

DER BUDDHA UND SEINE LEHRE



Der Mann, der als der **Buddha** bekannt wurde, lebte vor ungefähr 2500 Jahren in Indien. Sein Name war **Siddharta Gautama**. Er stammte aus dem Volksstamm der Shakya und wurde deshalb auch **Shakyamuni** genannt. Er war der Sohn eines Königs. Bei seiner Geburt wurde dem König geweissagt, sein Sohn würde entweder ein bedeutender weltlicher Herrscher oder ein bedeutender geistiger Führer werden. Der erste Teil der Prophezeiung gefiel dem König sehr, der zweite Teil überhaupt nicht. Deshalb bemühte er sich sehr, seinen Sohn so zu erziehen, dass er gar nicht erst den Wunsch entwickeln würde,

etwas anderes sein zu wollen als der Nachfolger seines Vaters, ein weltlicher Herrscher. Alles Unangenehme und Unschöne wurde vom jungen Siddharta ferngehalten. Alte, kranke und sterbende Menschen bekam er nicht zu Gesicht. Als er das heiratsfähige Alter erreicht hatte, wurde er mit einer wunderschönen Frau verheiratet. Siddharta war auch wirklich glücklich und zufrieden mit seinem Leben. Solange, bis er auf einem Ausflug doch noch mit Alter, Krankheit, Leiden und Tod in Berührung kam. Danach war es mit seinem Glück vorbei. Die Erlebnisse hatten ihn tief beeindruckt. Er versuchte, einen Weg zu finden, um den Menschen, die er liebte und sich selbst Leiden zu ersparen. Er fand keine Lösung in seinem Leben als Königssohn. Schließlich verließ er sein Vaterhaus, seine junge Frau und seinen Sohn.

Er wandte sich an zwei bedeutende spirituelle Lehrer seiner Zeit und erlernte von ihnen Yogatechniken. Mehrere Jahre lang verbrachte er in vollkommener Abgeschiedenheit als Waldasket. Sein asketischer Eifer führte ihn bis an den Rand des Todes. Erst dann erkannte er, dass die Methode der Suche der Mittlere Weg sein muss. Wie eine Saite, um einen Ton hervorzubringen, nicht zu fest und nicht zu lose gespannt sein darf, so sollte sich der Mensch weder einem zu asketischen noch einem zu weltlichen Leben hingeben.

Der Mittlere Weg führte ihn zum Ziel. Sieben Tage lang meditierte er an einem Fluss unter einem Bodhibaum. Dann, zu Beginn der Morgendämmerung, als der Morgenstern aufging, wurde sein Geist hell und klar. Er erkannte die Gesetzmäßigkeiten des Lebens. Er erkannte,

was Befreiung vom Leiden bedeutet und dass er sie erlangt hatte. Von diesem Augenblick an war er ein Erwachter, ein Buddha.

Seine **Lehre** besagt in Kürze: Es gibt tiefen inneren Frieden und dauerhaftes Glück. Jeder Mensch kann diesen Frieden und dieses Glück für sich erreichen. Wir erleben Leid, weil wir falsche Vorstellungen von uns und der Welt haben. Es gibt die Möglichkeit, diese falschen Vorstellungen zu überwinden und die Dinge so zu sehen, wie sie wirklich sind.



Etwas anders formuliert:

- 1) Es gibt Leiden.
- 2) Das Leiden hat Ursachen.
- 3) Man kann das Leiden überwinden.
- 4) Es gibt einen Weg aus dem Leiden, den achtfachen Pfad

Alle buddhistischen Schulen lehren diese so genannten vier edlen Wahrheiten. Die Unterschiede liegen in der Methode. Der achtfache Pfad ist die Wegbeschreibung. Die Methode ist die Art und Weise, wie kann man den Weg zurücklegt. Wer das Leiden vollkommen überwunden hat, sieht die Dinge so wie sie sind. Er ist „erwacht“, zu einem Buddha geworden.

Der Buddha hat außerdem gelehrt, dass alles was existiert miteinander verbunden ist. Alles und alle gehören zusammen. Nichts existiert isoliert.

