# 1 BUDDHAS LEBENSGESCHICHTE

**BASISTEXT**

**SEKUNDARSTUFE I**

Stundenverlauf
Didaktische Hinweise
Material 1
Material 2
Arbeitsblatt 1
Lösungsblatt zu AB 1
Arbeitsblatt 2
Lösungsblatt zu AB 2
Arbeitsblatt 3
Lösungsblatt zu AB 3

**SEKUNDARSTUFE II**

Stundenverlauf
Didaktische Hinweise
Arbeitsblatt 1
Material 1
Material 2
Arbeitsblatt 2
Lösungsblatt zu AB 2

# BUDDHAS LEBENSGESCHICHTE

Buddhas Lebensgeschichte wird in den verschiedenen buddhistischen Traditionen nicht in allen Einzelheiten einheitlich dargestellt; das hat damit zu tun, dass bestimmte Aspekte seines Lebens als Inspiration dienen und unterschiedlich stark betont werden.

Zur Zeit der Geburt des historischen Buddhas Siddharta Gautama Shakyamuni war Indien eine blühende Hochkultur, geprägt von einer großen geistigen Offenheit. Verschiedenste philosophische Schulen und Sichtweisen blühten gleichzeitig. Die Menschen erwarteten, dass eine Lehre ganzheitlich war und, dass eine Weltanschauung das Leben durchdringen sollte. Die Lehren mussten eine Grundlage haben, klare Methoden besitzen und ein erreichbares Ziel aufweisen. Mit Behauptungen ging man sehr achtsam um: Denn sobald jemand eine Anschauung vertrat, die ein anderer widerlegen konnte, wurde er dessen Schüler – so verlangte es die geistige Ehrlichkeit jener Zeit.

Buddha wurde etwa 560 v. Chr. als Sohn einer Fürstenfamilie am Südrand des heutigen Nepal nahe der damaligen Stadt Kapilavastu im Lumbini-Hain geboren. Die Freude über die Geburt des Thronfolgers war groß. Die Familie gehörte zum Geschlecht der Shakyas und zur Linie der Gautamas, woher sein Name Siddhartha Gautama Shakyamuni („der Weise aus dem Stamm der Shakyas“) kommt.

Seine Geburt an einem Vollmondtag im Mai war von besonderen Zeichen begleitet und seine Eltern erhielten folgende Prophezeiung: „Wenn der Junge nicht mit den Leiden der Welt in Berührung kommt, wird er ein großer Herrscher werden und all Eure Wünsche erfüllen. Sollte er aber das Leiden der Menschen sehen, wird er alles verlassen und auf der Suche nach dauerhaftem Glück eine ganz neue Dimension in die Welt bringen.“

Die Eltern beschlossen daraufhin, den jungen Prinzen innerhalb des Palastes in einer künstlich abgeschirmten Welt großzuziehen, in der es nur Jugend, Schönheit, Vergnügen und freudvolle Erlebnisse gab. Er genoss eine umfassende Ausbildung in den Wissenschaften, in der Kunst, im Sport und, als Mitglied der Kriegerkaste, auch in der Kampfkunst. In allen Disziplinen glänzte er durch hervorragende Begabung. Er war feinsinnig, mutig und stark zugleich. Bei seinen wenigen Ausflügen in die „normale“ Welt wurde alles so vorbereitet, dass er nur junge, gesunde und glückliche Menschen sah. So wuchs der junge Prinz in seiner Luxuswelt heran, genoss das Leben, heiratete traditionell und bekam einen Sohn, Rahula.

Dies währte bis zu seinem 29. Lebensjahr. Bei heimlichen Ausflügen begegnete er den Schattenseiten des Lebens. An drei aufeinander folgenden Tagen sah er einen schwer kranken Menschen, einen alten und einen toten. Woran man sich sonst ganz allmählich gewöhnt, traf ihn ganz unvorbereitet und erschütterte ihn zutiefst. Er musste plötzlich verstehen, dass weltliche Freuden, Schönheit, Kraft und Jugend bedingt und vergänglich sind. Daraufhin kehrte er in seinen Palast zurück, doch nichts konnte ihn mehr erfreuen. Die Einsicht, dass diese Leiden zum Leben der Wesen dazugehörten, ließ ihm keine Ruhe und er suchte nach einem Ausweg, einem dauerhaften Glück, das keinen Bedingungen unterworfen ist.

