

# Buddhismus

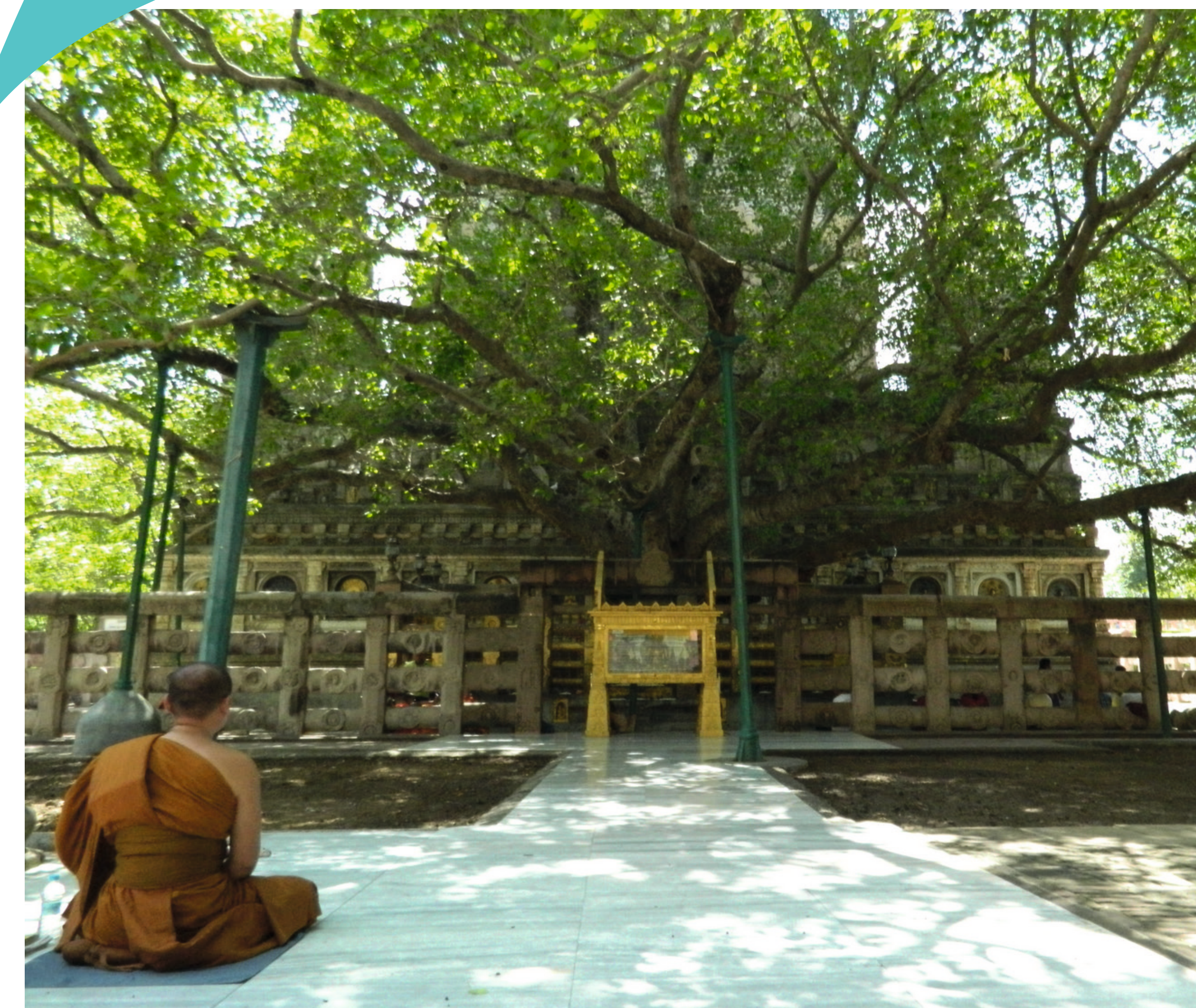
Der Buddhismus geht zurück auf **Buddha**, der vor ca. 2.600 Jahren in Indien lebte. Von dort aus verbreitete sich die Religion vor allem in Asien. Seit den 1960er Jahren findet der Buddhismus aber auch im Westen ein wachsendes Publikum.