Der buddhistische Meister **Thich Nhat Hanh** erläutert dies am Beispiel eines **Stück Papiers**. Er erklärt, was alles nötig ist, damit wir dieses Papier kaufen und benutzen können. Wir brauchen Sonnenschein und Regen, damit der Wald wachsen kann. Wir brauchen einen Holzfäller. Der Holzfäller braucht Nahrung. Den Holzfäller gibt es nur, weil er Eltern hatte, die ihn geboren und ihn aufgezogen haben. Im Blatt Papier ist also Sonnenschein enthalten, Regen, der Holzfäller, die Eltern des Holzfällers, die Nahrung des Holzfällers, usw., usw.

Weitere wichtige Aussagen des Buddha sind:

Alle Dinge und Wesen sind vergänglich.

Alles verändert sich ständig (ist im Fluss), stellt letztlich nicht zufrieden und hat keinen festen Kern, auf den man den Finger legen kann.

Der Buddhismus wurde zweieinhalbtausend Jahre von Lehrer zu Schüler weiter gegeben und hat sich in vielen Ländern mit unterschiedlichen Kulturen ausgebreitet. Darum gibt es heute viele buddhistische Schulen, die jeweils unterschiedliche Aspekte der Lehre des Buddha besonders betonen. Sie stellen unterschiedliche Methoden zur Verfügung, um zur Klarheit des Geistes zu gelangen.



Der **SHIN – BUDDHISMUS** gehört zur großen Strömung des Mahayana Buddhismus, die sich ca. 200 Jahre nach dem Tod des Buddha entwickelt hat.

Shin ist die Abkürzung von **Jodo Shinshu**, was „Die Essenz der Reinen Land Lehre“ bedeutet.

Gegründet wurde Jodo Shinshu von **Shinran Shonin** (1173-1262), wobei Shinran der Name und Shonin eine Ehrenbezeugung ist. **Shinran lebte und lehrte im Japan des 13. Jahrhunderts, in der Kamakura Zeit (1185-1333)**. In dieser Epoche sind einige wichtige neue buddhistische Bewegungen entstanden. Ein Grund für das Entstehen dieser

neuen Bewegungen war die Untergangsstimmung dieser Zeit. Die Kamakura - Zeit war von Bürgerkriegen, Naturkatastrophen und Hungersnöten geprägt. Die großen buddhistischen Institutionen waren oft miteinander verfeindet. Kriegermönche konkurrierender Schulen zerstörten einander die Tempel. Die buddhistische Überlieferung vom schritt weisen Niedergang der Lehre des Buddha nach dessen Tod fand großen Anklang. Viele waren davon überzeugt, im untergehenden Dharma (Mappo) zu leben. Im Mappo kann die Lehre des Buddha (nach der Theorie von Hui-ssu) von den Menschen kaum noch verstanden werden, sie kann nur noch in vereinfachter Form gelehrt werden. Diese Lehre beschrieb den Menschen der Kamakura - Zeit, was sie in ihrem Leben vor Augen hatten. Shinran verstand seine Lehre als für die Zeit des Mappo besonders geeignet. Seine Bewegung gewann viele Anhänger.