Am nächsten Tag machte er eine weitere Erfahrung, die sein Leben prägen sollte. Er sah einen Mann in tiefer Meditation sitzen und als sich ihre Augen begegneten, wusste er plötzlich, dass wirkliche Freiheit und dauerhaftes Glück nur im eigenen Geist zu finden sind. Zu dieser Einsicht vorzudringen schien ihm im Rahmen seines gesellschaftlichen Lebens jedoch unmöglich und er beschloss, sein Prinzendasein zu verlassen. Er schnitt sein langes Haar ab, das Zeichen seiner adligen Abstammung, entschlossen, sein bisheriges Leben zurückzulassen, zog hinaus in die Wälder und studierte bei vielen Lehrern seiner Zeit. Obwohl er schnell lernte und seine Lehrer meistens schon nach kurzer Zeit übertraf, führte ihn keine ihrer Methoden jenseits begrenzter, vergänglicher Erfahrungen. Getragen vom tiefen Wunsch etwas wirklich Befreiendes zu finden, ging er weiter und schloss sich einer Gruppe von fünf Asketen an, die in den Wäldern beim heutigen Bodhgaya lebten. Nachdem er als Prinz alle Freuden des Körpers und der Sinne erfahren hatte, glaubte er jetzt, Sinneseindrücke seien ein Hindernis und ihre Unterdrückung führe zu geistiger Klarheit. So übte er sich in völliger Entsagung und hätte sich dabei fast zu Tode gehungert. Schließlich sah er jedoch ein, dass die Askese nicht nur den Körper, sondern auch seinen Geist schwächte und ihn dem Ziel nicht näherbrachte. Diese Erfahrung war ein weiterer Wendepunkt in seinem Leben – seine Abkehr von den Extremen und er nahm wieder Nahrung zu sich.

Nachdem Siddharta wieder zu Kräften gekommen war, setzte er sich in den Schatten des heute bekannten Bodhibaumes in Bodhgaya und beschloss, hier in Vertiefung zu verweilen, bis er sein Ziel erreichte. Er saß sechs Tage und Nächte in tiefer Meditation. Seine Versenkung war so unerschütterlich, dass weder äußere noch innere Ablenkungen ihn stören konnten. In der Morgendämmerung des siebten Tages, des Vollmonds im Mai, erlangte er im Alter von 35 Jahren die Erleuchtung und wurde zum Buddha, dem Erwachten – erwacht aus dem Traum der Unwissenheit. Alle dem Geist innewohnenden Eigenschaften waren entfaltet. Vollkommene Erleuchtung bedeutet die Erfahrung von Furchtlosigkeit, unendlicher Freude und grenzenlosem Mitgefühl. Aus diesem Mitgefühl heraus handelt man mit Weisheit zum Wohle aller Wesen.

Die Erde „als Zeuge für seine Unerschütterlichkeit" anrufend, berührte er mit den Fingerspitzen der rechten Hand den Boden. Als Statue wird er oft in dieser Erdberührungsgeste dargestellt.

Noch sieben Wochen verblieb Buddha in Meditation unter dem Bodhibaum, um seinen Körper an die starken Kraftströme innerer Wonne zu gewöhnen.

Im Wald nahe Benares (Varanasi) begegneten ihm seine früheren Gefährten, die fünf Asketen. Sie wurden von seiner freudvollen Ausstrahlung angezogen und verstanden, dass etwas Besonderes mit ihm geschehen war. Neugierig baten sie ihn um Erklärungen, und Buddha lehrte die „Vier Edlen Wahrheiten" als Grundlage, Weg und Ziel zu Befreiung und Erleuchtung.

Schon in den ersten drei Monaten, während er im Wald von Benares weilte, wuchs die Gemeinschaft seiner Schüler, die Sangha, heran. Unüblich für die Zeit war ihre gemischte Zusammensetzung quer durch alle Schichten des Volkes: Könige, Kaufleute und Bettler gehörten zu den Schülern Buddhas. Das Kastenwesen hatte in der Sangha keine Bedeutung. Auch Buddhas Frau und sein Sohn Rahula wurden Mitglieder der Sangha.

Von nun an zog Buddha 45 Jahre lang lehrend durch Nordindien, meist umgeben von mitreisenden Schülern. Mehrere Orte kristallisierten sich heraus, an denen er sich häufiger aufhielt und besondere Lehren gab. Der Wald von Benares ist vor allem mit den Lektionen des ersten Zyklus verbunden, aus denen historisch die Schulen des Theravada entstanden. Am Geierhügel in Rajgir gab er vor allem die Lehren des Mahayana über Mitgefühl und Weisheit (zweiter Zyklus); in Shravasti (im Königreich Magadha) und Vaishali schließlich den Vajrayana mit den Erklärungen über die direkte Identifikation mit den Qualitäten der Natur des Geistes (dritter Zyklus).

Obwohl Buddha und seine Schüler niemals missionierten, breitete sich die neue Lehre in Nordindien durch ihre natürliche Anziehungskraft aus: „Wo ein See ist, kommen die Schwäne". Andererseits wurde die neue Bewegung auch angefeindet von religiösen Neidern ebenso wie von solchen, die gesellschaftlichen Umsturz befürchteten. Schließlich akzeptierte der Buddha das Kastenwesen nicht und nahm Frauen als Nonnen in die Ordensgemeinschaft auf. Außerdem entsprach er mit seinen Aussagen zu Ursache und Wirkung (Karma) keineswegs den Normen des Kastenwesens.

