



Das Leben des Buddha aus tiefen- psychologischer Sicht

Oliver Petersen zeichnet die Legenden um das Leben des Buddha aus psychologischer Sicht nach. Dabei beleuchtet er, was das Leben des Buddha für uns selbst und unseren spirituellen Weg bedeuten könnte.

von **Oliver Petersen**

Die Biographie eines Religionsstifters eröffnet auch einen Zugang zu dem, was er lehrt. Die Lebensgeschichte des Buddha zeigt die innere Dynamik des Buddhismus. Überraschenderweise ähneln sich viele Legenden von heiligen Menschen in Ost und West. Die Lebensgeschichte Franz von Assisis beispielsweise weist Parallelen mit der des Buddha auf. Beide wurden in reichem Haus geboren, haben dem weltlichen Leben entsagt und sind Mönche geworden. Es scheint religiöse Archetypen zu geben, die wesentlichen Stationen eines heiligen Lebens zeigen Übereinstimmungen.

Buddha Śākyamuni war eine historische Person, die circa 500 vor Christus lebte. Trotz dieser Tatsache können wir nicht alles, was im Buddhismus über das Leben des Buddha berichtet wird, für historisch real halten. Genauso wenig würden wir die christliche Schöpfungsgeschichte mit naturwissenschaftlichen Mitteln untersuchen. Die

Lebensgeschichten von Heiligen sind eher existenziell als historisch zu verstehen. Sie zeigen eine mögliche spirituelle Entwicklung auf und dienen der Inspiration für den eigenen Lebensweg. Da wir die inneren, geistigen Kräfte eines Heiligen nicht sehen können, entwerfen wir Bilder oder erzählen Geschichten. Diese Herangehensweise gibt es in allen großen Religionen. Bilder und Legenden gehen manchmal tiefer als Worte und Beschreibungen.

Wer ein Buch über das Leben des Buddha liest, sollte die einzelnen Bilder tief auf sich wirken lassen und darüber meditieren. Dabei wird er vielleicht feststellen, dass das, was über den Buddha gesagt wird, allgemein menschlich ist und nicht bloß die Lebensbeschreibung eines Asiaten, der vor 2500 Jahren gewirkt hat. Die Beschäftigung mit der Biographie des Buddha hat also eine spirituelle Relevanz für unser eigenes Leben. Wir können uns fragen, ob wir etwas Ähnliches auch erlebt haben oder vielleicht erleben könnten.

Das Leben Buddha Śākyamunis ist für alle Buddhisten auf der Welt von allergrößter Bedeutung. Alle Lehren im Buddhismus gehen auf den historischen Buddha zurück. Er war zunächst ein gewöhnliches Wesen wie wir und hat sich dann über einen spirituellen Pfad zu einem vollkommen Erwachten entwickelt. Dieser Werdegang ist anders als in Religionen, die an einen allmächtigen Schöpfer glauben; da fragt man nicht, wie er dazu geworden ist, und es gibt auch nicht die Möglichkeit, selbst diesen Zustand zu verwirklichen. Im Buddhismus wird ganz genau beschrieben, wie sich die Entwicklung zum Buddha vollzieht.

Stüpa von Bodhgaya, dem Ort der Erleuchtung.

GEBURT INS WELTLICHE LUXUSLEBEN

Buddha Śākyamuni kommt der Legende nach aus dem reinen Land Tuṣita auf die Erde. Aus Sicht des Mahāyāna ist Śākyamuni bereits ein Buddha. Er übergibt Buddha Maitreya, der als nächster Buddha in die Welt kommen wird, den Sitz in diesem freudvollen Land – ein Zeichen für die Kontinuität der erleuchteten Wesen. Wenn die Zeit beendet ist, in der ein Buddha wirkt, kommt irgendwann ein weiterer Buddha, um den Dharma zu unterrichten.

Nach buddhistischer Überlieferung soll der Buddha in Form eines weißen Elefanten herabgestiegen und in die Seite der Mutter eingetreten sein. Ich glaube nicht, dass dadurch die biologischen Vorgänge außer Kraft gesetzt werden. Vielmehr deuten wir es wie einen Traum oder



In Lumbini (heute Nepal) wurde der Buddha geboren. An der Stelle ist ein Tempel errichtet worden.

eine Vision, welche die Mutter hatte. Vielleicht können wir von einer unbefleckten Geburt in dem Sinne sprechen, dass sie frei von Unwissenheit geschah, denn das Unbefleckte ist ein Symbol für die eigentliche Natur aller Phänomene, ihre Leerheit. Der Buddha wird frei von Unwissenheit und Leidenschaften geboren. Auch in anderen Religionen gibt es die Vorstellung, dass die Geburt eines Erlösers als rein angesehen wird.

