlicher Form auch im Pāli-Buddhismus als die drei Daseinsmerkmale Vergänglichkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Selbst.

Furcht vor der existenziellen Unsicherheit

Im Buddhismus bedeutet Zufluchtname nicht bloßer Glaube. Der Glaube, das Anvertrauen an die Drei Juwelen, geht einher mit Vernunft und Erkenntnis. Was bedeutet die Zuflucht? In den Texten werden häufig zwei innere Beweggründe für die Zufluchtname genannt: Furcht und Vertrauen.

An dieser Stelle liegt der Vorwurf nahe: Religionen machen dem Menschen Furcht, indem sie ihn mit seiner existenziellen Unsicherheit und Schutzlosigkeit konfrontieren, um ihn dadurch an sich zu binden. Denn als einzigen Ausweg verkünden sie ihre exklusive Heilsbotschaft. Das dadurch entstehende Abhängigkeitsverhältnis nutzen sie für materielle oder für Machtinteressen aus.

Das mag eine berechtigte Kritik sein, wenn wir die Geschichte der Religionen betrachten. Religion ist für weltliche Ziele missbraucht worden. Ich bin aber davon überzeugt, dass dies nicht in der Absicht von Jesus, Buddha oder anderen Religionsstiftern lag. Vielmehr ging es ihnen darum, in der eigenen Erfahrung auf existenzielle menschliche Fragen Antworten zu finden.

Um welche Furcht geht es? Im Buddhismus bezieht sich Furcht auf die Bedrohungen im Daseinskreislauf, dem Saṃsāra. Der Grund der Furcht ist die Leidhaftigkeit, die unbefriedigende Natur der saṃsārischen Existenz. Aus dieser Furcht entsteht die Suche nach etwas, das Schutz bieten kann, worauf wir uns stützen können.



Betrachten wir die Etymologie des Wortes Dharma. In der buddhistischen Tradition wird die Herkunft des Wortes Dharma häufig auf die Sanskrit-Wurzel dhara (tib. 'dzin pa) mit der Bedeutung „halten“, „tragen“, „stützen“ zurückgeführt³. Hier geht es um das überzeugte Vertrauen, dass die Drei Juwelen – letztlich der Dharma – vor den Gefahren des Daseins schützen können.

Im Rahmen der Zufluchtnahme wird in den Texten ausführlich die Frage untersucht: Zuflucht aus welchen Zuständen wohin? In der Lehre von den Vier Edlen Wahrheiten sind es die ersten beiden Wahrheiten, die Wahrheit vom Leiden und von den Ursachen des Leidens, die die unbefriedigende, bedrohliche Existenz im Samsāra ausmachen.

Das „Ergriffensein von dem, was uns unbedingt angeht“

Paul Tillich (1886–1965), der berühmte deutsche und später US-amerikanische Theologe und Religionsphilosoph, beschreibt Religion als „das Ergriffensein von dem, was uns unbedingt angeht“. Diese Formulierung findet sich in vielen seiner Werke, so auch in seinem wahrscheinlich bekanntesten Buch *The Courage to be* oder auf Deutsch *Der Mut zum Sein*⁴.

Darin beschreibt Tillich die existenziellen Grundbedrohungen des Daseins, denen kein Mensch ausweichen kann. Philosophien und Religionen, aber auch Ideologien, haben in unterschiedlicher Weise versucht, der Angst zu begegnen und sie in den ‚Mut zum Sein‘ hinein zu nehmen. Ich glaube, dass wir viele Elemente aus Tillichs Analyse auch im Buddhismus finden können. Solange wir uns nicht den Grundbedrohungen unserer Existenz stellen, sie annehmen und ihre Ursachen ergründen, bleiben wir in Leiden und Unfreiheit verhaftet.

Tillich nennt die drei Grundtypen existenzieller Angst. Erstens die ontische Ebene: Unser Leben wird relativ durch das Schicksal und absolut durch den Tod bedroht. Schicksal bedeutet hier die Zufälligkeit des Lebens, die Ungewissheit durch das Eintreten des Unvorhergesehenen, das nicht planbar ist. In letzter Konsequenz zeigt sich die ontische Bedrohung durch den Tod.

Zweitens erleben wir die Bedrohung des Seins durch das Nichtsein auch auf der geistigen Ebene. Die Selbstbejahung des Menschen ist relativ bedroht von geistiger Leere und absolut von der Erfahrung der Sinnlosigkeit seiner Existenz.