Die Regenzeiten verbrachten Buddha und seine Schüler in Zurückgezogenheit mit intensiver Meditationspraxis, während die anderen Zeiten des Jahres für Reisen und Lehrtätigkeit genutzt wurden. In 45 Jahren gab er 84.000 Lehren, die heute in den 108 Bänden des Kangyur überliefert sind. Als Buddha im Alter von 80 Jahren in dem kleinen Dorf Kushinagara – nicht weit von seinem Geburtsort – in der Nacht zum Vollmond im Mai starb, sollen seine letzten Worte gewesen sein: „Jetzt kann ich glücklich sterben. Ich habe keine einzige Lehre in einer geschlossenen Hand gehalten. Alles, was euch nützt, habe ich schon gegeben." Und zu allerletzt: „Glaubt mir nichts, nur weil ich Buddha bin, sondern prüft, ob es eurer Erfahrung entspricht. Seid euer eigenes Licht."

Nach Buddhas Tod wurden seine Lehrreden im ersten Konzil von Rajgir zusammengetragen. 500 verwirklichte Praktizierende versammelten sich, um die bis dahin oft in Versform erinnerten und übertragenen Lehrreden niederzuschreiben. So beginnt jedes Sutra mit den Worten „So habe ich es gehört …" und nennt einleitend den Ort, die Zuhörer, Anlass und Umstände der Lehre. Auf diese Weise wurde die Lehre Buddhas für die Zukunft bewahrt. Die Lehren des Großen Weges (Mahayana) und des Diamantweges (Vajrayana) wurden zu dieser Zeit noch nicht veröffentlicht. Sie wurden unter den Praktizierenden weitgehend mündlich weitergegeben und von Lehrer zu Schüler übertragen. Erst in späteren Konzilen in Vaishali und Pataliputra (Patna) wurden auch diese Lehren niedergeschrieben. Aus diesem Grund gibt es einen frühen buddhistischen Kanon in Pali und einen späteren Kanon in Sanskrit.

LEHRER-INFO

# STUNDENVERLAUF – SEKUNDARSTUFE II

**ZIELE**

**Die SuS können:**

- Buddha als historisch bedeutsame Persönlichkeit und als Begründer des Buddhismus reflektieren.
- wichtige Aspekte der Phasen seines Lebensweges erläutern.
- Buddhas letzte Aussage erklären.
- ihre eigenen Lebensträume reflektieren und in Bezug zu Buddhas Lebensgeschichte setzen.

| | | |
|---|---|---|
| **TRANSFER** | Betrachten Sie noch einmal Ihre Wunschliste. Prüfen Sie, ob und inwiefern sich Ihre Auswahl geändert hat. | **AB 1, untere Hälfte**<br>SuS ergänzen neue Ideen<br>SuS besprechen diese |
| **VERTIEFUNG** | Die letzten Aussagen Buddhas | **AB 2, Frage 6**<br>SuS reflektieren die Bedeutung |
| **ERARBEITUNG 2** | Buddhas Lebensgeschichte und wichtige Aspekte der einzelnen Phasen | **Material 2**<br>**AB 2**<br>**LB zu AB 2**<br>SuS werten Text mit Fragen aus<br>SuS sichern die Ergebnisse |
| **ERARBEITUNG 1** | Buddhas Luxusleben im Palast – warum gab er dieses auf? | **Material 1**<br>SuS stellen Vermutungen an |
| **EINSTIEG** | Was erhoffen Sie sich von Ihrem Leben? Füllen Sie den Wunschzettel aus! | **AB 1, obere Hälfte**<br>Sus reflektieren eigene Lebenswünsche und Erwartungen |

**GRUNDLAGE**

**Was die SuS am Thema interessieren könnte:**

- Gibt es Wünsche, Werte und Einstellungen, die das Lebensglück vermehren?
- Vermittelt Buddha als Religionsstifter einen Erfahrungsweg, der heute noch zeitgemäß ist?
- Hat Buddhas Lebensgeschichte etwas mit uns zu tun?

LEHRER-INFO

# DIDAKTISCHE HINWEISE — SEKUNDARSTUFE II

## ZIELE

Die SuS können …

1. Buddha als historisch bedeutsame Persönlichkeit und als Begründer des Buddhismus reflektieren.
2. wichtige Aspekte der Phasen seines Lebensweges erläutern.
3. Buddhas letzte Aussage erklären.
4. Ihre eigenen Lebensträume reflektieren und in Bezug zu Buddhas Lebensgeschichte setzen.

## INFORMATION

Buddhistische Quellen zeigen voneinander abweichende Darstellungen von Buddhas Leben. Die schriftlichen Aufzeichnungen erfolgten erst ca. 300 Jahre nach seinem Tod und weichen je nach der mündlichen Überlieferung der unterschiedlichen buddhistischen Schulen voneinander ab. Dabei ging es nicht um historische Belege, sondern sein Leben galt als Quelle der Inspiration, den buddhistischen Weg zu gehen.

