

MEDITIEREN MIT DEN FÜNF BUDDHAS

Marianne Wachs

Buddhistischer Studienverlag
Berlin 2014
Lektorat: Peter Gäng

© Buddhistischer Studienverlag

Druck: leibi.de
ISBN: 978-3-937059-24-2
www.buddhistische-studienverlag.de

Dieses Buch wurde klimaneutral hergestellt, d.h. alle durch die Produktion entstehenden CO₂-Emissionen werden durch die Förderung von Klimaschutzprojekten ausgeglichen. Auf der Internetseite www.leibi.de/klima können Sie mit der Klima-ID-Nummer erfahren, wie viel Kohlendioxid freigesetzt wurde und welches Klimaprojekt mit dem Ankauf von Zertifikaten unterstützt wurde.

Inhalt

1. Zur Einführung in diese besondere Form der Meditation
 2. Vairocana, der Prächtige
 - 2.1 Vairocanas Position im Maṇḍala
 - 2.2 Der Name
 - 2.3 Die Buddha- oder Tathāgata-Familie
 - 2.4 Attribute und Entsprechungen
 - 2.4.1 Vairocanas Hauptsymbol: das Rad
 - 2.4.2 Die Farbe
 - 2.4.3 Die Mudrā
 - 2.4.4 Die Weisheit des *dharmadhātu*
 - 2.4.5 Und das Gegenteil: das Grundübel der Unwissenheit
 - 2.4.6 Die Zuordnung zum Bewusstsein
 - 2.4.7 Der assoziierte Wiedergeburtbereich
 - 2.4.8 Das Reine Land Akaniṣṭha
 - 2.5 Vairocanas Gefolge
 - 2.5.1 Die Gefährtin
 - 2.5.2 Das Begleittier
 - 2.5.3 Der Haupt-Bodhisattva Mañjuśrī
 - 2.5.4 Der Buddha-Heruka
 - 2.6 Vairocana im Bardo
 - 2.7 Vairocanas Sādhana
 3. Akṣobhya, der Unerschütterliche
 - 3.1 Akṣobhyas Position im Maṇḍala
 - 3.2 Name und Bedeutung innerhalb der Geschichte des Buddhismus
 - 3.3 Die Vajra-Familie
 - 3.4 Attribute und Entsprechungen
 - 3.4.1 Akṣobhyas Hauptsymbol: der Vajra
 - 3.4.2 Die Farbe
 - 3.4.3 Die Mudrā
 - 3.4.4 Akṣobhyas Mantra
 - 3.4.5 Bereiche und Fähigkeiten
 - 3.4.6 Das Reine Land Abhirati
 - 3.5 Akṣobhyas Gefolge
 - 3.5.1 Die Gefährtin
 - 3.5.2 Das Begleittier
 - 3.5.3 Vajrasattva
 - 3.5.4 Vajrapāṇi
- Exkurs:* Was ist ein Mantra?

- 3.5.5 Die Bodhisattvas
 - 3.5.5.1 Kṣīṭigarbha
 - 3.5.5.2 Maitreya
- 3.5.6 Die kraftvoll-schützenden Gottheiten
- 3.6 Akṣobhya im Bardo
- 3.7 Akṣobhyas Sādhana

4. Ratnasambhava, der Großzügige

- 4.1 Der Name
- 4.2 Die Bedeutung innerhalb der Geschichte des Buddhismus
- 4.3 Die Ratna-Familie
- 4.4 Attribute und Entsprechungen
 - 4.4.1 Ratnasambhavas Hauptsymbol: das Juwel

Exkurs: Was ist eine Mudrā?

- 4.4.2 Mudrā und Mantra
- 4.4.3 Richtung und Farbe
- 4.4.4 Der Skandha des Gefühls
- 4.4.5 Das Übel des Stolzes
- 4.4.6 Die Weisheit der Gleichheit
- 4.4.7 Geben und höchstes Geben
- 4.4.8 Das Reine Land Śrīmat
- 4.4.9 Die Ikonografie
- 4.5 Ratnasambhavas Gefolge
 - 4.5.1 Die Gefährtin
 - 4.5.2 Das Begleittier
 - 4.5.3 Die Bodhisattvas
 - 4.5.3.1 Ākāśagarbha
 - 4.5.3.2 Samantabhadra
 - 4.5.4 Der Ratna-Heruka
 - 4.5.5 Ein besonderer Fall: Yamāntaka
- 4.6 Ratnasambhava im Bardo
- 4.7 Ratnasambhavas Sādhana