Drittens geht es um die ethische Dimension des Lebens. Die sittliche Selbstbejahung ist ein wesentliches Bedürfnis des Menschen: Was mache ich aus meinem Leben? Wie nutze ich mein Leben, um ihm einen Sinn zu

geben? In diesen Fragen des rechten Handelns wird das Sein durch das Nichtsein auf relative Weise durch Schuld bedroht und auf absolute Weise durch die Erfahrung der Verdammung.

Alle drei Formen der Angst sind zu allen Zeiten im Menschen präsent, aber in verschiedenen Epochen herrschen unterschiedliche Ängste vor. Nach Tillich – er schrieb sein Buch in den 1950er Jahren – ist die in unserer gegenwärtigen Epoche dominante Bedrohung jene durch die Erfahrung von Leere und Sinnlosigkeit.



Die buddhistische Zufluchtnahme

vom Verhalten her:

Buddhist ist, wer in existenziellen Fragen seine Hoffnung und Zuversicht in die Drei Juwelen Buddha, Dharma und Saṅgha setzt. Der Dharma, also die Geistesschulung, ist der eigentliche Schutz.

von der Ansicht her:

Buddhist ist, wer die vier Grundansichten einer buddhistischen Philosophie vertritt: Alles Geschaffene ist unbeständig, alles „Befleckte“ ist mit Leiden behaftet, alle Daseinsfaktoren sind leer und ohne Selbst, Nirvāṇa ist Frieden.

Der Mut der Selbstbejahung bedeutet, einen Weg zu finden, die verschiedenen Formen der Bedrohung durch das Nichtsein in unseren Mut zum Sein hinein zu nehmen. In der Religion stellt sich der Mensch bewusst diesen Fragen und findet Antworten. Der Mensch, der diesen Weg sucht, ist nach Tillichs Verständnis von Religion als Befasstsein mit „dem, was uns unbedingt angeht,“ im Grunde ein religiöser Mensch, auch wenn er sich vielleicht als Philosoph empfindet.

Allerdings sollten wir Religion nicht, wie es heute vielfach geschieht, als Aberglauben verstehen, als Glauben an Mythen oder als Wahnvorstellungen, die einer schlüssigen Erkenntnisgrundlage entbehren oder sogar wider besseres Wissen aufrechterhalten werden. Tillich sagt dazu: „Die Sprache des Glaubens ist das Symbol. Ein Glaube, der seine Symbole jedoch wörtlich versteht, wird zum Götzenglauben. Er nennt etwas unbedingt, das etwas



weniger ist als unbedingt. Der Glaube aber, der um den symbolischen Charakter seiner Symbole weiß, gibt Gott die Ehre, die ihm gebührt.“

Ein Zitat von Nāgārjuna in seinen *Grundversen zum Mittleren Weg* drückt Ähnliches aus: „Ohne sich auf die Konvention zu stützen, kann die höchste Wahrheit nicht gezeigt werden, und ohne zur höchsten Wahrheit gelangt zu sein, wird Nirvāṇa nicht erlangt.“ (24.10).

Nirvāṇa wurde im vierten Siegel als Frieden beschrieben. Der Frieden des Nirvāṇa ist das Heilsziel des Buddhismus. Nach der Interpretation des tibetischen Buddhismus geht es mit dauerhafter Glückseligkeit einher. Diese „Beglückung“ ergibt sich aus der Erkenntnis der höchsten Wahrheit, die nicht ein bloßes intellektuelles Verstehen ist, sondern die Einheit mit der Wirklichkeit selbst. Die höchste Wahrheit frei von Illusion und Täuschung, die Erfahrung der Einheit mit ihr und der Weg dorthin sind der Dharma.

Die höchste Wahrheit aber wird nur zugänglich, wenn wir die Mittel der Konvention anwenden: Symbole und Sprache gehören dazu, Mythen, Erzählungen, aber auch philosophische Untersuchungen. Zusammen mit der Wirklichkeitsschau in der Meditation machen all diese Mittel den Weg zur höchsten Wahrheit aus. Auch religiöse Rituale sind Teil dieses Weges, solange man ihre Bedeutung als Mittel auf dem Weg versteht. Wenn allerdings die Symbole, Worte, Begriffe und Rituale für wichtiger genommen werden als die Erfahrung der tieferen Wirklichkeit, die sie ja ermöglichen sollen, wird der Kern der religiösen Praxis verfehlt.

