

Der achtfache Pfad zur Erlösung - Die Lehre des Buddha

Buddhas irdisches Leben

Um 560 v. Chr. kam Siddharta Gautama im heutigen Tilaurakot (Nepal) zur Welt. Sein Vater Suddhodana war ein Fürst und hoher Verwaltungsbeamter des Königreichs Kosala. Maya, die Mutter des Siddharta, starb sieben Tage nach seiner Geburt, ihre Schwester Pajapati trat als Stiefmutter an ihre Stelle. Siddharta lebte in einer prunkvollen Welt, doch nach einigen Jahren langweilte ihn der Luxus so sehr, dass er die Welt außerhalb der Palastmauern besuchte. Die Legende besagt, dass er auf seinen Ausfahrten dem wirklichen Leben begegnete, einem zerfurchten Alten, einem Siechen und einem Leichenzug, soll heißen, er wurde mit Leid und Vergänglichkeit konfrontiert. Als er bei seiner vierten Ausfahrt einen Asketen traf, den er sich zum Vorbild nahm, beschloss er, auf Wanderschaft zu gehen. Seinen neugeborenen Sohn nannte er "Rahula", die Fessel, weil er ihn gefühlsmäßig an die Familie band.

Trotzdem brach er auf und lebte sechs Jahre als Asket. Die völlige Abtötung aller leiblichen Wünsche führte ihn aber nicht zum Glück. Er begann wieder zu essen und meditierte unter dem Bodhi-Baum. Hier überkam ihn die Erleuchtung. Er wanderte nach Benares, wo er fünf Jünger traf, die ihm eine Weile in seinem Asketendasein gefolgt waren und sich dann enttäuscht abgewandt hatten. Ihnen hielt er seine erste Predigt von den vier heiligen Wahrheiten und dem achtfachen Pfad der Erlösung und bezeichnete sich selbst als "Buddha", den "Erleuchteten" (wörtlich: den Erwachten, vom indogerm. Budh = wach).

Die Lehre des Buddha ("Dharma")

I. Die vier edlen Wahrheiten lauten

1. Das Leiden ("dhuka") existiert.
2. Das Leiden hat bestimmte Ursachen.
3. Die Ursachen des Leidens können beseitigt werden.
4. Sie werden beseitigt, indem man den achtfachen Pfad beschreitet.

II. Der achtfache Pfad

Prana Sila Samadhi

1. Rechte Ansicht
2. Rechtes Denken
3. Rechte Rede
4. Rechtes Handeln
5. Rechter Lebenserwerb
6. Rechtes Streben
7. Rechte Wachsamkeit
8. Rechte Sammlung

In der Abteilung "Prana" geht es um Erkenntnis und Weisheit. In der Abteilung "Sila" um angemessene Lebensführung, in der Abteilung "Samadhi" um Versenkung. Alle drei gehören zusammen und bedingen einander. Die Fähigkeit, zu erkennen, was richtig und was falsch ist, wird in der Sammlung und Versenkung erlangt.

Im täglichen Leben wird das, was als richtig erkannt wurde, verwirklicht, dabei wächst die Erkenntnis. Der achtfache Pfad ist ein schrittweiser Prozess der Wandlung, an deren Ende als Ziel das Nirvana steht, das Ende des Rades der Wiedergeburten. Nirvana bedeutet wörtlich das "Erlöschen" der Triebe, der Verblendung und der Unwissenheit. Der größte Unterschied zum Christentum besteht darin, dass der Buddhist sich selbst erlösen kann, der Christ durch Gottes Gnade erlöst wird. Die Anziehungskraft, die der Buddhismus seit den 1920er Jahren auch im Westen ausübt, liegt daran, dass er undogmatisch ist und "allein die Ursachen der Unzufriedenheit und die Mittel zur Aufhebung der Unzufriedenheit lehrt" (Buddha), eine Technik, die ihn in die Nähe der Entwicklungspsychologie rückt.

Autorin: Susanne Tölke