5. Amitābha, der Mitfühlende

- 5.1 Amitābha und Amitāyus
- 5.2 Zum geschichtlichen Kontext
- 5.3 Die Lotos-Familie
- 5.4 Attribute und Entsprechungen
 - 5.4.1 Amitābhas Hauptsymbol: der Lotos
 - 5.4.2 Mudrā und Mantra
 - 5.4.3 Richtung und Farbe
 - 5.4.4 Das Grundübel der Gier

- 5.4.5 Die unterscheidende Weisheit
- 5.4.6 Amitābha als Inbegriff des Mitgeföhls
- 5.4.7 Das Reine Land Sukhāvātī
- 5.4.8 Die Ikonografie

5.5 Amitābhas Gefolge

- 5.5.1 Die Gefährtin
- 5.5.2 Das Begleittier

Exkurs: Was ist ein Bodhisattva?

- 5.5.3 Die Bodhisattvas
 - 5.5.3.1 Mahāsthāmaprāpta
 - 5.5.3.2 Avalokiteśvara
- 5.5.4 Der Padma-Heruka

5.6 Amitābha im Bardo und der mit ihm assoziierte Wiedergeburtsbereich

5.7 Amitābhas Sādhana

6. Amoghasiddhi, der Aktive

6.1 Der Name

Exkurs: Was ist die Trikāya-Lehre?

6.2 Die Karma-Familie

6.3 Attribute und Entsprechungen

- 6.3.1 Amoghasiddhis Hauptsymbol: der Doppelvajra
- 6.3.2 Die Farbe
- 6.3.3 Mudrā und Mantra
- 6.3.4 Eifersucht, Geiz und Neid
- 6.3.5 Die alles vollendende Weisheit
- 6.3.6 Das Reine Land Karma-prasiddhi
- 6.3.7 Die Ikonografie

6.4 Amoghasiddhis Gefolge

- 6.4.1 Die Gefährtin
- 6.4.2 Das Begleittier
- 6.4.3 Wasser und Luft
- 6.4.4 Der Bodhisattva Sarvanīvaraṇaṣkambhin
- 6.4.5 Der Karma-Heruka und Amṛtakundalin

6.5 Amoghasiddhi im Bardo

6.6 Amoghasiddhis Sādhana

7. Zum Buddha werden

Danksagung

Literaturhinweise

1. Zur Einführung in diese besondere Form der Meditation

Warum sollte man überhaupt mit Meditationsbuddhas¹ meditieren? Nur, weil es die eigene Tradition vorschreibt oder weil es die eigenen LehrerInnen empfehlen? Das wären wohl alles im Sinne des Buddhismus keine ganz angemessenen Motivationen, denn wie hat der Buddha Śākyamuni empfohlen?

Geht (...) nicht nach Hörensagen, nicht nach Überlieferungen, nicht nach Tagesmeinungen, nicht nach der Autorität heiliger Schriften, nicht nach bloßen Vernunftgründen und logischen Schlüssen, nicht nach erdachten Theorien und bevorzugten Meinungen, nicht nach dem Eindruck persönlicher Vorzüge, nicht nach der Autorität eines Meisters! (A.3.66)

Statt dessen rät er, selbst Erfahrungen zu machen und auf Grund dieser Erfahrungen zu schauen, was sich als positiv für die eigene Entwicklung erweist. Und im vorliegenden Falle bedeutet dies, erst einmal über die Frage nachzudenken, welche positiven Effekte sich nach regelmäßigen Meditationen mit Meditationsbuddhas ergeben könnten. Da es eine beträchtliche Anzahl von Menschen gibt, die regelmäßig über Jahre damit meditieren, braucht man auch nicht zuerst selbst, ganz allein und für sich zu meditieren, um dann nach einer längeren Zeit zu prüfen, welche Auswirkungen die Meditationen haben, sondern kann sich die Erfahrungen dieser geübten Menschen zu Nutze machen – solange sie sich auf wirkliche Erfahrungen stützen. Schließlich greift man, wenn man lernen will, Klavier zu spielen, auch auf die Dienste einer Person zurück, die dies schon kann, und probiert am Anfang nicht ganz für sich allein.