MAHAYANA



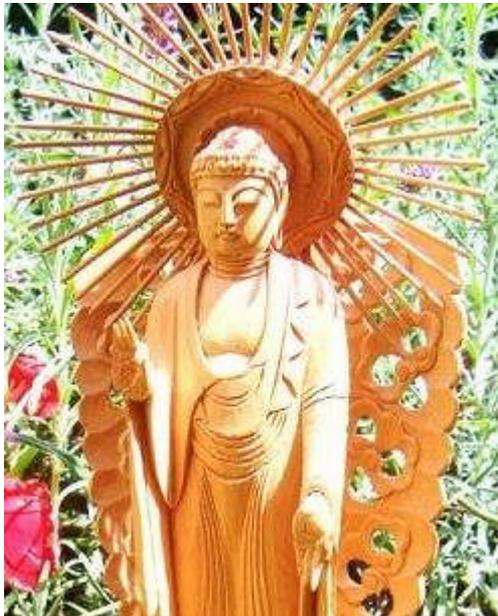
Im Mahayana wird nicht nur der Buddha Shakyamuni verehrt, der vor 2500 Jahren hier auf der Erde gelebt hat, sondern auch andere Buddhas, die lange vor diesem gelebt haben und geschichtlich nicht mehr nachweisbar sind. Einer dieser Buddhas ist der **Buddha Amida**, der auch als Amitabha (der Buddha des ungehinderten Lichtes) und Amitayus (der Buddha des unendlichen Lebens) bekannt ist. Auf diesen Buddha beziehen sich die Shin – Buddhisten. Der Shin – Buddhismus beruft sich besonders stark auf einen der Grundpfeiler der Mahayana – Lehre. Auf die Überzeugung, dass die höchste Wirklichkeit alles Erdenkliche tut, um die Wesen vom Leiden zu befreien. Die höchste Wirklichkeit ist formlos und kann daher jede Form annehmen. Die Buddhas und Bodhisattvas sind Ausdruck dieser höchsten Wirklichkeit. Da wir Menschen uns als Personen erleben, ist es relativ leicht für uns, wenn wir uns an die „Person“ eines Buddha oder Bodhisattva wenden können. Der formlose Aspekt der höchsten Wirklichkeit ist uns dagegen nur schwer zugänglich.

Wie andere Strömungen des Mahayana – Buddhismus betont der Shin – Buddhismus das Vertrauen in den Buddha, der aus Shin – Buddhistischer Sicht ganz entscheidenden Anteil an der Erleuchtung hat.

Auch für den historischen Buddha Gautama war Vertrauen ein sehr wichtiger Begriff. Für ihn war die erste Stufe auf dem Weg zur Befreiung „das Vertrauen in das Erwacht Sein des Buddha“. Viele alte Erzählungen berichten, dass Menschen, die dem Buddha begegneten, ihm schon aufgrund seiner Ausstrahlung vertrauten, noch bevor sie etwas von seiner Lehre gehört hatten. Dieses Vertrauen konnte so stark sein, dass diese Menschen alleine dadurch die Stufe des Stromeintritts erlangten. Von der Stufe des Stromeintritts führt ein sicherer Weg zur Erleuchtung.

In der Lehre Shinrans, des Begründers des Shin – Buddhismus, steht das vollkommene Vertrauen in den Buddha Amida im Zentrum.

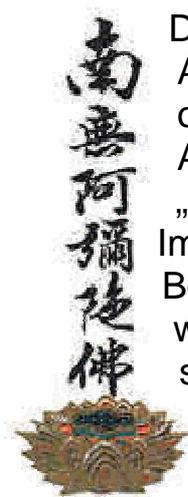
AMIDA BUDDHA



Amida Buddha, der Buddha des ungehinderten Lichtes und des unendlichen Lebens, ist wie die anderen Buddhas des Mahayana Ausdruck der höchsten Wirklichkeit. Die höchste Wirklichkeit, die Soheit oder der Dharmakaya, transzendiert Raum und Zeit und ist andererseits in allen Wesen und allen Dingen zu finden. Er bildet die grundlegende Essenz all dessen was existiert. Seine Qualitäten sind Weisheit, Mitgefühl und Liebe. Das Ziel des Mahayana Buddhismus ist es, für sich selbst und für alle Wesen die Einheit mit dieser höchsten Realität, des Dharmakaya

zu erreichen. Dieser Zustand wird auch als Nirvana oder Erleuchtung bezeichnet. Das in allen Wesen innewohnende Potential, selbst zu einem Buddha zu werden, wird Buddhanatur genannt.

DAS NEMBUTSU



Das Nembutsu ist die Anrufung des Namens des Buddha Amida. Meist benutzt man dazu die Formel Namu Amida Butsu oder kurz Namandabu: „Ich nehme Zuflucht zum Buddha Amida“. Der japanische Begriff Nembutsu bedeutet „Vergegenwärtigen des Buddha“ oder „an den Buddha denken“. Im Großen Reinen Land Sutra wird die Geschichte des Bodhisattva Dharmakara erzählt, der später zum Buddha Amida wurde. Ein Bodhisattva ist ein Wesen, das nach Erleuchtung strebt und auf diesem Weg Fortschritte gemacht hat.