Siddārtha wird in eine gute Familie geboren, gesellschaftlich und sozial. Die Geburt soll völlig schmerzfrei gewesen sein. Die Mutter befindet sich auf einer Landfahrt und soll den Prinzen, sich an einen Baum lehrend, zur Welt gebracht haben. In den Schriften wird betont, dass der Buddha einen sehr schönen Körper hatte. Mit einem Garten oder Hain als Geburtsort verbinden wir etwas Positives und Kraftvolles. Im Garten wachsen die verschiedenen Früchte, und entsprechend reifen mit der Geburt des Buddha viele gute Früchte heran, von denen unzählige Wesen werden zehren können. Wir können diese Begebenheit wie Erscheinungen im Traum verstehen. Wenn wir von einem Garten träumen, der üppig ist und in dem viele Früchte wachsen, dann befinden wir uns wahrscheinlich in einem recht guten psychischen Zustand.

Es heißt, dass Buddha gleich fünf Schritte in jede

Richtung macht und verkündet, dass er das höchste aller Wesen auf der Erde sei. Er wandelt dabei auf Lotosblüten, ein Bild dafür, dass er zwar in dieser Welt lebt, aber dadurch nicht weltlich befleckt ist. Der Lotos wächst aus dem Schlamm, ohne davon nur im Geringsten beschmutzt zu sein.

Siddārtha, wie er geheißen wird, kommt als Prinz auf die Welt. Sein Prinz-Sein ist spirituell gesehen ein Symbol der geistigen Anwartschaft. Bodhisattvas werden ebenfalls „Prinzen“ oder „Söhne des Siegers“ genannt. Der Prinz verkörpert ein archetypisches Symbol, vergleichbar mit dem Bild des „Friedensfürstes“, das auf Jesus angewendet wird.

Ein Seher prophezeit dem Jungen zwei mögliche Lebenswege: Er würde entweder ein großer Herrscher werden, mächtiger noch als sein Vater, oder ein großer spiritueller Führer. Das zeigt, dass wir uns als Menschen zwischen zwei Lebenswegen entscheiden müssen: ob wir mehr den Weg des Habens oder des Seins gehen, wie es vielleicht modern ausgedrückt werden kann.

Wir können entweder ein Leben wählen, wo es uns hauptsächlich um Besitz, Macht und Einfluss geht, oder ein Leben der Hingabe an spirituelle Werte. Beide Entwicklungen sind in jedem Menschen angelegt. Bei religiös Interessierten endet es meistens irgendwo in der Mitte zwischen beidem.

Interessant ist, dass der Vater verhindern will, dass sein Sohn ein großer religiöser Führer wird; er sieht in ihm einen künftigen mächtigen Herrscher. Der Vater steht für die Gesellschaft. Wir werden es selbst merken, wenn wir einen radikalen spirituellen Weg wählen: Zunächst werden die Menschen um uns herum wohlwollend sein, aber uns dann warnen: „Mach es nicht zu genau“, „übertreibe es nicht!“ Ein radikaler religiöser Weg wird von der Gesellschaft niemals wirklich verstanden und unterstützt werden.

Siddārtha wächst in einem Palast auf, wobei der Palast hohe Mauern gehabt haben soll. Der Vater will nicht, dass sein Sohn Dinge über das Leben „draußen“ in der Welt sieht, die ihn auf einen spirituellen Pfad bringen könnten. Er ist nur von schönen Dingen und jungen, attraktiven und gesunden Menschen umgeben, vielleicht vergleichbar mit dem, was wir heute in der Werbung gezeigt bekommen. Das Palastleben steht für ein ganz nach außen orientiertes Leben – im Gegensatz zum spirituellen Leben, das mehr nach innen gerichtet ist. Wir kennen das heute gut, und nicht wenige Menschen in den reichen Gesellschaften leben heute wie in einem Palast.

Siddārtha erwirbt zunächst Kenntnisse in weltlichen Dingen und erlangt darin sogar Meisterschaft. Dieser Punkt macht deutlich, dass jemand auf dem Weg zur Erleuchtung auch gewöhnliche Dinge tun kann, die mit Kunst, Sport, Politik oder Wissenschaften in Verbindung stehen. Eine solche Person sucht etwas, was über das Weltliche hinausgeht, aber sie bleibt dahinter nicht zurück. Der Buddha soll körperlich stark und sportlich sein, auf dem Gebiet des gewöhnlichen Ichs hat er offenbar große Fähigkeiten.