Ein positiver Effekt bei der Meditation mit Meditationsbuddhas ist nach der Erfahrung vieler Meditierenden eine Steigerung der Konzentrationsfähigkeit. Da diese Meditation zu dem “Samādhi”-Bereich gehört, der auch im Rahmen des Edlen Achtfachen Pfades Erwähnung findet, wird mit ihr “Samādhi”, also eine bestimmte Form von Konzentration, die nicht auf der weltlichen Ebene verharrt, eingeübt und damit das achte Glied des Edlen Achtfachen Pfades entwickelt.

Der zweite positive Effekt ist eine größere Ausgeglichenheit und Freiheit von emotionalen Störungen im Alltag: Wenn man es gelernt hat, wenigstens etwas von der Unerschütterlichkeit von Akṣobhya oder von der

¹ Der moderne Begriff “Meditationsbuddha” hat sich für Buddhas eingebürgert, die in der Meditation imaginiert werden, und mit denen sich die Meditierenden identifizieren.

Großzügigkeit Ratnasambhavas, von dem Mitgefühl Amitābhas oder der auf Gleichmut beruhenden Aktivität Amoghasiddhis im täglichen Tun und Treiben umzusetzen, dann werden unangenehme Geisteszustände seltener und angenehme häufiger – und außerdem wird man für die Mitmenschen erträglicher oder sogar eine Bereicherung.

Letzendliches Ziel der Meditation mit Meditationsbuddhas ist es, um sich herum das Feld des jeweiligen Buddha aufzubauen, was dem Leben eine neue, besondere Qualität verleiht. Hierzu ist es notwendig, diese Meditation fortgesetzt über längere Zeit zu praktizieren und sie immer besser in den Alltag zu integrieren, bis es keinen Unterschied mehr zwischen Meditation und Alltag gibt. Um dies erreichen zu können, ist es notwendig, die persönlichen Knackpunkte zu bearbeiten, vielleicht sogar eine Therapie in Erwägung zu ziehen – denn der Buddhismus ist keine Therapie, mit welcher individuelle Probleme gelöst werden können. Der Buddhismus ist kein Therapie-Ersatz, sondern ein Weg zur Ausbildung von Weisheit und Mitgefühl – auch wenn sich für die Einzelnen auf dem buddhistischen Wege durchaus Fortschritte in psychologischer Hinsicht zeigen.

Bei der hier vorgestellten Meditationsart muss eines immer klar sein: Meditationsbuddhas sind Formen, Produkte unseres eigenen Geistes und existieren nicht unabhängig von ihm! Sie erscheinen nicht plötzlich vor uns in der Außenwelt wie Menschen. Dies lässt sich nur auf der Grundlage der Erfahrung verstehen, dass alles leer von Substanz ist, dass es nichts Unbedingtes, Ewiges, von dem dauernden Wechsel Ausgenommenes gibt. Erst nach dieser Erfahrung – die man im frühen Buddhismus Stromeintritt und im Zen Kenshō nennt – ist man nicht mehr in Gefahr, die Meditationsbuddhas zu Substanzen zu machen. Erst auf dieser Basis kann man dann auch die eigene unauflösbare Verbundenheit mit den Meditationsbuddhas wahrnehmen.

Dies heißt aber nicht, dass die Arbeit mit Meditationsbuddhas ohne diese direkte Erfahrung nicht produktiv sein kann. Man kann mit allen diesen Formen arbeiten, wenn man erst einmal fähig ist, eine gewisse grundlegende Konzentration aufrecht zu erhalten, was bei den einen schneller und bei den anderen langsamer geht. Es gibt zwar Aussagen in der tibetischen und auch Mahāyāna-Tradition, nach welchen man besonders mit der Form von Amitābha fast von Anfang an arbeiten kann, da sie mit der weiblichen Gottheit Tārā und über Tārā mit dem Mitgefühl verbunden ist, das neben der Seite der Weisheit (welche den leeren Charakter der Wirklichkeit