## EINSTIEG

Zentrales Ziel buddhistischer Praxis ist das Erreichen eines Zustandes dauerhaften Glücks. Als Einstieg sollen die SuS ihre eigenen Wünsche an ein erfülltes Leben reflektieren. Sie füllen den „Wunschzettel“ auf der oberen Hälfte des **AB 1** aus, der dann am Schluss der Stunde auf der unteren Hälfte von **AB 1** ergänzt wird.

## ERARBEITUNG 1

**Material 1** wird vom Lehrer vorgelesen oder mit einem geeigneten Medium projiziert. Auf der oberen Blatthälfte wird eine kurze Information über Buddhas Leben im Palast angeboten sowie Impulse, die zu der Frage führen:

Was konnte passiert sein, so dass Prinz Siddhartha diese „wunderbare“ Situation im Königspalast verließ?

Die SuS vermuten die Beweggründe. Diese werden nicht diskutiert; es handelt sich hier um eine Annäherung an das Thema.

Anschließend wird die untere Hälfte von **Material 1** mit der Prophezeiung vorgelesen oder aufgedeckt:

Buddhas Verlassen des Palastes wurde vorausgesagt, für den Fall, dass er mit dem Leiden der Welt konfrontiert wird. Sein Ziel wird sein, einen Weg zu dauerhaftem Glück zu finden.

Der Austausch über die Bedeutung der Prophezeiung erfolgt in einem kurzen Unterrichtsgespräch.

## ERARBEITUNG 2

Die SuS lesen den Text zu Buddhas Lebensgeschichte in **Material 2** und formulieren Stichpunkte zu wichtigen Aspekten der einzelnen Phasen auf **AB 2**. Sie besprechen diese in der Gruppe und anschließend werden die Ergebnisse im Plenum präsentiert.

Es wird nochmals auf die Ausgangsfrage, warum er den Palast verließ, verwiesen. Es sollte deutlich werden, dass seine Motivation herausragend war, nämlich einen Weg zu dauerhaftem Glück zu finden für sich und alle Wesen (vgl. die „Vier Edlen Wahrheiten“).

## VERTIEFUNG

**Aufgabe 6 von AB 2** wird vertieft behandelt. Die letzten Aussagen Buddhas, wie z. B.: „Seid euer eigenes klares Licht“ werden im Plenum reflektiert. Seine Aufforderung zur Überprüfung seiner Lehren macht deutlich, dass Buddhismus keine Glaubensreligion ist, sondern ein Weg der Erfahrung. Jeder kann den Weg gehen, um selbst ein Buddha zu werden. Buddha ist wie ein Freund, dem man vertraut und dessen Beispiel man folgen kann. Er will keine blinden Nachahmer, sondern gibt Lehren und Methoden. Jeder seiner Schüler/innen macht selbst die Erfahrungen auf dem Weg zur Erleuchtung. Verwirklichte buddhistische Meister/innen geben die Methoden des Buddhas bis heute an ihre Schüler weiter.

## TRANSFER

Die SuS lesen nochmals ihren Wunschzettel auf **AB 1** vom Stundenbeginn. Sie reflektieren und formulieren gegebenenfalls neue Wünsche und Ideen auf der unteren Hälfte von **AB 1**. Es geht am Ende der Stunde um die Inspiration zur Entwicklung einer weiteren Perspektive.

Buddhas Lebensgeschichte könnte dazu inspirieren, auch die Entwicklung inneren Qualitäten und Werte auf die Wunschliste zu setzen. Es könnten langfristige Lebensziele, wie Weisheit, Kraft und Überschuss zu entwickeln, so dass man viel für andere tun kann, dazugekommen sein.

Weiter Beispiele der Erweiterung der Wunschliste wären:

Liebe, die an andere denkt; seinen Verstand für sinnvolle wissenschaftliche Arbeit einzusetzen; Geduld und Durchhaltevermögen langfristig aufrecht zu erhalten; seine Ziele unerschrocken beizubehalten; sich der Sinngebung des eigenen Wirkens bewusst zu sein; …

AB 1

# ARBEITSBLATT 1

**AUFGABEN**

1. *„Was erhoffen Sie sich von Ihrem Leben? Was sind Ihre Träume und Sehnsüchte?“*
   Füllen Sie den Wunschzettel aus.
2. Markieren Sie nun Ihre Wünsche materieller Art – also Gegenstände (wie Autos etc.) in ROT und Ihre Wünsche immaterieller Art (wie Frieden ect.) in BLAU.



## Wunschzettel



3. Wurden neue Wünsche und Ideen geweckt, die Sie zuvor nicht formuliert haben? Es könnte dabei auch um die Entwicklung innerer Qualitäten und Werte gehen.