Dies zeigt aus meiner Sicht, dass es wichtig ist, zuerst auf den gröberen Ebenen bestimmte Fähigkeiten zu ent-

wickeln, um dann das Weltliche zu transzendieren. Therapeuten sagen, dass es wichtig ist, am Anfang ein stabiles Ich zu entwickeln, um dann darüber hinauswachsen zu können. Gleichzeitig wird berichtet, dass Siddārtha manchmal spontan in Meditation fällt und dass die Götter der vorbuddhistischen Zeit ihm huldigen.

Die neue Religion lehnt das Alte nicht ab, sondern geht darüber hinaus. Dies sehen wir nicht nur beim Buddha, sondern beispielsweise auch bei Sokrates: Er lehnte die alten Götter nicht ab, setzte den Fokus aber neu auf die Selbsterkenntnis, nicht auf den Glauben an allmächtige Götter.

Der Prinz heiratet und bekommt einen Sohn. Er verlässt erst viel später den Palast – ein Zeichen dafür, dass es wichtig ist, bestimmte Dinge erfolgreich zu bewältigen, um Höheres zu erreichen.

ALTERN, KRANKHEIT UND TOD ALS HIMMELSBOTEN

Siddārtha macht gegen den Willen seines Vaters vier Ausfahrten aus dem Palast. Der Prinz trifft nacheinander auf einen Alten, Kranken und Toten; später begegnet er einem Mönch. Wir müssen uns das bildlich vor Augen führen: Der junge Mann verlässt den Palast zum ersten Mal. Ich glaube nicht, dass er wirklich noch nie Leiden gesehen hat. Vielmehr scheint es so zu sein, dass er das Leiden zum ersten Mal bewusst wahrnimmt; er ist für diese Erfahrung offen.

Ich habe einmal in einem Krankenhaus gearbeitet. Viele, die dort arbeiten, sehen jeden Tag das Leiden, aber sie beziehen es nicht auf sich selbst. Es gibt aber einen Moment im Leben, wo man das Leiden auf sich selbst bezieht. Man merkt dann: Ich bin es, der altert, ich bin es, der krank wird, ich bin es, der dem Tod unterworfen ist.

Für den Prinzen muss es ein Schock gewesen sein, mit der Realität konfrontiert zu werden. Er sieht das Leiden plötzlich nicht mehr als eine abstrakte äußere Größe und verdrängt es nicht mehr. Er hat sich aus den alten Gewohnheiten gelöst und echte Wissbegier entwickelt. Er hat nicht einfach nur aufgrund von Tradition und Familienzugehörigkeit entschieden, sondern sich als eigenständiges Individuum gefragt, wie die Wirklichkeit beschaffen ist.

Die Begegnung mit Altern, Krankheit und Tod soll eine Krise in dem Prinzen ausgelöst haben. Er kehrt zwar in den Palast zurück, doch seine Freude an den Vergnügungen des seichten Lebens ist verfliegen. Es kommt ihm alles angesichts dieser bedrückenden Realität sinnlos vor.

Auch wir durchleben manchmal Lebenskrisen, etwa wenn wir unsere Arbeit verlieren, der Partner sich von uns trennt, wir eine schwere Krankheit erleiden oder jemand stirbt. Wir machen die Erfahrung, dass das selbstbezogene Leben oder, plakativ gesagt, das Ego, in der Sackgasse steckt. Es ist eine ausweglose Situation, denn es gibt nicht die vorgegaukelte Sicherheit oder Stabilität. Wir können die Dinge, die wir angesammelt haben, nicht dauerhaft absichern. Wir erfahren plötzlich am eigenen Leib, dass alles Illusion war, all unsere Hoffnungen auf diese äußeren Ziele der Realität nicht standhalten. Es ist eine tiefe Desillusionierung. Irgendetwas stirbt in einem.

Moderne Autoren weisen darauf hin, dass ein solcher Zustand bei begabten Menschen nicht eine Krankheit sein muss, wie vielleicht Therapeuten meinen könnten, sondern es das Erwachsen einer neuen Intelligenz sein kann. Buddha nennt Altern, Krankheit und Tod auch die Himmelsboten, die mahnen, Saṃsāra zu überwinden. Sie zeigen eine grundlegende Wahrheit, und ein sehr wacher Mensch wird hinter diese Erkenntnis nicht mehr zurückgehen können.