In den Lehren des Buddha geht es darum, das **Leiden zu überwinden** und den ewigen Kreislauf der Wiedergeburten („Samsara“) zu durchbrechen und ins ‚Nirwana‘ einzugehen. Der Weg dahin führt über eine gute Lebensführung und Meditation. In den Ursprüngen war der Buddhismus eine Religion, die sich **von der Welt abwandte**. Im Laufe der Geschichte hat sie sich durch den Kontakt mit den Kulturen anderer Länder gewandelt und verändert. So unterscheidet man heute drei große Strömungen: Theravada, Mahayana und Vajrayana.



In buddhistischen Ländern wird der Buddha besonders verehrt, zum Beispiel durch große Statuen.

**Europäische Gelehrte** entdeckten den Buddhismus im 19. Jahrhundert. Sie sahen die Religion als besonders rein und ursprünglich an. Diese **Idealisierung** setzt sich bis heute fort. Im Westen gilt der Buddhismus gemeinhin als friedliche Religion, Buddhastatuen sind beliebt,



Da der Buddha unter dem Bodhi-Baum die Erleuchtung erlangte, werden diese Bäume in besonderer Weise verehrt.

Meditation und Achtsamkeitsübungen gehören mittlerweile für viele Menschen zur täglichen Praxis. Einige sind selbst Buddhist und Buddhistin geworden. Dabei sind die Gruppen so verschieden wie die Herkunftsländer des Buddhismus.



