

In Buddhas Fußspuren

Leben und Lehre des Buddha

Wilco Grootenboer

Inhalt

- S. 6 Kurzes Vorwort
- S. 9 Als ich noch Siddhattha war
- S. 42 Das Leben als Buddha
- S. 82 Spuren im Geist
- S. 88 Die zehn Ochsenbilder des Zen
- S. 105 Kraft und Stille
- S. 115 Achtsamkeit
- S. 123 Verbundenheit
- S. 129 Leerheit
- S. 137 Wache Offenheit

*„Es gibt eine Vollkommenheit
tief inmitten alles Unzulänglichen.
Es gibt eine Stille,
tief inmitten aller Ratlosigkeit.
Es gibt ein Ziel,
tief inmitten aller weltlichen Sorgen.“*

Buddha Shakyamuni

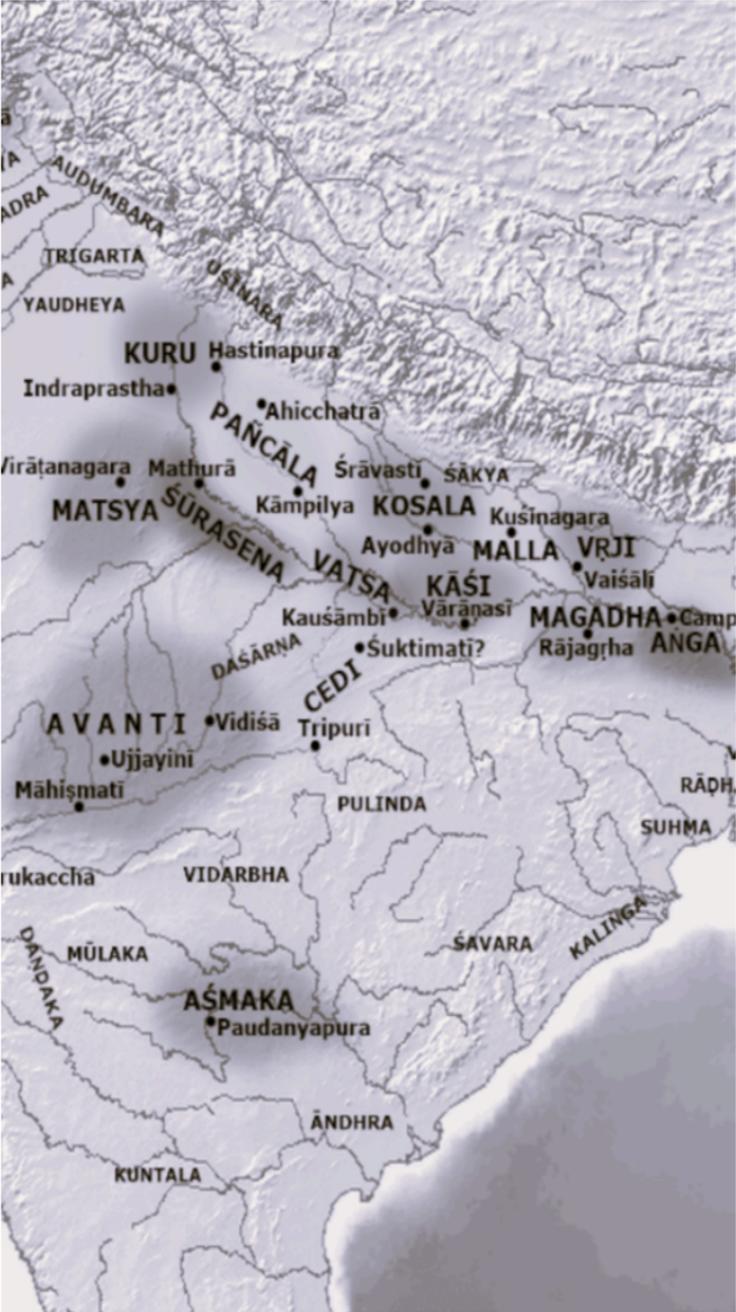
Kurzes Vorwort

So wie sich das Wasser auf dem Weg zum grenzenlosen Meer in den vielen Nebenflüssen verliert, so verlieren wir uns auf der Suche nach dauerhaftem Glück und innerem Frieden in begrenzten Dingen. Meditation hilft uns, den richtigen Weg zu grenzenlosem Glück und innerem Frieden wieder zu finden und zu gehen. Viele Menschen sind diesen Weg vor uns gegangen. Und viele sind am Ziel angekommen. Einer von ihnen war Siddhattha Gotama, der historische Buddha. Er war ein herausragender Meister darin, Wege zu erkunden und zu gehen und die Landschaft so zu beschreiben, wie sie wirklich ist. Er war und ist auch heute noch Wegweiser für viele, die in seine Fußstapfen treten wollen. Auch nach rund 2600 Jahren sind seine Fußspuren nicht verblasst. Wer möchte, kann versuchen, ihnen zu folgen, um selbst herauszufinden, wohin sie führen. Um uns den Menschen Siddhattha Gotama näher zu bringen, wird seine Lebensgeschichte, basierend auf historischen Fakten, aus seiner Sicht erzählt.

Kurzes Vorwort

Bei den Namen und Begriffen in Pali habe ich aus praktischen Gründen auf Buchstaben wie ñ, ī, usw. verzichtet. Lediglich den Buchstaben »ā«, der lang ausgesprochen wird, habe ich berücksichtigt.

Die Lehre Buddhas ist eine Darlegung der wahren Natur des Daseins und bietet darüber hinaus Lösungen an, wie das Heilsame im täglichen Leben verwirklicht werden kann. Der Weg zeigt sich also nicht in Phantasien und Vorstellungen, sondern in der Realität des Alltags. So kann unser Leben mit Hilfe der Meditation zu einer wunderbaren Reise werden.



Als ich noch Siddhattha war