erkennt) als Gegengewicht entwickelt werden muss, aber ich denke, dass auch die übrigen Formen, wenn man sie visualisiert, in verschiedenster Weise zur Entwicklung des eigenen Geistes beitragen können. Allerdings empfehle ich, sich neben den vorgestellten Meditationen auch immer mit solchen zu beschäftigen, die zu der Erfahrung des leeren Charakters der Wirklichkeit/des Geistes führen. Es ist notwendig, sich mit äußerstem Bemühen um die Wesensschau, die Natur des Geistes zu kümmern, ganz gleich, wie lange es dauert. Das ist wichtiger als alles andere – und vor allem wichtiger als ein paar angenehme Erlebnisse im Samādhi. Wenn man neben der grundlegenden Meditation anfängt, die eine oder andere Meditation mit Meditationsbuddhas auszuprobieren, dann ist dies eine schöne Entspannung und verschafft dem Geist wenigstens etwas Erleichterung. Aber die Meditation mit Meditationsbuddhas ersetzt letztlich nicht die Schau in die Natur des Geistes – und erst nach der direkten Erkenntnis der Natur des Geistes wird sich die Beschäftigung mit Meditationsbuddhas als wahrhaft produktiv für die eigene Entwicklung erweisen.

Vorweg noch einige Bemerkungen. Das hier vorliegende Buch kann eine Leserin, einen Leser schon erschlagen, weil es so viel Information bietet. Das ist aber nicht zu vermeiden. Wenn man die Meditationsbuddhas detailliert betrachtet, gelangt man Ende an den Punkt, an dem man die gesamte buddhistische Lehre, den Dharma, betrachtet hat. Die Meditationsbuddhas sind von ihrem Symbolgehalt her so angelegt, dass sie den vollständigen Dharma enthalten. Es empfiehlt sich, das Buch nicht hintereinanderweg zu lesen, sondern sich immer nur einem Buddha zu widmen, zu prüfen, an welchem Punkt noch Informationsbedarf besteht, und sich über diesen Punkt dann, wenn er nicht im vorliegenden Buch genügend abgehandelt wurde, mittels anderer Bücher oder im Internet schlau zu machen.

Vielleicht wird dieses Buch auch einigen Menschen an bestimmten Punkten zu theoretisch vorkommen, aber auch das ist nicht zu vermeiden, wenn man das wenigstens einigermaßen umfassend erklären will, was sich hinter den Formen verbirgt. Dies ist nur möglich, wenn wenigstens ein kurzer geschichtlicher Überblick über die Entwicklung des jeweiligen Meditationsbuddha gegeben wird, denn ein solcher Überblick ist im Westen unvermeidlich. Das geschichtliche Moment ist das, was der Westen zur asiatischen Symbolik hinzugefügt hat, was durchaus als Bereicherung gelten kann. Die Beachtung des Historischen gehört zum Buddhismus, seit er in den Westen kam. Ich habe mich bemüht, den geschichtlichen Abriss so kurz wie möglich zu halten und nicht zu viele Informationen zu vermitteln.

Aber es reicht nun einmal nicht, sich in die Formen nur einzuspüren. Man wird ihnen nicht gerecht, wenn man nicht das, was hinter ihnen steckt, erhellen kann. Auf dieser Grundlage werden die Meditationen viel effektiver und tiefergehend – und um das Studium der einzelnen Bezüge und die Informationsaufnahme zu erleichtern, habe ich bewusst auch Wiederholungen eingebaut.

Die meditative Visualisierung von Meditationsbuddhas erfolgt auf der Grundlage eines sog. “Sādhana”. Bei einem Sādhana handelt es sich um eine konkrete Meditationsanleitung, bei der ein Maṇḍala, häufig aber auch nur eine einzelne Göttin oder ein Buddha Gegenstand einer oft sehr langen Meditationsübung ist. Diese Sādhanas können sowohl dem spirituellen Wachstum der Praktizierenden (Sādhaka, weiblich Sādhikā), als auch ganz weltlichen Zielen dienen.²

Vorweg stellt sich auch die Frage, ob diese Sādhanas den Praktizierenden von einem Guru oder einer Gurvī übermittelt werden müssen. Sind Gurus/Gurvīs für den spirituellen Fortschritt unverzichtbar oder nicht? Darauf kann man nicht eindeutig mit Ja oder Nein antworten. Für viele, die der Tradition anhängen, sind Gurus/Gurvīs, welche die nötigen Anweisungen erteilen und die Fortschritte der Meditierenden überwachen, obligat. An dieser konservativen Einstellung zu der Frage ist prinzipiell nichts auszusetzen – solange damit nicht eine Tendenz zum Fundamentalismus verbunden ist, die Tendenz, die eigene Person mit ihren Ansichten zu verabsolutieren, Tradition als zu schützendes Gut *per se* zu betrachten und zu versuchen, allen anderen die eigenen Überzeugungen aufzuzwingen.