Der Dharma als eigentliche Zuflucht

Wie können wir Tillichs Aussagen mit dem Buddhismus verbinden? Die Zuflucht ist für Buddhisten das, worin sie Antworten auf die Grundbedrohungen ihrer Existenz finden und sich sogar von ihnen befreien können. Was kann eine verlässliche Zuflucht sein? Die Antwort darauf ist: der Dharma, der die letzten beiden der Vier Edlen Wahrheiten umfasst, also die Wahrheit der Beendigung und die Wahrheit des Pfades. Innerhalb der Drei Juwelen ist der Dharma die eigentliche Zuflucht.

Was bedeutet Dharma? Ein Vers der Verehrung des Dharma, der als Teil buddhistischer Rituale rezitiert wird, lautet: „Ich verneige mich vor dem Dharma, der Friede ist, der durch seine Reinheit von Begehren frei ist, der durch seine Tugend vom leidvollen Dasein befreit und der allein der höchste Sinn ist.“

Hier geht es um den höchsten Sinn, die höchste Wahrheit, die eigentliche Wirklichkeit, die nicht getrübt ist durch Unwissenheit, Gier und Hass. Durch Unwissenheit halten wir fest an vermeintlichem Glück, an Sicherheit und Sinn verheißenden Dingen und Zielen im Leben, an Vorstellungen und Meinungen, die keinen echten Halt bieten können, weil sie mit dem Dharma – der Wirklichkeit – nicht in Einklang stehen. Was mit der Wirklichkeit des Dharma nicht in Einklang steht, ist auch nicht geeignet, vor den Grundbedrohungen der Existenz zu bewahren. Sich dem Dharma zu nähern und sich im Denken, Fühlen und Handeln immer mehr mit ihm in Einklang zu bringen, ist der Weg und das Ziel des Buddhismus. Der Begriff des Dharma steht für Wahrheit und für moralische Integrität.

Gonchok Jigme Wangpo schreibt: „Jemand, der nicht nach den Annehmlichkeiten dieses Lebens wie Besitz, Ruhm und schönen Worten trachtet, sondern von Herzen die Befreiung anstrebt, muss sich bemühen, jene Mittel anzuwenden, die zu einem tiefen Verständnis der unverblendeten Sicht des Nicht-Selbst führen.“

Der Autor zitiert dazu einen Vers aus einem Text zur Meditationspraxis von Tsongkhapa (14./15. Jh.): „Wenn dir die Weisheit fehlt, die die Wirklichkeit erkennt, so vermagst du die Wurzel des Daseinskreislaufs nicht zu vernichten, selbst wenn du die Entsagung und den Erleuchtungsgeist eingeübt hast. Mache daher Anstrengungen in den Mitteln, das Abhängige Entstehen zu erkennen.“⁵ ■



Christof Spitz ist Lehrer im Tibetischen Zentrum, verantwortlich für das Buddhismus-Studium und Dolmetscher S.H. des Dalai Lama.

Die Langfassung seines Artikels ist abgedruckt in dem Buch: *Buddhismus im Westen. Ein Dialog zwischen Religion und Wissenschaft*. Hrsg.: Carola Roloff, Wolfram Weiße, Michael Zimmermann. Waxmann 2011

1 Vgl. Gonchok Jigme Wangpo (18 Jhdt.): *Kostbarer Kranz der Lehrmeinungen*, übersetzt von Jeffrey Hopkins und Geshe Lhundup Sopa in *Cutting through Appearances. The Practice and Theory of Tibetan Buddhism* (Ithaka/NY 1989).

2 Tib. Ita ba dkar btags kyi phyag rgya bzhi.

3 Diese Deutung findet man z.B. im tibetischen Kommentar zu Vasubandhus *Abhidharmakośa* von Chim Losang Drakpa (14. Jhdt.): „Das Wort dharma (tib. chos) bedeutet hier ‚Wirklichkeitsfaktor‘ und leitet sich von dhara (tib. ’dzin pa), also ‚halten‘ oder ‚tragen‘ ab. Etwas ist in diesem Sinne ein dharma, weil es die ihm eigenen Wesensmerkmale trägt.“

4 Paul Tillich: *Der Mut zum Sein*. Stuttgart 1953. Vgl. S. 124: „Glaube ist das Ergriffensein durch das, was uns unbedingt angeht, den Grund unseres Seins und Sinns. Und was Glaube ist, muss verstanden werden vom Verständnis des Mutes zum Sein aus. Mut ist Selbstbejahung des Seienden trotz der immer gegenwärtigen Drohung des Nichtseins.“

5 Tsongkhapa: *Die Drei Hauptaspekte des Pfades* (Lam gts'o mam gsum).