Bodhisattvas wünschen sich die Erleuchtung nicht nur für sich selber, sie haben großes Mitgefühl mit allen leidenden Wesen und den Wunsch, ihnen auf dem Weg zur Erleuchtung zu helfen.

Es gibt verschiedene Bodhisattva – Stufen. Ein Bodhisattva der höchsten Stufen ist der Buddhaschaft schon sehr nahe.

Dharmakara legte in Gegenwart seines Lehrers, des Buddha Lokesvararaja, 48 Gelübde ab, in denen er beschreibt, auf welche Weise er den

Wesen auf ihrem Weg zur Befreiung helfen will. Das Ablegen eines Bodhisattva – Gelübde wird in vielen Erzählungen des Mahayana als übliche Praxis eines Bodhisattva beschrieben. Der Bodhisattva legt darin sozusagen fest, zu welcher Art von Buddha er werden will und welche Wesen er wie unterstützen kann. Das umfassendste dieser 48 Gelübde des Dharmakara ist das 18. Gelübde. Es wird auch als das Urgelübde oder auf japanisch als Hongan bezeichnet. Das 18. Gelübde lautet im Wesentlichen:

„Selbst wenn ich die Buddhaschaft erlangen könnte, werde ich doch den Stand der Vollkommenen Erleuchtung erst annehmen, sobald alle fühlenden Wesen in den zehn Richtungen, die mir wahren Herzens vertrauen und in mein Land hin geboren zu werden wünschen und vielleicht nur zehnmal meinen Namen aussprechen, in mein Reich eingehen werden.“

Der Bodhisattva Dharmakara, so berichtet das Sutra weiter, erlangte vor unvorstellbar langer Zeit die Buddhaschaft.

Shinran lehrt, dass wir uns dem Buddha und dem Nembutsu nur zu überlassen brauchen, um vom Leiden befreit zu werden. Im Nembutsu sind alle Fähigkeiten und Tugenden des Buddha Amida enthalten. Er hat sie uns sozusagen mit seinem Namen, mit dem Nembutsu ganz zur Verfügung gestellt. Shinran sagt, dass das Nembutsu der Weg ohne Hindernisse ist, weil es nichts Gutes gibt, das das Nembutsu übertrifft und kein Übel, das die Kraft hat, es zu behindern.

DAS REINE LAND



Was ist das Reine Land, von dem im Grundgelübde die Rede ist?

Ein Reines Land ist eine bildhafte Umschreibung des Wirken eines Buddha. Das Hineingeboren werden in das Reine Land des Buddha Amida nach diesem Leben bedeutet, die vollkommene Erleuchtung zu erreichen bzw. in einen idealen Bereich zu kommen, in dem wir ohne Hindernisse zur Erleuchtung gelangen können. Man könnte auch sagen,

dass das Reine Land eines Buddha die Ausstrahlung oder das Energiefeld dieses Buddha ist.

Manche Menschen stellen es sich als realen Ort vor, der sozusagen geographisch existiert. Letztlich ist das Reine Land mehr ein Bewusstseinszustand, der auch in diesem Leben schon erfahrbar ist.

DIE ANDERE KRAFT



Die befreiende Aktivität des Buddha Amida wird im Shin – Buddhismus als „Andere Kraft“ bezeichnet. Im Gegensatz dazu wird die beschränkte, begrenzte Kraft der eigenen Persönlichkeit bzw. des Ego „eigene Kraft“ genannt. Es geht nun darum, beides zu erfahren. Die eigene Kraft des Ego in ihrer ganzen Unzulänglichkeit und Beschränktheit und die

Andere Kraft des Buddha, die grenzenlose Befreiungskraft der höchsten Wirklichkeit. Das Ziel ist, sich der Anderen Kraft des Buddha immer mehr bewusst zu werden und sich ihr immer mehr zu überlassen und die Persönlichkeit davon durchdringen zu lassen.

SHINJIN

Das Erfahren von Shinjin ist die einzige Bedingung bzw. Voraussetzung für unsere zukünftige Erleuchtung.

