

Nibbāna¹

Der Buddha weigerte sich, seine Erkenntnisse den seinerzeit herrschenden Lehrmeinungen über das Weiterleben oder die Vernichtung eines Arahant nach dessen Tode zuzuordnen. Er kritisierte das Festhalten an solchen Lehrmeinungen als nutzlose Spekulation, wie jener, sich vorzustellen, in welche Richtung ein erloschenes Feuer gegangen sei (M I 487). Der Buddha lehnte alle vorhandenen Methoden ab, sein eigenes Erwachen bzw. Verwirklichen zu beschreiben. Sein Verständnis von Nibbāna war ein radikaler Bruch mit allen vorhandenen Vorstellungen. Dessen war er sich ebenso wie der Schwierigkeit bewusst, dies anderen Menschen zu vermitteln (M I 167). Dennoch versuchte er dieses bei verschiedenen Gelegenheiten. Im Udāna sprach er vom Nibbāna als etwas jenseits dieser oder einer anderen Welt, jenseits von Kommen, Gehen und Verweilen, jenseits von materiellen und immateriellen Bereichen. Diese „Sphäre“ (āyatana) ohne Objekt und ohne Stütze stelle das Ende des Leidens dar (Ud. 80). Nibbāna unterscheidet sich damit von allen weltlichen Erfahrungen aber auch (spirituellen) Praktiken wie der Meditation. Er spricht von einem „sich nicht manifestierenden“ Bewusstsein (anidassana) (D 223). Im Udāna (Ud 80) spricht er von „nicht geboren“ (a-jāta), „nicht geworden“ (a-bhuta), „nicht geschaffen“ (a-kata), „nicht bedingt“ (a-sankhata). Aufgrund dessen stellt Nibbāna das Freisein von Geburt (jāti), Werden (bhāva), Karma (kamma) und Willensregung (sankhāra) dar. Geburt (jāti) bezeichnet hierbei die Existenz in der Zeit, Nibbāna das, was Geburt und Tod nicht unterworfen ist und so jenseits der Zeit ist. Solange es noch (subtile) Empfindungen von Etwas, Irgendwo und Jemand gibt, ist dieses keine Nibbāna- Erfahrung.

Nicht vollständige Einheit, nicht Vernichtung

Anālayo (Der direkte Weg. Satipaṭṭhāna, 2010, S. 291, weiterhin D.d.W.) stellt Nibbāna den Non-Dualität vertretenden religiösen Philosophien sowie dem der nachtodlichen Vernichtung von Selbst oder Seele gegenüber. Der frühe Buddhismus verneint nicht den Unterschied

¹ Oktober 2011, Vortrag Zentrum für Buddhismuskunde, UNI Hamburg

von Objekt und Subjekt, misst dem aber kaum Bedeutung bei. Beide sind ohne wesenhafte Substanz. Das Subjekt stellt einen Komplex von Interaktionen mit der Umwelt, den Objekten, her.

Bezüglich der Einheit sprechen gerade Meditierende oft von einer so genannten „Einheitserfahrung“, dem Verschmelzen vom Subjekt mit den Objekten. Nibbāna stellt demgegenüber nach Anālayo ein vollständiges Aufgeben sowohl vom (Konzept) „Objekt“ wie auch „Subjekt“ dar. In Nibbāna ist Nondualität enthalten, diese steht jener Erfahrung aber nicht entgegen, bezogen auf die genannte Einheit geht Nibbāna zudem über diese hinaus.

Der Buddha selber ermahnte seine Schüler, über solche transzendenten Erfahrungen hinauszugehen und diese zu transzendieren (z.B. M I 477). Er sah solche Erfahrungen sogar als überflüssig in Bezug auf das Erreichen von Nibbāna an. Im seinerzeitigen Indien herrschten besonders die Schulen des Vernichtungsglaubens sowie deterministische und materialistische Schulen vor. Häufig wurde der Buddha dem Vernichtungsglauben zugeordnet (z.B. Vin III 2, A IV 174) oder sogar als Nihilist (A V 190) bezeichnet. Der Buddha stellt dem gegenüber, dass er zu einer Form der Vernichtung stehe, nämlich jener der unheilsamen Geisteszustände.