Die nordindische Tiefebene zwischen den Ausläufern des Himalaya und den Ufern des Ganges war zu meiner Zeit dicht bewaldet, mit Feldern und Dörfern durchsetzt und mehrfach von träge dahinfließenden Flüssen durchschnitten. Im Sommer, im Mai und Juni, stiegen die Temperaturen auf über 40°C. Ab Mitte Juni setzte der Monsun ein und es bildeten sich mächtige Kumuluswolken, die sich in stundenlangen Regengüssen entleerten. Von Oktober bis März herrschte Winter mit gemäßigten Temperaturen um 15°C, im Januar konnte das Thermometer sogar bis auf 3°C fallen. Ab April stiegen die Temperaturen wieder an und es begann erneut die heiße Jahreszeit. So wie Land und Klima die Lebensweise der Menschen bestimmen, so tun dies auch die politischen und sozialen Verhältnisse. Zu meiner Zeit war Nordindien in sogenannte Mahājanapadas unterteilt. Die Mahājanapadas entstanden, als die Stämme (janas) der spätvedischen Zeit beschlossen, ihre eigenen territorialen Gemeinschaften zu bilden, aus denen schließlich neue und dauerhafte Siedlungsgebiete hervorgingen. Die meisten dieser Mahājanapadas waren Königreiche. So gab es Avanti, ein wichtiges Königreich in Westindien und eine der vier großen Monarchien Indiens. Die anderen drei waren Kosala, Vatsa und Magadha. Maghada war ein ausgedehntes Königreich, das zu meinen Lebzeiten von König Bimbisāra regiert wurde. Vatsa mit seiner wohlhabenden Hauptstadt Kosambi wurde von König Udayana re-

giert. Nördlich des Ganges lag das mächtige Königreich Kosala, regiert von König Prasenajit. Neben den verschiedenen Königreichen gab es Stammesgebiete und Republiken. Die Republiken waren aristokratisch geführte Staaten mit einer Art Präsident (Rāja) an der Spitze. Er leitete die Ratsversammlung und führte, wenn diese nicht tagte, die Regierungsgeschäfte. Zum Rāja wählbar waren nur Angehörige der Kriegerkaste, also des Adels, wie auch der Vorsitz im Rat Männern dieses Standes vorbehalten war. Die anderen Kasten konnten jedoch den Debatten zuhören, da die Ratshallen nur ein Dach hatten. Die Republiken wurden jeweils nach dem Adelsstamm benannt, der die Regierungsgeschäfte führte. Die Republik der Sakya mit der Hauptstadt Kapilavattu schloss sich im Nordosten an das Königreich Kosala an. Kapilavattu, wo ich die ersten 29 Jahre meines Lebens verbrachte, lag unweit der Grenze, die heute das Königreich Nepal von der Republik Indien trennt. Mein Vater, Suddhodana, gehörte zum Stamm der Sakya. Die Sakya waren Khattiya, gehörten also der damals höchsten Kriegerkaste an, waren also adelig.