Diese Erkenntnis wird mit dem Symbol des Mönches ausgedrückt, den Siddārtha als Viertes trifft. Das ist ein Mensch, den er zuerst nicht einordnen kann, der offenbar nicht nach diesen äußeren Dingen strebt und doch glücklich und zufrieden zu sein scheint. Der Mönch steht für ein geistiges Leben, eine gewisse Unabhängigkeit im Inneren. Siddārtha erkennt, dass die Möglichkeit, dem Leben einen Sinn zu geben, nur in diese Richtung gehen kann.

Das Erkennen der Realität ist sehr wichtig, denn dadurch überwindet man die innere Panik. Man kann das Loslassen praktizieren, wenn man erkennt: Es ist wirklich wahr, ich bin sterblich, ich werde alles verlieren. Man kann sich kraftvoll der Gegenwart zuwenden, weil man nichts mehr verleugnen und verdrängen muss.

Es heißt, dass der Prinz noch einmal in den Palast zurückgekehrt ist. Das ist interessant, denn es zeigt, wie schwer es ist, eine Scheinwelt zu verlassen. Aber es geht nicht mehr. Die Götter, so wird berichtet, mahnen ihn an seine höhere Verantwortung, denn er hat nicht die Aufgabe, ein mächtiger König zu sein, sondern er soll die Menschheit erlösen oder die, die zu erlösen sind.

Siddārtha entschließt sich zur nächtlichen Flucht. Wir können daraus schließen, dass ein echter spiritueller Pfad eigentlich nur möglich ist, wenn man alte Bindungen aufgibt und eine gewisse Einsamkeit akzeptiert. Alle im Palast sollen geschlafen haben, nicht nur äußerlich, denn aus Sicht eines Erwachten schlafen sie immer. Sie leben in einer Art Traumwelt, ohne Bezug zur Realität. Er hingegen sieht jetzt die Dinge so, wie sie sind.

SUCHE NACH SPIRITUELLEN VERWIRKLICHUNGEN

Der Geläuterte begibt sich zunächst auf Wanderschaft. Er legt seine teuren Kleider ab, schneidet sich die langen Haare, das heißt er legt alle Rollen des alten Lebens ab. Er verzichtet auf die weltliche Macht, ähnlich wie Jesus in der Wüste allen Versuchungen widerstand. Er macht sich frei von all diesen Abhängigkeiten. Es heißt, Siddārtha hätte verschiedene Lehrer aufgesucht, ist aber schnell über sie hinausgewachsen. Dies deutet an, dass wir letztlich unsere eigene individuelle Realisation finden müssen und nicht einfach etwas imitieren können. Diese Phase der Loslösung und Neufindung nennen wir Entsagung. Wir entsagen nicht der Welt, sondern einer sinnlosen Lebensweise.

Der Buddha hat lange gefastet und eine sehr harte Askese betrieben. Das zeigt, dass ein spiritueller Weg nicht bequem ist. In der religiösen Entwicklung geht es nicht um eine Philosophie, die man im Kopf abhaken kann. Man muss sein ganzes Wesen einbringen, und

wenn das Fasten gefordert ist, dann wird man den Körper einbeziehen. Nach einigen Jahren gibt Siddārtha die harte Askese wieder auf. Damit ist nicht gesagt, dass die Askese sinnlos ist, denn sie spielt im Leben des Buddha eine Rolle, aber ohne die Erkenntnis der eigentlichen Realität nützt das Askesebetreiben nichts. Die eigentliche Askese ist im Geist.

Nachdem Siddārtha die Askese aufgegeben hat, begibt er sich unter den so genannten Bodhibaum in Bodhgaya. Er fasst den Entschluss, nicht eher wieder aufzustehen, bevor er nicht vollkommen durchschaut hat, wodurch das Leiden entsteht und wie es zu transzendieren ist.

Auf Bildern wird die Thematik ‚Er besiegt die Heere des Bösen‘ als eine Schar äußerer Dämonen dargestellt. Aber die eigentliche Māra sind die inneren Hindernisse, die Leidenschaften. Māra schickt zuerst ein Heer, das den in Meditation sitzenden Buddha vernichten soll. Dies steht für den Hass. Unter dem Blick des Mitgefühls des Buddha jedoch fallen die auf ihn geschleuderten Waffen als Blumen herab.

Als nächstes erscheint Māra in Gestalt der Begierde. Dem Buddha erscheinen schöne, junge Frauen, die ihn verführen sollen. Er durchschaut jedoch ihre Unreinheit und Vergänglichkeit und überwindet diese Begierde. So ist der Buddha unantastbar in der Kraft seines Geistes.