Es gibt in der buddhistisch-tantrischen Tradition durchaus auch Menschen, die ohne einen menschlichen Guru oder eine Gurvī praktiziert und die endgültige Befreiung erreicht haben – aber dies sind nur die absoluten Ausnahmen. Und oft steht bei Menschen, die von Anfang an auf LehrerInnen verzichten wollen, Arroganz als verdecktes Motiv im Hintergrund – nach der Devise (die ihnen nicht bewusst ist): Ich bin etwas Besonderes und deswegen werde ich alles allein, nur mit Hilfe von Büchern und vielleicht Vorträgen, finden.

Und wie steht es mit der Ermächtigung (Einweihung, Initiation), auf Sanskrit *abhiṣeka* und auf Tibetisch *dbang* genannt? Hier sieht es etwas anders aus. Der Glaube, ohne eine gültige *abhiṣeka*-Zeremonie würde das

² Peter Gäng, *Tantrischer Buddhismus. Experimentelle Mystik – radikale Sinnlichkeit*, Berlin 2001, S. 101

Praktizieren von Sādhanas wirkungslos bleiben oder sogar schädlich sein, erweist sich in der Realität als unhaltbar – aber erst, wenn er abgelegt wurde und im Unbewussten nicht mehr weiterwirkt. Im entgegengesetzten Fall kann dieser Glaube zu einer sich selbst erfüllenden Prophezeiung werden. Auch hier gibt es von der Geschichte der Tantras her Gründe, die dafür sprechen, dass auf eine formelle Ermächtigung verzichtet werden kann. In verschiedenen Tantras werden zwar Einweihungsrituale geschildert, aber es ist nicht klar, ob sie wirklich oder in der virtuellen Realität der Visualisierung stattgefunden haben. *Abhiṣekas* können im Traum oder von visionär gesehenen Buddhas gegeben werden³. Im tantrischen Buddhismus ist es durchaus anerkannte Praxis, dass der Lehrer/die Lehrerin eine bereits verstorbene Person ist. Man denke nur an den Lehrer par excellence, Buddha Śākyamuni! Er wirkt durch seine Lehren (die im Sanskrit zusammengefasst als *dharma* bezeichnet werden) immer noch als Guru, als der Meister seiner AnhängerInnen. Aus all dem lässt sich folgern, dass es selbst von der Tradition her keinen zwingenden Grund dafür gibt, dass man die Initiation in ein Sādhana von einem lebenden Guru/einer lebenden Gurvī erhalten muss.

Man sollte sich allerdings darüber im Klaren sein, dass der tantrische Weg auf seinen höheren Stufen große Gefahren birgt. Er wird oft mit einer schmalen Messerklinge verglichen, auf der man einen Abgrund überquert. Der Abgrund auf der linken Seite trägt den Namen “Wahnsinn”, der auf der rechten den Namen “Größenwahn”. Die Praktizierenden sollten sich vergegenwärtigen (und zwar bevor sie sich darauf einlassen), dass Sādhanas Anweisungen zu Visualisierungen sind, die psychologisch gesehen dazu dienen, eine kontrollierte, in vorgegebenen Bahnen ablaufende Psychose auszulösen. Es geht darum, dass die Visualisierenden von den visualisierten Gottheiten “besessen” werden, damit sie deren Qualitäten am Ende integrieren und dann selbst ganz authentisch ausstrahlen. Auch dies ist wieder ein Argument dafür, dass solche Meditationen unter Anleitung erfahrener LehrerInnen ausgeführt werden sollten. Allerdings ist die “Besessenheit” von einer der friedvollen Gottheiten sehr viel unproblematischer als die von einer der kraftvoll-schützenden, einer zornvollen Gottheit⁴, aber selbst