In den Lehrreden wird Nibbāna sowohl negativ als auch positiv kommentiert. Negativ besonders in Bezug auf die Unzulänglichkeiten der Praktizierenden, Nibbāna erreichen zu können. Positiv wird Nibbāna als Frieden, Reinheit oder Freiheit beschrieben, glückverheißend, wunderbar, als Schutz und Insel der Zuflucht (S IV 368-373).

Die Glückserfahrung des Nibbāna sei die höchste Form von Glück, ein erhabener Zustand von Freiheit. Nibbāna ist allerdings selbst keine gefühlte Art von Glück, da Gefühle nun nicht mehr auftreten. In der Erfahrung von Nibbāna sind also keine Gefühle. Nibbāna sei vielmehr eine Glückserfahrung jenseits eines (weltlichen) Glücksgefühls (A IV 414). Johansson (1969, *The Psych. of Nirvana* S. 25) spricht bei Nibbāna von „einer Quelle des Glücks“, nicht „eines Zustands von Glück“.

Im Vernichtungsglauben hingegen herrscht weiterhin ein Selbstgefühl vor, dessen Fortbestehen eine Erfahrung von Nibbāna verhindert. Vorstellungen von „Sein“ oder „Nicht sein“ lässt Nibbāna im Vorgang des Erwachens hinter sich. Dieses trifft auch auf die Vorstellungen über

Arahants zu, dass diese nach ihrem Tode vernichtet wären, da diese doch bereits vor ihrem Tode weder mit den fünf Daseinsgruppen noch irgendetwas anderem identifiziert werden können (S IV 383).

Mit Nibbāna ist auch der Glaube an ein substanzielles Selbst vernichtet. Diese Vernichtung tritt allerdings bereits mit dem Stromeintritt ein. Mit dem vollständigen Erwachen zur Freiheit sind alle Spuren des Greifens nach einem Selbstgefühl „vernichtet“ (Dhp 93, Th 92).

Allmählich oder plötzlich?

Satipaṭṭhāna, besonders die Atemachtsamkeit, birgt das Potenzial, zu den beiden höheren der vier Stufen des Erwachens zu führen: Nichtwiederkehr und Arahantschaft. Hierbei kommt es nicht auf die Länge der Übung an, wenn auch zunächst auf eine Periode von sieben Jahren verwiesen wird, so wird in den Schriften auch auf viel kürzere Zeiträume, bezogen auf manche Übende, verwiesen, wenige Jahre, wenige Monate und sogar nur sieben Tage. Die Übung wird als direkter Weg zur Beendigung von dukkha hin zur Verwirklichung beschrieben (M I 62, SV 181, SV 314). Offenbar ist mit den Aussagen gemeint, dass jemand mit geringen Fähigkeiten mehr Zeit benötigt als jemand mit höheren Fähigkeiten. Anālayo (2010, S. 281): „Die unterschiedlichen Angaben für Zeiträume, innerhalb derer Satipaṭṭhāna möglicherweise Früchte trägt, lassen darauf schließen, dass der entscheidende Durchbruch zur Verwirklichung jederzeit während der korrekt durchgeführten Praxis stattfinden kann. Wenn sati erst einmal fest verankert ist (...), dann trägt jeder Augenblick das Potenzial des Erwachens in sich.“ Ein exakter Maßstab kann jedoch nicht angelegt werden. In der Regel stellen Meditierende selber fest, dass ihre Geistes-trübungen mehr oder minder schnell abnehmen. In den Lehrreden wird zunächst einmal betont, dass das allmähliche Fortschreiten dem des tiefer und tiefer werdenden Ozeans vergleichbar ist (z.b. Vin II 238, A IV 200, Ud 54). Durch Geistestraining werden mehr und mehr Unreinheiten beseitigt. Im Pali-Kanon werden bildhafte Beschreibungen angeführt, so die Feldfrucht, die zur rechten Zeit gepflanzt und gewässert werden muss, oder die Henne, die durch beharrliches Brüten zur Geburt der Küken beiträgt. Das „plötzliche“ Ausschlüpfen der

Küken beruht auf einem „allmählichen“, beharrlich durchgeführten Vorgang (z.B. M I 104, S II 154).