In der Meditation unter dem Bodhibaum überwindet der Buddha alle Leidenschaften im eigenen Geist, durchläuft die verschiedenen Stufen des Pfades und wird in dieser Nacht zum Erwachten. Wir können diesen Zustand auch so interpretieren, dass er ein vollständiger Mensch wird. Er ist jenseits aller Grenzen angekommen und hat sein Potenzial voll ausgeschöpft. Seine erste Aussage ist, dass die Unsterblichkeit gefunden sei. Daran können wir auch erkennen, dass wir nur verstehen können, was die Erleuchtung bedeutet, wenn wir vorher darüber nachgedacht haben, wie er sich damals im Palast gefühlt hat, als er Alter, Krankheit und Tod gesehen hatte.

Wenn wir durch die Lebensgeschichte des Buddha erkannt haben, wie sehr er gelitten hat, als er mit dem Leiden konfrontiert war, dann verstehen wir, dass er in der Erleuchtung offenbar etwas gefunden hat, was den Tod, Alter und Krankheit völlig transzendiert und welches Glücksgefühl dies für ihn gewesen sein muss.

Nur in der Spannung zu dieser tiefen Krise, der existenziellen Erfahrung des Leidenskreislaufs, die ihn damals erfasst hatte, können wir die Befreiung ermessen. Er hat jetzt wirklich eine vollkommene Transformation vollzogen. Die Kraft der Meditation hat seinen Geist völlig geändert, und er hat alles Falsche beseitigt.

AM ZIEL ANGEKAMMT

Aus Mitgefühl heraus lehrt der Buddha, am Ziel seines Weges angekommen, andere, wie sie das Gleiche erreichen können. Er hat zuerst seine Schüler, die so genannten fünf Asketen, die Vier Edlen Wahrheiten gelehrt. Die Schriften berichten, der Buddha hätte Zweifel gehabt, ob er überhaupt lehren soll, da die Lehre so schwer zu verstehen ist.



Christof Spitz

In Sarnath nahe Varanasi gab der Buddha seine erste Lehrrede über die Vier Edlen Wahrheiten.

Aus diesem Grund hat er zuerst geschwiegen. Erst als er gebeten wird, seine Erfahrungen und Erkenntnisse zu teilen, hat er „den Löwenruf erschallen lassen“. Es ist wichtig, dass ein Lehrer gebeten wird zu lehren und nicht aggressiv missioniert. So beginnt die Lehrtätigkeit des Buddha im Gazellenhain von Sarnath, wo er die Vier Edlen Wahrheiten verkündet.

Buddha ist damit eindeutig jemand, der nicht nur den transzendenten Aufstieg gesucht hat, sondern dann auch wieder in die Welt abgestiegen ist, um andere zu erlösen. Das heißt, er strebte die hohen spirituellen Ziele nicht nur für sich selbst an, sondern für alle Lebewesen. Er hat die so genannten Drei Räder der Lehre in Bewegung gesetzt und je nach den Veranlagungen der Schüler so gelehrt, wie es für sie am besten war.

Die letzte Handlung in dieser Welt ist das Eingehen ins Nirvāṇa. Der Buddha hat in hohem Alter friedlich seinen Körper verlassen. Mit dieser Handlung zeigt er seinen Schülern die Unbeständigkeit und ermuntert sie zur Dharma-Praxis. Wir alle müssen sterben, sogar der Buddha ist davon betroffen, zumindest was seinen grobstofflichen Körper betrifft.

Der Buddha demonstriert mit dem Eingang ins Nirvāṇa auch, dass wir uns letztlich nicht auf äußere Führer oder spirituelle Lehrer verlassen können. Wir müssen unseren inneren Führer finden, wenn wir die Erleuchtung finden wollen. Der Buddha hat keinen Nachfolger vorgeschlagen, sondern seine Schüler ermahnt, den Dharma als die eigentliche Zuflucht anzunehmen.

Das Leben Buddhas und seine Lehre werden manchmal in Bildern dargestellt. Offenbar wurde der Buddha bereits zu Lebzeiten gemalt, etwa im Bild des Daseinsrades, wo er über dem Rad auf den Mond zeigt und damit den Weg zur Befreiung weist. Interessant ist, dass die Künstler von seiner äußeren Erscheinung so beeindruckt waren, dass sie ihn nicht direkt anschauen und malen konnten. Daher hat Buddha seine Gestalt durch ein Reispapier als Schatten geworfen, und dann konnten sie ihn zeichnen. Oder er hat seine Erscheinung in einem Gewässer gespiegelt. Das ist vielleicht ein Hinweis darauf, wie eindrucksvoll und überwältigend die Ausstrahlung des Buddha gewesen sein muss.