³ Gäng a.a.O. S. 207

⁴ Hier sei angemerkt, dass die Tibeter die Tendenz haben, aus diesen zornig erscheinenden Gottheiten das Aggressive herauszunehmen, aber unsere eigene Aggressivität – die wir gern leugnen, die oft psychologisch gesprochen zu unserem Schatten gehört – braucht trotzdem einen Ort in der Meditation. Diesen Hinweis – wie viele andere – verdanke ich Peter Gäng!

bei der intensiven Visualisierung von friedlichen Gottheiten besteht die Gefahr, dass bei labilen Persönlichkeiten aus der künstlichen eine echte Psychose wird, dass es zu Kontrollverlust und als Folge davon zu einer Überflutung des Bewusstseins mit Inhalten, die vorher unbewusst waren, kommt. Man sollte meinen, dass diese Gefahr bei der Überwachung durch einen Guru/eine Gurvī verringert, wenn nicht sogar ausgeschlossen werden kann, aber man muss auch bedenken, dass einige dieser MeisterInnen heutzutage die Übersicht über ihre viel zu zahlreichen SchülerInnen schon längst verloren haben (wenn sie sie überhaupt jemals besaßen) und häufig nicht gerade vorbildlich wirken. Es empfiehlt sich also, dass die SchülerInnen ihre MeisterInnen sehr, sehr sorgfältig aussuchen – wie es ja auch der traditionelle tibetische Buddhismus empfiehlt! Es gibt eben selbst bei einer traditionellen Herangehensweise Gefahren – und deshalb sollten Menschen, die psychisch labil sind oder zumindest sehr sensibel sind, diesen Weg nicht allein beschreiten.

Eine zusätzliche Gefahr ergibt sich, wenn Yab-Yum-Darstellungen visualisiert werden, also Darstellungen der Vereinigung einer weiblichen und einer männlichen Gottheit. Die männliche Gottheit (Yab) repräsentiert die Methode (Skt.: *upāya*), die weibliche Gottheit (Yum) die Weisheit (Skt.: *prajña*). Ihre körperliche Vereinigung symbolisiert die Untrennbarkeit dieser beiden Aspekte sowie die untrennbare Einheit von Leerheit und Erscheinung.”⁵ Bei einer solchen Visualisierung kann es schließlich dazu kommen, dass sich der Geist aufspaltet und sowohl mit der männlichen als auch mit der weiblichen Gottheit verschmilzt – was allerdings nur eine von vielen Möglichkeiten der Yab-Yum Meditation ist. Meditiert man auf noch mehr Gottheiten zugleich, dann kann es passieren, dass man sich am Ende mit allen gleichzeitig identifiziert! Dies trägt positiv gesehen zu der Erfahrung bei, dass die eigene Person nichts Einheitliches ist, sondern “dass es weder innerhalb noch außerhalb der körperlichen und geistigen Daseinserscheinungen irgend etwas gibt, das man im höchsten Sinne als eine für sich bestehende unabhängige Ich-Wesenheit oder Persönlichkeit bezeichnen könnte.”⁶ Wem jedoch sowohl das nötige Wissen als auch die notwendige Stabilität fehlt, bei dem besteht die Gefahr, dass die in der Meditation erlebte Aufspaltung der Psyche im Alltag beibehalten wird – mit desaströsen Konsequenzen.

⁵ Fabrice Midal, *Tibetische Mythen und Gottheiten. Einblick in eine spirituelle Welt*, Berlin 2002, S. 157

⁶ Nyanatiloka, *Buddhistisches Wörterbuch*, Konstanz 1983³, S. 24-25

Die Gefahr des Größenwahns ist auch nicht zu unterschätzen, denn nicht umsonst heißt es, dass gerade bei Fortgeschrittenen die Tendenz besteht, dass sich ihr Dünkel (in den Texten auch als Stolz oder Hochmut bezeichnet) steigert. Wer sich in der Phase der Verschmelzung mit der Gottheit als allmächtig über allen schwebender Buddha sieht, dem die Völker und Heerscharen, die Mächte und Gewalten huldigen, bei dem ist aus Stolz Megalomanie geworden, hat also ein Umkippen ins Pathologische stattgefunden. Dagegen hilft nur nie nachlassende Achtsamkeit, vereint mit der sich immer stärker entwickelnden Fähigkeit zur Selbstkritik.