## Wunschzettel



# MATERIAL 1

**SCHRITT 1**

**Siddhartha, der spätere Buddha,**
wuchs innerhalb des Palastes in einer behüteten Welt auf, in der es nur Jugend, Schönheit, Vergnügen und freudvolle Erlebnisse gab. Als Fürstensohn lernte er alles, was in den Familien der Herrscherkaste des alten Indien zur Erziehung dazugehörte und ihn auf ein Leben als Kriegerkönig vorbereitete. Neben Mathematik, Lesen, Schreiben und Rechtsprechung perfektionierte er auch den Umgang mit Waffen, Wagenlenken, Reiten und Elefantenbändigen. Der junge Prinz wuchs in einer Luxuswelt gemäß den Vorstellungen seiner Eltern heran, genoss das Leben, heiratete und bekam einen Sohn.

**IMPULS**

**Das ist eine hervorragende, wunderbare Situation, die kaum besser sein könnte. Doch er verließ den Palast und sein wohlbehütetes Leben. Warum?**
**Stellen Sie Vermutungen an.**

**SCHRITT 2**

**Kurz nach Siddharthas Geburt hatten die Eltern eine Prophezeiung erhalten:**
„Wenn Euer Sohn nicht mit den Leiden der Welt in Berührung kommt, wird er ein großer Herrscher werden gemäß Eurer Wünsche. Sollte er aber die Leiden der Welt wahrnehmen, wird er alles verlassen und eine neue Dimension in die Welt bringen. Er wird einen Weg zu dauerhaftem Glück finden."

MATERIAL 2

# DAS LEBEN DES HISTORISCHEN BUDDHAS SHAKYAMUNI

*Buddhistische Quellen zeigen voneinander abweichende Darstellungen von Buddhas Leben. Die schriftlichen Aufzeichnungen erfolgten erst ca. 300 Jahre nach seinem Tod und weichen je nach der mündlichen Überlieferung der unterschiedlichen buddhistischen Schulen voneinander ab. Dabei ging es nicht um historische Belege, sondern sein Leben galt als Quelle der Inspiration, den buddhistischen Weg zu gehen.*

Zur Zeit der Geburt des historischen Buddhas Siddharta Gautama Shakyamuni vor ungefähr 2.600 Jahren war Indien eine blühende Hochkultur. Es herrschte große geistige Offenheit – vergleichbar mit der Renaissance und dem Aufbruch in den 1960er Jahren in Europa. Verschiedenste philosophische Schulen und Sichtweisen blühten gleichzeitig und alte Lehren und die spirituelle Autorität der Brahmanen wurden in Frage gestellt. Die Menschen erwarteten, dass eine Lehre ganzheitlich war; sie hatten den Anspruch, dass eine Weltanschauung das Leben durchdringen sollte. Die Lehren mussten eine Grundlage haben, klare Methoden besitzen und ein erreichbares Ziel aufweisen. Mit Behauptungen ging man sehr achtsam um: Denn sobald jemand eine Anschauung vertrat, die ein anderer widerlegen konnte, wurde er dessen Schüler – so verlangte es die geistige Ehrlichkeit jener Zeit. Der Buddhismus kommt als Religion ohne Gott aus. Als Philosophie regt er, wie ein Jahrhundert später Sokrates, zum lebenslangen Hinterfragen auf dem Weg zur Selbsterkenntnis an. Als Psychologie bietet er eine tiefgreifend wirksame Methode zum Erreichen dauerhaften Glücks: die Meditation.

Siddharta Gautama wurde als Prinz etwa 560 v. Chr. im heute nepalesischen Ort Lumbini, nahe der damaligen Stadt Kapilavastu, geboren. Die Familie gehörte zum Geschlecht der Shakyas und zur Linie der Gautamas, woher sein Name Siddharta Gautama Shakyamuni kommt. Seine Mutter starb kurz nach der Geburt, er wurde von seiner Tante, die ebenfalls mit dem Vater verheiratet war, großgezogen.

Die Familie gehörte der Hindu-Kaste der Kshatryas an, der höchsten Kriegerkaste. Siddhartas Vater war Herrscher eines Fürstentums, das heute im Süden Nepals liegt und früher zu Indien gehörte. Siddharta, das spätgeborene einzige Kind, sollte, so der Wunsch



der Familie, einmal als Thronfolger die Macht übernehmen. Zu dieser Zeit befand sich Indien in heftigen territorialpolitischen und gesellschaftlichen Umwandlungen. Gleichwohl sah Indien anders aus als heute: Die Bevölkerungszahl war gering, es gab genug zu essen, der Norden war bewaldet und es dominierten Philosophie und Wissensdrang.

Siddhartas Tante nahm sich also des Knaben an und achtete darauf, dass er alles lernte, was in den besseren Familien des alten Indien zur Erziehung dazugehörte und ihn auf ein Leben als Kriegerkönig vorbereitete: dazu gehörten Mathematik, Lesen, Schreiben und Rechtsprechung, der Umgang mit Waffen, Wagenlenken, Reiten und Elefanten bändigen. Bei seiner Geburt an einem Vollmondtag im Mai hatten seine Eltern folgende Prophezeiung erhalten: „Wenn der Junge nicht mit den Leiden der Welt in Berührung kommt, wird er ein großer Herrscher werden. Sollte er aber die Leiden der Welt wahrnehmen, wird er alles verlassen und eine ganz neue Dimension in die Welt bringen."