# Engagierter Buddhismus

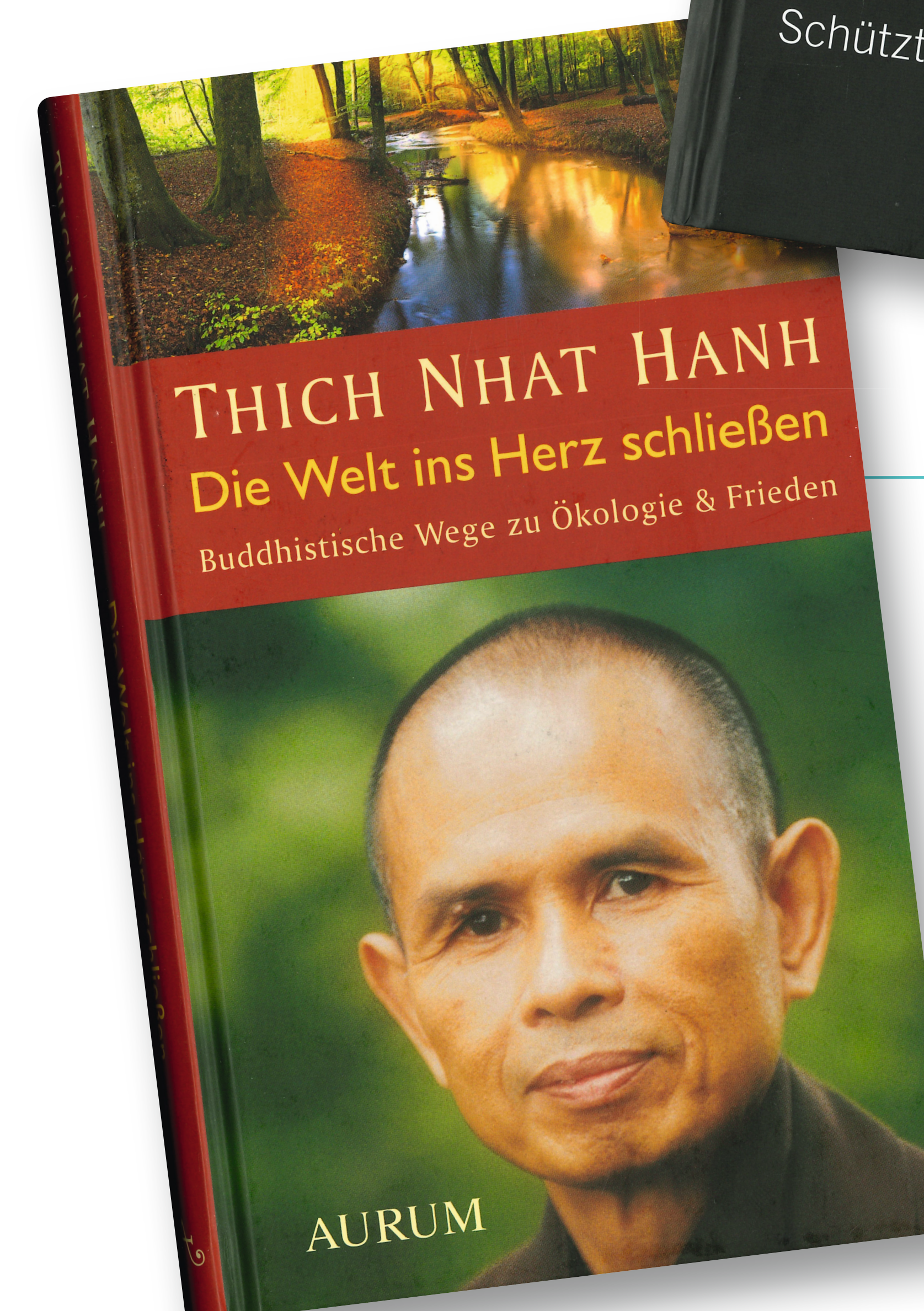
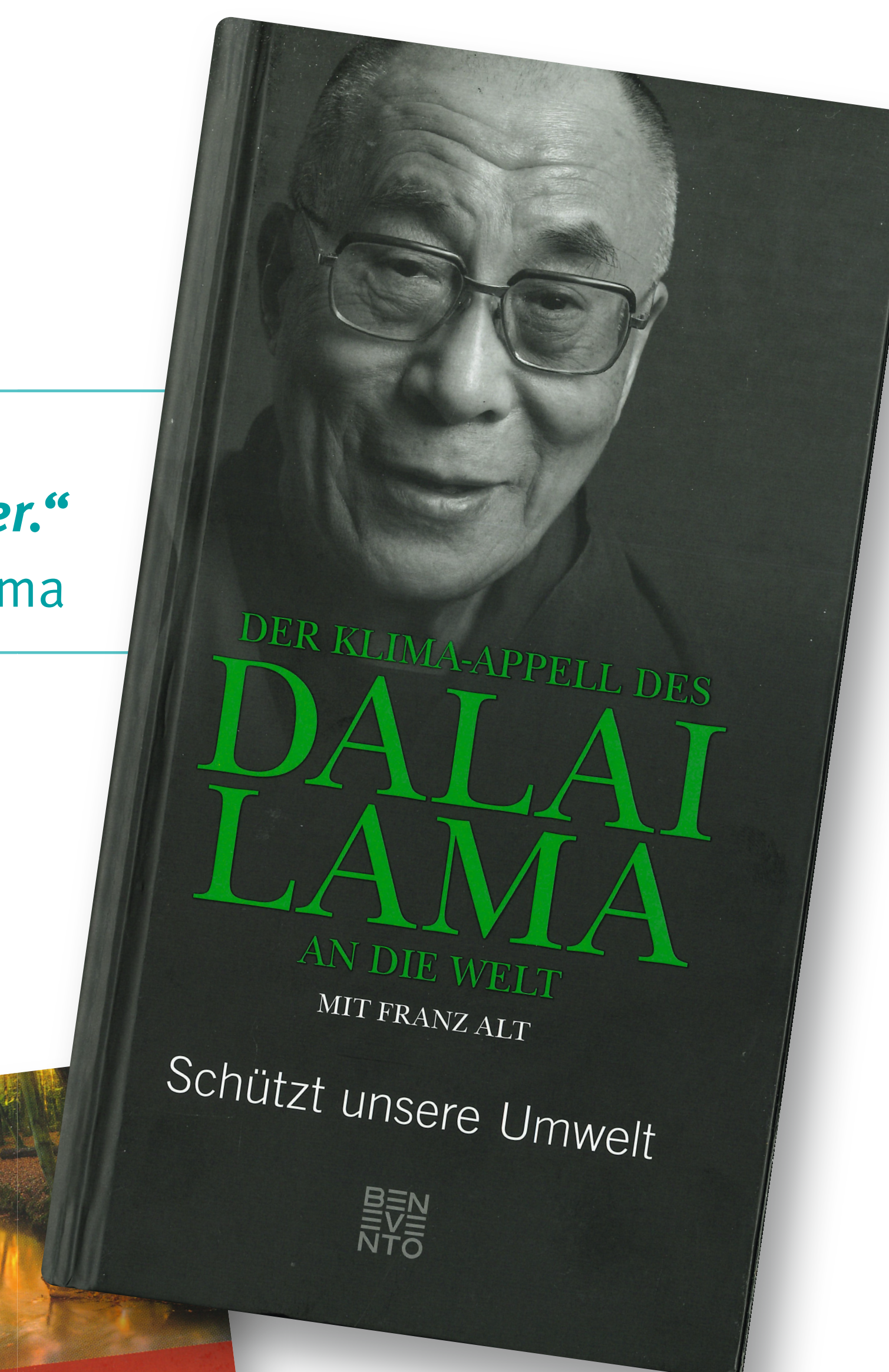
Der Kontakt mit europäischen Kolonialmächten und christlichen Missionaren führte bei einigen Vertretern und Vertreterinnen zu Veränderungen. Sie entwickelten einen ‚engagierten Buddhismus‘, der sich **sozial für Benachteiligte** einsetzt. Dieses Engagement erstreckt sich auf alle Lebewesen. So setzen sich zum Beispiel buddhistische Mönche in Thailand für den **Erhalt des Regenwaldes** ein oder kämpfen in Burma gegen eine Öl-Pipeline.