Noch zwei Fragen sollten gleich am Anfang geklärt werden. Die eine lautet: Ist es legitim, Sādhanas abzuwandeln? Tatsächlich sind viele Sādhanas von LehrerInnen in Hinblick auf einzelne ihrer SchülerInnen, die besondere Schwierigkeiten hatten, geschaffen worden, was darauf hindeutet, dass die Frage mit Ja beantwortet werden kann. Sādhanas sind keine Offenbarungen, keine ewigen, unumstößlichen Wahrheiten, sondern bloß Methoden, die einem praktischen Zweck dienen. Als Methoden können sie selbstverständlich auch abgewandelt werden. Arbeiten Praktizierende allein mit Sādhanas, steht es ihnen frei, für sich Abwandlungen vorzunehmen, wobei sie aber immer bedenken sollten, dass die Abwandlung nicht willkürlich erfolgt und/oder vorgenommen wird, um der Langeweile oder einer Schwierigkeit auszuweichen. Abänderungen sollten nur aus einer psychischen Notwendigkeit heraus vorgenommen werden, und dies zeigt sich daran, dass sie quasi organisch geschehen, aus der Intuition heraus, in der völligen Gewissheit, dass sie "in Ordnung" sind. Im übrigen gibt es bei Sādhanas eine besonders Anfang und Ende betreffende Standardprozedur, die sie erst identifizierbar macht und die schon aus rein praktischen Erwägungen im allgemeinen unverändert bleiben sollte.

Die zweite noch zu klärende Frage lautet: Mit welcher Gottheit sollte man arbeiten? Es scheint nahe zu liegen, die Gottheit zu nehmen, zu der man die größte Affinität besitzt, deren Eigenschaften bereits von vornherein den eigenen Eigenschaften nahe sind und als bloße Steigerung der eigenen Qualitäten betrachtet werden können. Doch es kann auch sinnvoll sein, die Gottheit zu nehmen, die einem selbst am fremdesten, am entferntesten ist, gegen die man vielleicht sogar einen leichten Widerstand verspürt, denn möglicherweise zeigt es sich, dass man mit Hilfe dieser Gottheit an die "Knackpunkte" der eigenen Psyche herankommt, um später das integrieren zu können, was bisher gefehlt hat, und am Ende – oder eigentlich am Anfang, da an dem Punkt die spirituelle Entwicklung erst

richtig beginnt! – als endlich harmonische, vollständige Persönlichkeit die besten Voraussetzungen für das Erwachen aus allen Illusionen zu haben. Je schwieriger die Identifikation mit der Gottheit am Anfang ist, desto fruchtbarere Ergebnisse zeigen sich am Ende. Und dies kann, wenn man mit dem Buddha beginnen will, der zur eigenen Person die Komplementärform ist, praktisch gesehen für die eigene Vorgehensweise bedeuten, dass man z.B. nicht den Buddha in der eigenen Lieblingsfarbe wählt, sondern den in der Farbe, die man bisher eher unsympathisch fand. Die Farbe ist natürlich nur ein Kriterium. Die Wahl muss auf einer guten Kenntnis aller Attribute, Symbole und deren Bedeutungen in Hinblick auf die Meditationsbuddhas beruhen. Die gute Kenntnis ist, wie wir noch feststellen werden, über die Wahl hinaus Voraussetzung für das erfolgreiche Meditieren mit diesen Meditationsbuddhas. Am Ende muss man sich aber doch meditativ mit allen Meditationsbuddhas beschäftigt haben, mit dem einen weniger, dem anderen mehr, was einem zum geeigneten Zeitpunkt der “Guru im Inneren” (also die Intuition) oder die äußere Gurvī/der äußere Guru sagt.

Bevor wir uns den einzelnen Meditationsbuddhas zuwenden, noch einige allgemeine Bemerkungen. Die Meditationsbuddhas werden als transzendente Buddhas gesehen, die “im Vergleich zu anderen Buddhas zeitlos, stets gegenwärtig und unabhängig von den Naturgesetzen”⁷ sind. Man nennt sie auch Richtungsbuddhas, Jinas oder Tathāgatas.