Also beschloss Siddhartas Vater ihn innerhalb des Palastes in einer künstlich abgeschirmten Welt großzuziehen, in der es nur Jugend, Schönheit, Vergnügen und freudvolle Erlebnisse gab. Bei seinen

wenigen Ausflügen in die „normale“ Welt wurde alles so vorbereitet, dass er nur junge, gesunde und glückliche Menschen sah. So wuchs der junge Prinz in seiner Luxuswelt heran, genoss das Leben, heiratete und bekam einen Sohn.

Dies währte bis zu seinem 29. Lebensjahr. Bei heimlichen Ausflügen begegnete er den Schattenseiten des Lebens. An drei aufeinander folgenden Tagen sah er einen schwer kranken Menschen, einen Alten und einen Toten. Woran man sich sonst ganz allmählich gewöhnt, erschütterte ihn zutiefst. Es offenbarte sich in aller Vehemenz, dass weltliche Freuden, Schönheit, Kraft und Jugend bedingt und vergänglich sind. Die Einsicht, dass diese Leiden zum Leben der Wesen dazugehörten, ließ ihm keine Ruhe und er suchte nach einem Ausweg, einem dauerhaftem Glück, das keinen Bedingungen unterworfen ist.

Am nächsten Tag machte er eine weitere Erfahrung, die sein Leben prägen sollte. Er sah einen Mann mit glücklichem, zufriedenem Gesichtsausdruck in tiefer Meditation sitzen und verstand, dass wirkliche Freiheit nur im eigenen Geist zu finden ist. Zu dieser Einsicht vorzudringen schien ihm im Rahmen seines gesellschaftlichen Lebens jedoch unmöglich und er beschloss, sein Prinzendasein zu verlassen. Er schnitt sein langes Haar ab, das Zeichen seiner adligen Abstammung, zog wie es auch andere in jener bewegten Zeit taten hinaus in die Wälder und studierte bei vielen Lehrern seiner Zeit. Er schloss sich verschiedenen Lehrern und heiligen Männern an, vertiefte sich in das Studium der alten vedischen Schriften und lernte schon damals bekannte Meditationstechniken. Obwohl er schnell lernte und seine Lehrer oft übertraf, konnte ihn keine ihrer Methoden jenseits begrenzter, vergänglicher Erfahrungen führen. Es begann eine Phase radikaler Askese: wochenlanges Verharren in aufrechter Haltung, ohne sich zu setzen oder auch nur kurz anzulehnen, Atemübungen und Hungerkuren. Nachdem er als Prinz alle Freuden des Körpers und der Sinne erfahren hatte, glaubte er, Sinneseindrücke seien ein Hindernis und ihre Unterdrückung führe zu geistiger Klarheit. Schließlich sah er jedoch ein, dass die Askese nicht nur den Körper, sondern auch seinen Geist schwächte und ihn dem Ziel nicht näherbrachte. Diese Erfahrung war ein weiterer Wendepunkt in seinem Leben – seine Abkehr von den Extremen und er nahm wieder Nahrung zu sich.

Kaum war er wieder bei Kräften, trat er die folgenreichste Wanderung seines Lebens an und gelangte in die nordindischen Stadt Uruvela, das heutige Bodhgaya. Hier ließ sich Siddharta im Schatten eines Pappelfeigenbaumes nieder, fest entschlossen, nicht eher aufzustehen, bis er endlich die erleuchtende Erkenntnis erlangen würde, nach der er nun schon sechs Jahre suchte.

Er saß sechs Tage und Nächte in tiefer Meditation verweilend. Seine Versenkung war so unerschütterlich, dass weder äußere noch innere Ablenkungen ihn stören konnten. In der Morgendämmerung des siebten Tages, des Vollmonds im Mai, erlangte er im Alter von 35 Jahren die Erleuchtung und wurde zum Buddha, dem Erwachten – erwacht aus dem Traum der Unwissenheit. Alle dem Geist innewohnenden Eigenschaften waren entfaltet. Vollkommene Erleuchtung bedeutet die Erfahrung vom Furchtlosigkeit, unendlicher Freude und grenzenlosem Mitgefühl. Aus diesem Mitgefühl heraus handelt man mit Weisheit zum Wohle aller Wesen.

Die Erde „als Zeuge für seine Unerschütterlichkeit“ anrufend, berührte er mit den Fingerspitzen der rechten Hand den Boden. Als Statue wird er oft in dieser Erdberührungsgeste dargestellt.

Noch sieben Wochen verblieb Buddha in Meditation unter dem Bodhibaum, um seinen Körper an die starken Kraftströme innerer Wonne zu gewöhnen.

Siddharta war 35 Jahre alt, als er zu Buddha, dem „Erwachten“ wurde. Er hatte nie die Idee, eine Religion in die Welt zu setzen, er kannte nicht einmal den Begriff „Religion“. Mitgefühl war die treibende Kraft seine Einsichten mit anderen zu teilen.