Demgegenüber weisen in den Schriften viele Textstellen auf einen „plötzlichen“ Stromeintritt hin, besonders im Zusammenhang des Hörens einer Lehrrede Buddhas. Andererseits hat Buddha selbst darauf verwiesen, dass tiefe Einsicht nur durch Meditation zu erreichen ist. Anālayo (2010, S. 283) führt alleine 34 Stellen des Pali-Kanon an, die diese Auffassung Buddhas belegen. Anālayo ist auch der Auffassung, dass diese Kombination, die Anwesenheit Buddhas als Lehrer und die tägliche Meditationsübung, zum Erwachen so vieler seiner Schüler beigetragen hat. Auch Laien sind nicht ausgenommen. In einem Fall wird sogar ein Mann angeführt, der nach einer durchzechten Nacht stirbt und kurz vor seinem Tode den Stromeintritt erlangte. Anālayo ist hier der Meinung, dass er wohl dennoch meditative Erfahrung gehabt haben müsse. Dasselbe gelte wohl auch für den Asketen Bahiya, der schon vorher einen hohen Grad spiritueller Reife erlangt hätte. Die Vorbereitung sei bei allen Personen ganz unterschiedlich, besonders auch auf die Länge bezogen. Mit Bezug auf zeitgenössische Lehrer spricht Anālayo zudem von der Erfahrung ernsthaft Praktizierender hinsichtlich „einer zyklischen Folge von Fortschritt und Rückschritt“. Er spricht hier von einer stetigen Entwicklung über längere Zeiträume hinweg, in der das steigende Potenzial zur plötzlichen Verwirklichung von Nibbāna akkumuliert.

Nibbāna im Zen (Satori, Kensho)

Im Grundsatz unterscheidet sich im Zen Nibbāna nicht von dem bisher Beschriebenen. Da Zen (chin. Chan) jedoch tief im Mahāyāna (sog. „Großes Fahrzeug“) verwurzelt ist, zielt die Erleuchtung nicht auf die Arahantschaft, sondern die Bodhisattvaschaft (Wiederkehr als Erleuchteter zur Errettung aller Wesen). Hierfür werden verschiedene Begrifflichkeiten verwendet, „(großes) Erwachen“, „Großer Tod“, „auf dem Kissen sterben“ (mit Verweis auf den beharrlichen Meditationsweg Zazen und das Aufgeben aller weltlichen Konzepte, selbst die von Buddha und Nibbāna). In Japan werden zudem Satori und Kensho unterschieden, Satori (von erkennen) als Durchbruch zur (dauerhaft) erleuchteten Sicht (die z.B. den Zen-Gründern Dōgen Zenji und Rinzai Gigen Zenji zugesprochen wird) und Kensho (Selbst-, Wesens-Schau)

als kürzeren Durchbruch, Erfahrungen, die auch häufig sogar Laien bei Retreats (Sesshins) oder Klosteraufenthalten haben. Die eigene Erfahrung im Kontext möglichst beständiger Achtsamkeit, auch in allen Alltagstätigkeiten, kombiniert mit täglicher Meditation, führt den Übenden auf dem Weg bis hin zum möglichen Nibbāna. Hierbei spielen auch die LehrerInnen (MeisterInnen) eine zentrale Rolle. Ohne Kontakt zu einer solchen höchst erfahrenen Bezugsperson mit gewisser Erleuchtungserfahrung, mit der man kommuniziert (ggf. durch Kōan) und zeitweise auch zusammenleben sollte (im Kloster bzw. bei häufigen Sesshins), sind ernsthafte Durchbrüche in der Regel nicht möglich.