Um die Mitte des 6. Jahrhunderts v. Chr. war es mein Vater, der das Amt des Rāja innehatte. Er war verheiratet mit zwei Schwestern. Māyā, die ältere Schwester, war seine erste Frau und meine Mutter. Die zweite Frau meines Vaters war Pajāpati. Sie schenkte zwei Kindern das Leben, meinem Halbbruder Nanda, der einige Tage nach mir geboren wurde, und meiner Halbschwester Surarinandā, die wir kurz Nandā nannten. Wie mein Vater gehörten auch meine Mutter und ihre Schwester zum Stamm der Sakya. Innerhalb des Stammes zu heiraten, entsprach den damaligen Regeln, die die Reinheit des Stammes sichern sollten. Diese Regel wurde jedoch oft außer Kraft gesetzt, wenn Liebe oder eine verlockende Mitgift im Spiel waren. Wenn wir den Stammbäumen

meines Vaters und meiner Mutter folgen, sehen wir, dass die Mutter meines Vaters, Kaccānā, und der Vater meiner Mutter, Anjana, Geschwister waren. Mit anderen Worten, mein Vater war mit seiner Cousine verheiratet. Als meine Mutter 40 Jahre alt war, wurde sie mit mir schwanger. Kurz vor meiner Geburt reiste sie nach Devadaha, dem Haus ihrer Eltern, um mich dort mit Hilfe ihrer Mutter Yasodharā zur Welt zu bringen. Die Reise im rumpelnden Karren auf heißer, staubiger Straße führte dazu, dass die Geburt noch vor Erreichen von Devadha stattfand. Unweit des Dorfes Lumbini, unter freiem Himmel, nur geschützt durch die Krone eines Salbaumes, erblickte ich im Mai des Jahres 563 v. Chr. das Licht der Welt. An dieser Stelle errichtete Kaiser Asoka im Jahre 245 v. Chr. eine sechseinhalb Meter hohe Steinsäule mit der folgenden Inschrift:

Zwanzig Jahre nach seiner Krönung kam Kaiser Devānampiya Pi-yadasi hierher und widmete seine Verehrung der Tatsache, dass Buddha, der Weise aus dem Geschlecht der Sakya, hier geboren wurde. Er ließ ein Steinrelief anfertigen und eine Steinsäule errichten, um zu zeigen, dass der Erhabene hier geboren wurde. Er befreite das Dorf Lumbini von Steuern und reduzierte die Naturalabgaben von dem üblichen Viertel auf ein Achtel.

Die Überreste von Lumbini, dem heutigen Rummindai in Nepal, wurden 1896 entdeckt. Dort wurde auch eine Steinplatte aus dem zweiten Jahrhundert nach Christus gefunden. Sie zeigt meine Mutter Māyā, die sich an einem Ast des Salbaumes festhält, während sie mich im Stehen zur Welt bringt. Nach den Strapazen meiner Geburt konnte sie ihre Reise nach Devadaha nicht fortsetzen und kehrte mit ihrem Gefolge nach Kapilavatthu zurück.

Meine Geburt wird in der einleitenden Erzählung zum Buch der Vorgeburts geschichten (Jātakam) ausgeschmückt erzählt. Hier ein Auszug:

Als nun die große Māyā den Bodhisattva wie Sesamöl in einem Gefäß neun Monate in ihrem Schoß getragen hatte und reif war, ihn zu gebären, bekam sie Lust, sich nach dem Hause ihrer Verwandten zu begeben, und sie sprach zu Suddhodana: »Ich wünsche mich nach der Stadt Devadaha zu begeben, die meiner Familie gehört.« Suddhodana gab seine Zustimmung und ließ die Straße von Kapilavatthu nach der Stadt Devadaha eben und mit Bananenzweigen, gefüllten Wassertöpfen, Fahnen, Flaggen und dergleichen schmücken. Dann ließ er Māyā auf eine goldene Sänfte setzen, die von tausend Dienern getragen wurde, und so ließ er sie mit großem Gefolge abfahren. Zwischen den beiden Städten liegt nun ein herrlicher Salwald, der Lumbini-Wald genannt wird und den Bewohnern beider Städte gehört. Von der Wurzel bis zur Spitze der Zweige war alles wie zu einer einzigen Frucht entwickelt; zwischen den Zweigen und Blüten schwebten Schwärme von fünf farbigem Bienen und alle Arten von Vögeln, die mit süßer Stimme zwitscherten. Der ganze Wald von Lumbini glich einem göttlichen Park und war wie die prächtig ausgestattete Trinkhalle eines mächtigen Königs. Als nun die große Māyā diesen Salwald sah, bekam sie Lust, sich darin zu erquicken. Die Diener hoben die Fürstin auf und führten sie in den Salwald. Hier trat sie an den Fuß eines prächtigen Salbaumes und wollte einen Zweig ergreifen. Der Salzweig bog sich wie die Spitze eines dampfdurchtränkten Rohres herab und näherte sich ihrer Hand. Sie streckte die Hand aus und ergriff den Zweig. Und nun begannen die Wehen. Die Menge spannte ein Zelt um sie und zog