Interessanterweise waren Buddhas erste Schüler ausgerechnet jene fünf Gefährten, die sich zunächst empört von ihm abgewandt hatten, als er das rigorose Fasten abbrach, um den „mittleren Weg“ zu beschreiten. Als die fünf Asketen ihm im Wald nahe Benares (Varanasi) näherkamen, wurden sie von seiner Ausstrahlung angezogen und verstanden, dass etwas Besonderes mit ihm geschehen war. Sie wurden neugierig, baten ihn um Erklärungen, und Buddha lehrte die „Vier Edlen Wahrheiten“ als Grundlage, Ziel und Weg zu Befreiung und Erleuchtung. So begann seine Lehrtätigkeit.

Mehr und mehr entfaltete Buddha den Dharma, die buddhistische Lehre. Schon in den ersten drei Monaten, während er im Wald von Benares weilte, wuchs

die Gemeinschaft seiner Schüler, die Sangha, heran. Zu einer starken Vermehrung der Anhängerzahl kam es, als sich der nordindische König Bimbisara zum Buddhismus bekannte. Als Herrscher über das mächtige Reich Magadha sicherte er der neuen Lehre weitreichenden Einfluss. Unüblich für die Zeit war die gemischte Zusammensetzung der Anhänger quer durch alle Schichten des Volkes: Könige, Kaufleute und Bettler gehörten zu den Schülern Buddhas. Das Kastenwesen hatte in der Sangha keine Bedeutung. Die Kriegerkaste erkannte im Buddhismus ihre eigenen Ideale der Vornehmheit und Gelassenheit. Die Kaufleute schätzten die buddhistische Ablehnung kostspieliger Kultopfer, die traditioneller Vorstellung zufolge als Garantie für den Geschäftserfolg galten. Angehörige der unteren Kasten und Kastenlose fühlten sich angezogen durch den Gedanken, dass jedem Menschen, ungeachtet seiner Abstammung und Herkunft, der Weg zur Erleuchtung durch Meditation und Selbsterkenntnis offensteht. Dies galt auch für Frauen. Buddhas Tante eröffnete das erste Nonnenkloster – was einer Revolution gleich kam in einer Zeit, als Frauen teilweise weniger wert waren als Kühe. Auch sein Sohn und seine Frau wurden Buddhas Schüler.

Gegen die Widerstände vieler Hindus, die ihn als Scharlatan oder Verräter sahen, lehrte Buddha „Das dreimalige Drehen des Dharma-Rades“: Die ersten sechzehn Jahre lehrte er die Grundlagen des Buddhismus. Er gab vor allem Unterweisungen zum Verhalten: zu Ursache und Wirkung, Ich-Illusion und Achtsamkeit. Im zweiten Lehrzyklus, der elf Jahre dauerte, widmete sich Buddha der Einstellung. So lehrte er zu Mitgefühl und Weisheit und dass die vermeintliche Wirklichkeit traumhaft ist. Im dritten Lehrzyklus, im letzten Lebensviertel, gab Buddha auch Lehren zur Sichtweise und zur Natur des Geistes. Hier ging es um die Einsicht, dass jeder das Potential, ein Buddha zu werden in sich trägt und dass Raum und Freude ungetrennt erlebbar seien.

Während der Monsunzeiten blieb Buddha meistens an einer Stelle. Meditationszurückziehungen und Lehren vertieften die Entwicklung der praktizierenden Sangha. Buddha bezeichnete sie als „Menschen des Inneren“. Die meisten seiner Schüler folgten dem zuerst beschriebenen Weg von Ursache und Wirkung, um ihr persönliches Glück zu erreichen. Manche seiner Schüler waren in der Lage, den Weg der Sichtweise zu gehen, der starkes Vertrauen in die eigene Buddhanatur und einen verwirklichten Lehrer voraussetzt.

In 45 Jahren gab er 84.000 Lehren, die heute in den 108 Bänden des Kangyur überliefert sind. Als Buddha im Alter von 80 Jahren in dem kleinen Dorf Kushinagara – nicht weit von seinem Geburtsort – in der Nacht zum Vollmond im Mai starb, sollen seine letzten Worte gewesen sein: „Jetzt kann ich glücklich sterben. Ich habe keine einzige Lehre in einer geschlossenen Hand gehalten. Alles, was euch nützt, habe ich schon gegeben.“ Und zu allerletzt: „Glaubt mir nichts, nur weil ich Buddha bin, sondern prüft, ob es eurer Erfahrung entspricht. Seid euer eigenes Licht.“

Nach Buddhas Tod wurden seine Lehrreden im Konzil von Rajgir zusammengetragen. 500 verwirklichte Praktizierende versammelten sich, um die bis dahin oft in Versform erinnerten und übertragenen Lehrreden niederzuschreiben. So beginnt jedes Sutra mit den Worten „So habe ich es gehört …“ und nennt einleitend den Ort, die Zuhörer, Anlass und Umstände der Lehre. Auf diese Weise wurde die Lehre Buddhas für die Zukunft bewahrt. Die Lehren des Großen Weges (Mahayana) und des Diamantweges (Vajrayana) wurden zu dieser Zeit noch nicht veröffentlicht. Sie wurden unter den Praktizierenden weitgehend mündlich weitergegeben und von Lehrer zu Schüler übertragen.