Shinjin bedeutet unter anderem Glaube, Vertrauen, geschenktes Vertrauen. Der Begriff hat so viele Bedeutungen, dass es sehr schwierig ist, ihn zu übersetzen. Shinjin kann beschrieben werden als: das Erleben der Einheit mit dem Buddha/ das Erleben von vollkommenem Vertrauen in

den Buddha/ das Erleben der Gegenwart des Buddha/ das Erleben unserer eigenen Buddhanatur / die direkte Erfahrung der anderen Kraft/

... Gleichzeitig wird uns die Bedingtheit und Begrenztheit unseres Ego klar. Shinjin kann sich als **plötzliches tiefes spirituelles Erlebnis** äußern, dass verbunden ist mit dem Sprechen des Nembutsu.

Dabei haben wir das Gefühl, das Nembutsu spricht ohne unser Zutun aus uns bzw. der Buddha spricht es mit uns zusammen. Shinjin kann auch als **allmählicher Prozess** wachsenden Vertrauens in den Buddha erlebt werden, als eine Folge von Aha! – Erlebnissen, durch die wir uns dem Buddha und der Lehre immer mehr annähern.

Shinran unterscheidet zwischen Shinjin und gesichertem Shinjin. Gesichertes Shinjin ist mit dem felsenfesten, diamantenen Vertrauen in den Buddha verbunden.

Das Erreichen von gesichertem Shinjin ist das Ziel des Nembutsu - Weges. Gesichertes Shinjin ist nicht die Erleuchtung, aber die Garantie für unsere zukünftige Erleuchtung. Es wird auch das Erreichen der „Stufe des nicht mehr Rückwärtsschreitens“ genannt. Damit ist gemeint, dass wir die vollkommene Erleuchtung auf einem Weg ohne Hindernisse erreichen werden.

Auch nach dem Erreichen von Shinjin sind wir nicht frei von unseren Leidenschaften. Trotzdem sind wir jetzt sozusagen Bürger zweier Welten. Wir leben unser tägliches Leben mit all seinen Freuden und Problemen und wissen doch um die höchste Wirklichkeit, die alles durchdringt. Wir wissen, dass wir irgendwann ein Buddha sein werden. Wir wissen es nicht nur mit unserem Verstand, sondern wir haben es erlebt. Das gibt eine große Sicherheit und nimmt dem Alltag seine Schärfe.

WIE ERREICHEN SHIN – BUDDHISTEN SHINJIN?



Unsere Aufgabe ist die Beschäftigung mit der Lehre, mit dem Buddha, mit dem Nembutsu. Das HÖREN des Dharma und das Hören des Nembutsu sind wichtige Begriffe im Shin – Buddhismus. Damit ist nicht nur das Hören mit unseren Ohren gemeint. Gemeint ist das tiefe Aufnehmen und Wahrnehmen der Lehre, die Entwicklung von Achtsamkeit für den Buddha und das Nembutsu. Es gibt keine festen

Regeln, wie diese Beschäftigung mit Lehre, Buddha, Nembutsu auszusehen hat. Es gibt auch keine Stufen in der Entwicklung von Shinjin und Vertrauen, an denen man seine Fortschritte ablesen kann. Shinran fordert allerdings ausdrücklich

dazu auf, nach Shinjin zu streben, es sich zu wünschen, darüber zu reflektieren und es im Herzen zu bewegen. Letztlich ist Shinjin aber nichts, was wir selber produzieren oder erreichen können, wir können es nur zulassen. Es ist sozusagen ein Lassen im Tun.

Wenn wir dies alles tun und beherzigen und unser Karma günstig (oder reif) ist, werden wir mit der Zeit ganz von selbst die Weisheit, das Mitgefühl und die Liebe des Buddha wahrnehmen. Wenn unser Karma reif ist, werden wir ganz von selbst irgendwann Shinjin erleben.