Die Initiativen sind vor allem **regional**. Vor Ort werden konkrete Umweltschutzprojekte initiiert und gefördert. International bekannte buddhistische Lehrer sehen auch den globalen Klimaschutz als wichtige Herausforderung. Im Westen sind vor allem der **Dalai Lama** aus Tibet und **Thich Nhat Hanh** aus Vietnam bekannt. Beide fordern eine **globale Ethik**,

die die ganze Menschheit umfasst und auf Achtsamkeit und Mitgefühl beruht. Eine Lehre des Buddhismus ist, dass alles mit allem zusammenhängt und der Mensch von der Natur nicht getrennt ist.

Bei ‚grünem‘ Buddhismus besteht **Uneinigkeit** darüber, ob der Buddhismus schon immer ‚grün‘ gewesen sei. Oder ob das Hinwenden zu ökologischen Themen eine Reaktion auf die Herausforderungen der Klimaveränderungen und der Umweltprobleme unserer Tage ist.

„*Buddha wäre ein Grüner.*“  
Dalai Lama



„*Wir sollten mit der Natur so umgehen, wie wir auch mit uns umgehen sollten: gewaltlos. Mensch und Natur sind untrennbar. Genauso wie wir uns selbst nicht schaden sollten, sollten wir auch der Natur keinen Schaden zufügen. Der Natur schaden bedeutet, uns selbst zu schaden und umgekehrt.*“

Thich Nhat Hanh



# Buddhismus – Worterkklärungen

## Die vier edlen Wahrheiten sind die zentrale Lehre des Buddha

- Das Leben ist leidvoll.
- Die Ursache allen Leidens ist Gier.
- Es gibt einen Weg aus dem Leiden.
- Der Weg aus dem Leiden ist der achtfache Pfad.

## Acht-fache Pfad

Der acht-fache Pfad enthält praktische Lebensregeln, wie nicht lügen, nicht stehlen und nicht töten.



## Nirwana

Buddhisten glauben, wie auch Hindus, an den Kreislauf der Wiedergeburten (,Samsara‘). Wenn ein Mensch oder ein Tier stirbt, werde es als anderes Wesen wiedergeboren. Je nachdem, wie das vorherige Leben geführt wurde, findet die Wiedergeburt in einer höheren oder niederen Daseinsform statt. Der Buddha hat einen Weg gefunden, diesen Kreislauf zu überwinden. Er erreichte als erstes das ,Nirwana‘, das **vollkommene Erlöschen und das Ende der Wiedergeburten**.

## Meditation

Die wichtigste **Praxis** ist das Meditieren. Dabei soll der Geist beruhigt werden. Meist sitzt man dabei im Schneidersitz, legt die Hände in den Schoß, schließt die Augen und konzentriert sich auf eine einzige Sache, wie den Atem.

## Bodhisattva

Ein ,Bodhisattva‘ ist ein Wesen, das die **Erleuchtung** erreicht hat, also in das ,Nirwana‘ eingehen könnte. Es entscheidet sich jedoch, wiedergeboren zu werden, um allen Wesen auf dem Weg zur Erleuchtung zu helfen. Die weibliche ,Bodhisattva‘ Dharanimdhara gilt als Beschützerin der Erde.