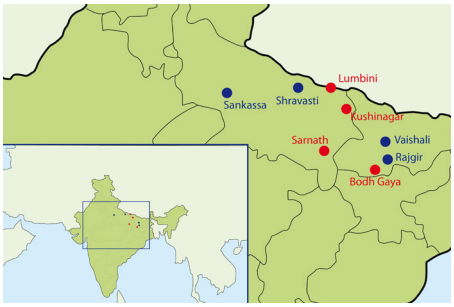
AB 2

# FRAGEN ZUR LEBENSGESCHICHTE BUDDHAS

**AUFGABEN**

Lesen Sie den Text „Die Lebensgeschichte des historischen Buddhas Shakyamuni“ in Material 2 und notieren Sie Stichpunkte zu den Fragen. Besprechen Sie diese in der Gruppe.

1. In welche Umgebung wurde Prinz Siddharta hineingeboren? Notieren Sie Land – Ort – Zeit – Elternhaus – Kultur.




2. Was erschütterte ihn in seinem 29. Lebensjahr, so dass er den Palast verließ? Benennen Sie die Beweggründe des jungen Prinzen.



3. Was probierte er auf seiner Suche alles aus? Finden Sie unterschiedliche Phasen.

4. Wie wird sein Ziel, die Erleuchtung, beschrieben? Heben Sie Formulierungen im Text hervor.

5. Wer waren seine Schüler? Benennen Sie das Besondere für die damalige Zeit.

6. Was waren seine letzten Worte? Erklären Sie deren Bedeutung.

LÖSUNG AB 2

# FRAGEN ZUR LEBENSGESCHICHTE BUDDHAS

**AUFGABEN**

Lesen Sie den Text „Die Lebensgeschichte des historischen Buddhas Shakyamuni“ in Material 2 und notieren Sie Stichpunkte zu den Fragen. Besprechen Sie diese in der Gruppe.

1. **In welche Umgebung wurde Prinz Siddharta hineingeboren? Notieren Sie Land – Ort – Zeit – Elternhaus – Kultur.**
   Südnepal – Nordindien, Lumbini nahe von Kapilavastu, etwa 560 v. Chr., Fürstenfamilie, Geschlecht der Shakyas Gautama, blühende Hochkultur mit geistiger Offenheit und verschiedensten philosophischen Richtungen

2. **Was erschütterte ihn in seinem 29. Lebensjahr, so dass er den Palast verließ? Benennen Sie die Beweggründe des jungen Prinzen.**
   Die drei Ausfahrten mit der Konfrontation mit Alter, Krankheit und Tod erschütterten ihn. Er verstand die Vergänglichkeit weltlicher Freuden und suchte nach einem Weg zu dauerhaftem Glück.

3. **Was probierte er auf seiner Suche alles aus? Finden Sie unterschiedliche Phasen.**
   Er zog hinaus und studierte bei vielen Lehrern seiner Zeit. Er übte sich in völliger Entsagung (Askese) und hungerte sich fast zu Tode. Er saß in tiefer Meditation (Versenkung) unter dem Bodhibaum, ohne irgendeine Ablenkung zuzulassen.

4. **Wie wird sein Ziel, die Erleuchtung, beschrieben? Heben Sie Formulierungen im Text hervor.**
   vollkommene Reinigung von allen Schleiern der Unwissenheit und die vollkommene Entfaltung aller dem Geist innewohnenden Eigenschaften: Furchtlosigkeit, höchste Freude und grenzenloses Mitgefühl. Riesige Kraftströme innerer Wonne durchflossen seinen Körper.

5. **Wer waren seine Schüler? Benennen Sie das Besondere für die damalige Zeit.**
   Sie kamen aus allen Schichten: Könige, Kaufleute, Bettler, Frauen und Männer, seine Frau und sein Sohn. Das Kastenwesen hatte keine Bedeutung. Auch Frauen konnten die höchste Verwirklichung erreichen.

6. **Was waren seine letzten Worte? Erklären Sie deren Bedeutung.**
   „Alles, was euch nützt, habe ich schon gegeben. Glaubt mir nichts, nur weil ich ein Buddha bin, sondern prüft, ob es eurer Erfahrung entspricht. Seid euer eigenes Licht.“
   Er hat alles weitergeben, was er wusste und erfahren hatte (84.000 Lehren). Es ist keine Glaubensreligion. Es geht um eigene Erfahrungen, jeder kann kritisch hinterfragen und überprüfen. Er fordert die Menschen auf, selbst den Weg zu gehen.