ERLEUCHTUNG FÜR ALLE WESEN



Der Shin – Buddhismus ist eine Tradition des Mahayana. Wie für alle Anhänger dieser großen buddhistischen Strömung ist auch für die Shin – Buddhisten die Erreichung der eigenen Erleuchtung nicht von der Erleuchtung für alle Wesen zu trennen. Da alles miteinander verbunden ist, kann niemand für sich alleine glücklich sein, wenn andere in seiner

Nähe leiden. Und kein Buddha wird es dabei belassen, seine Erleuchtung für sich alleine zu genießen.

Das heißt, dass Shin – Buddhisten davon ausgehen, nach Erreichen der Stufe eines Bodhisattva oder Buddha wieder zurückzugehen in einen Bereich des Leidens, ins Samsara, um dort die Wesen auf ihrem Weg zur Befreiung zu unterstützen.

ETHIK

Shinran sagt, dass weder die Anzahl der erworbenen Verdienste noch die Anzahl der angehäuften Übel die Wirkung des Nembutsu beeinflussen.

Das heißt natürlich nicht, dass Shin – Buddhisten die Ethik außer Acht lassen können. Das wird auch in Shinrans Erklärungen zur Ethik deutlich. Allgemein ist es sinnvoll, Gutes zu tun und Böses zu vermeiden. Menschen, die etwas Böses bzw. Unheilsames tun, erwerben ungünstiges Karma. Das heißt, dass sie entweder sofort oder später, eventuell erst in einem späteren Leben, Schwierigkeiten haben werden.

Menschen, die Gutes tun, erwerben gutes Karma und erleben jetzt oder in der Zukunft Angenehmes.

Shinran sagt auch, dass die Menschen, die vom Shinbuddhistischen Weg gehört haben und sich nach Befreiung sehnen, mit der Zeit das Bedürfnis entwickeln, Gutes zu tun und Böses zu vermeiden.

Diejenigen, die den Nembutsu Weg gehen und Shinjin erlebt haben tun das Gute von selbst, ohne es sich als eigenen Verdienst zuzuschreiben. Durch sie wirkt das Gelübde des Buddha, allen Wesen helfen zu wollen.

Schließen möchte ich mit einem Gedicht von Zuiken Inagaki.

„Der Dharma sollte vernommen werden
mit Ohren, Augen, dem Herzen
und dem gesamten Körper.
Bis wir von ihm durchdrungen sind.“

Literatur:

Volker Zotz, Der Buddha im Reinen Land

Rev. Saizo Inagaki, Hymnen vom aufrichtigen Vertrauen

Thich Nhat Hanh, Mit dem Herzen verstehen

Leseempfehlung:

Sogar der Gute wird erlöst, um wie viel mehr der Böse,

Takamoro Shigaraki

Verlag: KairosEdition

Shin – Buddhistische Gemeinschaften:

Berlin
Kogyo Ilona Evers
Friedrich – Franz – Str. 19
12103 Berlin
Tel.: 030 – 75707161
Email: ilona.evers@web.de

Mönchengladbach
Anjin - Do
Chisho F. Kobs
Oberheydener Strasse 71
41236 Mönchengladbach
02166 – 1471036
Email: frankkobs63@yahoo.de

Bad Reichenhall
Rev. Jotoku Thomas Moser
Buddhistische Begegnungsstätte ShinDo
Rosengasse 8
83435 Bad Reichenhall
Shindo-th-moser@t-online.de

Düsseldorf
Eko – Haus der Japanischen Kultur e.V.
Jöchi Jan Marc Nottelmann
Brüggener Weg 6
40547 Düsseldorf
Tel.: 01211 – 5779918 - 224

Weitere Informationen unter:

www.jodoshinshudeutschland.blogspot.com

www.jodoshinshu.de

Herausgegeben von der
Buddhistischen Gemeinschaft Jodo Shinshu Deutschland e.V. (BGJ-D)
im Jahr 2009

Die BGJ-D wird durch die IABC unterstützt und gefördert.
Sie ist Mitglied der DBU und der EBU
Verantwortliche Redakteurin:
Kogyo Ilona Evers , Friedrich Franz Straße 19 in 12103 Berlin
Tel.: 030 – 75707161

<http://jodoshinshudeutschland.blogspot.com>

<http://www.jodoshinshu.de>