Der Begriff „Zen-Weg“ beinhaltet einerseits einen langwierigen, steinigen Pfad, den es zu bewältigen gilt. In der Tat hat Zen im Laufe der Jahrhunderte subtile Formen des „Beschleifens“ des sog. „Selbst“ besonders in seiner Ego-Form entwickelt. Dazu gehören genaue Tagesabläufe in Klöstern oder Dojos/Zendos bei Sesshins. Neben der Meditation spielen viele verschiedene, harte körperliche Tätigkeiten eine Rolle, aber auch umfassende Rezitationen, rituelles Essen (Oryoki), Nähen der Roben, aber z.B. auch Kalligrafie, Ikebana (Blumenstecken) usw. Die Frage von allmählich oder plötzlich hat im Zen eine lange Geschichte. Seit seinem Entstehen im 7. Jahrhundert in China spiegelt sich besonders der Aspekt des plötzlichen Erwachens in vielen Aufzeichnungen wider. So wird dieses z.B. dem wichtigen sog. 6. Dharmavorfahren (Hui-neng, jap.: Daikan Enō) unterstellt, der als Junge auf einem Marktplatz das Diamant-Sūtra über das Abschneiden aller Illusionen und Projektionen rezitieren hört und sofort erwacht. Er verlässt die verwitwete Mutter und tritt in ein Kloster ein, wo er in der Küche arbeiten muss. Dann verfasst er ein berühmtes Gedicht, aus dem der Abt und später auch die Mönche seine Erleuchtung erkennen. In Anspielung auf ein Zen-Gedicht, in dem der Spiegel lange geputzt werden muss, schreibt er: „Im Wesen gibt es nicht ein einziges Ding, auf dem sich Staub absetzen könnte.“ Es gibt viele weitere Beschreibungen plötzlichen Erwachens, auch unter Laien.

Dennoch ist der „Zen-Weg“ für die meisten ein allmählicher Weg und auch große Meister wie Dōgen Zenji hatten tiefe, bereits familiäre buddhistische Wurzeln und Kenntnisse (aller damals in Japan bekannten Schriften inkl. des Pali-Kanon), bevor er die ersten großen Durchbrüche

hatte, als ein alter Klosterkoch ihm sagte, er hätte keine Zeit, sich mit ihm über Buddhismus auszutauschen, da es seine Aufgabe (auf dem Weg) sei, das Essen im Kloster pünktlich und in korrekter Weise fertig zu stellen. Meister Dōgen Zenji ist es auch, der vom Erwecken des Erleuchtungs-Geistes spricht, der Bodhicitta (jap.: Bodaishin). Hierbei spielt die Selbstlosigkeit eine zentrale Rolle, das Leben in einer buddhistischen Gemeinschaft, das Dienen unter Aufgabe des Selbst, das Schaffen von guten Bedingungen, von Herz/Essenz (sanskrit. Hrdaya) als gute Basis für das vollständige Erwachen. Es geht ihm um „das Kultivieren des Leeren Feldes“ (gemäß Meister Hongzhi Zhengjue, Wanshi Shogaku) im aktiven Lebenskontext sowie der Zuflucht zu den drei Juwelen Buddha, Dharma und Sangha. Das erste Erwecken ist bei Dōgen Zenji das des Willens zu Nibbāna. Auch bei Dōgen Zenji sind die fünf Skandhas dann aufgehoben, wobei er hierfür eine einzigartige Erklärung versucht, indem er über die Zeit spricht, die so kurze Abschnitte aufweist, dass Skandhas gar nicht entstehen (und vergehen) könnten. Da dieses aber immer und für alle Wesen zutrifft und sie alle mit dem Erweckungsgeist (Bodhicitta) „ausgestattet“ sind, kann jedes, prinzipiell auch in diesem Leben, zu Nibbāna gelangen.