sich dann zurück. Und während sie so dastand und den Zweig der Sal hielt, gebar sie ihr Kind.

Die Freude über meine Geburt als neuer Gotamaspross wurde bald überschattet von der Sorge um meine Mutter, die immer schwächer wurde. Nur von ihrem Lager aus konnte sie schwach und fiebrig die Vorbereitungen zu meiner Namensgebung verfolgen. Während die Vorbereitungen im Gange waren, wurde der alte Asita, ein ehrwürdiger alter Freund der Familie Gotama, herbeigerufen, um die Bedeutung des Zeichens zu erklären. Er war viele Jahre der Hauspriester der Gotamas gewesen, bevor er sich in eine Einsiedelei zurückgezogen hatte. Ich war gerade drei Tage alt, als er mich betrachtete. An meinen körperlichen Merkmalen erkannte er, dass ich ein außergewöhnlicher Junge war, einer, der die Buddhaschaft erlangen und das Rad der Lehre in Gang setzen würde. Mit Tränen in den Augen, dass es ihm selbst nicht vergönnt sein würde, mich als Buddha zu erleben, bat er seinen Neffen Nālaka, später mein Auditor zu werden. Zwei Tage später vollzogen acht Brahmanen die Zeremonie der Namensgebung und betrachteten auch meine körperlichen Merkmale. Dem jüngsten der Brahmanen, Kondanna, werde ich dreißig Jahre später wieder begegnen. Über diese Zeichendeutung wird in den Jātakam folgendes erzählt:

Dem Bodhisattva wurde am fünften Tage das Haupt gebadet, und in der Absicht, ihm einen Namen zu geben, besprengte man den Königspalast mit vier Arten von Wohlgerüchen, streute fünffach Lajablüten aus und ließ festen Reisbrei kochen. Man lud hundertacht Brahmanen, die die Veden kannten, zum Mahl ein, ließ sie im Königspalast Platz nehmen und bereitete ihnen ein gutes Mahl.

Nachdem man ihnen große Ehre erwiesen hatte, fragte man sie: »Was wird wohl mit ihm geschehen?« und ließ sie die Zeichen beobachten. Acht Brahmanen, Rama, Dhaja, Lakkhana, Manti, Kondanna, Bhoja, Suyama und Sudatta, waren dieselben Zeichendeuter wie am Tage der Empfängnis des Bodhisattva. Sieben von ihnen hoben zwei Finger und verkündeten in doppelter Bedeutung: »Wer mit diesen Zeichen versehen ist, wird, wenn er das häusliche Leben führt, ein weltbeherrschender König; wenn er aber die Weltflucht übt, wird er ein Buddha.« Und sie verkündeten die ganze Herrlichkeit eines Weltherrscher-Königs. Der Jüngste aber unter ihnen, ein junger Brahmane, nach seiner Familie Kondanna genannt, dachte, als er die Erfüllung der Vorzeichen an dem Bodhisattva sah: »Es gibt keinen Grund für ihn, in der Mitte des Hauses zu bleiben; er wird gewiss ein Buddha werden, der Finsternis vertreibt.« Darum hob er nur einen Finger und eine einseitige Antwort. Denn dieser hatte einen fester gefasst und war ein Wesen in seiner letzten Existenz übertraf er die sieben anderen, und da er dacht mit solchen Vorzeichen ausgestattet ist, gibt Mitte des Hauses; zweifellos wird er ein nur eine einzige Bestimmung. Darum zeigte damit an. Dann fragte der sehen, dass er dann der Welt enttete: »Vier Zeichen wird er vom Alter Bedrückten, ein Mönch.« Darauf erwidern Leute nicht mehr in kein Buddha werden Herrschaft, die ausübt, die