Das Sanskrit-Wort *jina* bedeutet “Sieger” und ist ein Ehrentitel, der in Indien nicht allein Śākyamuni Buddha verliehen wurde, sondern auch dem realen Gründer des Jainismus Mahāvīra (eigentlich Vardhamāna) und seinen mythischen Vorgängern. Der Ehrentitel *jina* wurde von den AnhängerInnen verliehen, weil sie der Überzeugung waren, dass ihre verehrten Meister Verblendung und Leiden endgültig besiegt hatten. Später wurde er auf die transzendenten Buddhas übertragen⁸.

Ein weiterer Ehrentitel von Śākyamuni Buddha war Tathāgata. Dieses Sanskrit-Wort bedeutet “der So-Gegangene” (*tathā gata*) oder “der So-Gekommene” (*tathā āgata*). Eingebürgert hat sich die Übersetzung “Vollendet”, während die Geschwister Blau das Wort gemäß einer häufigen Interpretation in den indischen Kommentaren mit “einer, der die Soheit

⁷ Tatjana & Mirabai Blau, *Buddhistische Symbole*, Darmstadt 1999, S. 36

⁸ siehe dazu Harvey, *An Introduction to Buddhism. Teachings, History and Practices*, Cambridge 1990, S. 261

verwirklicht hat”⁹ (*tathatā āgata*) wiedergeben und damit eine Verbindung zu dem vor allem in der Yogācāra-Schule viel verwandten Sanskrit-Begriff *tathatā* (“Soheit”, “Sosein”) herstellen.

Die Bezeichnung *dhyānibuddha* (“Meditationsbuddha”) geht zurück auf das Sanskrit-Wort für Meditation, die auf Konzentration beruht, nämlich *dhyāna*, und ist in den ursprünglichen Quellen und älteren Kommentaren nicht zu finden. Sie tauchte erstmals in der Sekundärliteratur der ersten Hälfte des 20. Jhs. auf¹⁰, erwies sich aber sowohl in der Sanskritform als auch in der deutschen Form als außerordentlich passend gewählt und hat sich aus diesem Grunde immer mehr verbreitet. Es gibt keinen logischen Grund, warum man sie nicht verwenden sollte.

Der Ausdruck “Richtungsbuddhas” weist auf eines ihrer Attribute hin: Sie erscheinen im Maṇḍala in den überwiegenden Fällen (abhängig von den zu Grunde liegenden Tantras) in einer bestimmten Richtung. Vessantara bezeichnet sie auf noch eine andere Art. Er nennt sie “Archetypen der Erleuchtung”¹¹. Damit stellt er eine Verbindung zwischen ihnen und der psychologischen Lehre von C. G. Jung her. Jung versteht unter einem “Archetypus” auf der einen Seite einen “archaischen Überrest”, ein “Urbild”, auf der anderen jedoch eine “angeborene Tendenz, solche bewussten Motivbilder zu formen”¹². Unter “Archetypus” lassen sich demnach sowohl die Meditationsbuddhas als auch ihre Visualisierung – die Meditation mit ihnen – subsumieren.

Die Jinas, die zu ihnen gehörenden Göttinnen und Bodhisattvas, sowie noch andere zugehörige friedliche und zornige, weibliche und männliche Gottheiten, werden oft als “eine einzige Familie bezeichnet, die von einem Elternpaar (Erkenntnis und Mitgefühl) stammt, das in sich selbst der Ausdruck der unteilbaren Buddhanatur ist.”¹³ Später wurden sie mit immer mehr Attributen versehen und weiter differenziert; u.a. wurden sie in Verbindung gebracht mit den fünf Konstituenten (Skt.: *skandhas*), die – nach den Aussagen des frühen Buddhismus – den Menschen insgesamt ausmachen. Die Differenzierung führte schließlich dazu, dass sie in fünf Buddhafamilien (Skt.: *pañcakula*; *pañca* “fünf”, *kula* “Familie”) eingeteilt wurden.

⁹ Blau, S. 36

¹⁰ Schumann, S. 88

¹¹ Vessantara, *Meeting the Buddhas. A Guide to Buddhas, Bodhisattvas, and Tantric Deities*, Glasgow 1993, S. 9

¹² C. G. Jung, *Der Mensch und seine Symbole*, Solothurn Düsseldorf 1993, S.67

¹³ Gäng, S.11

Diese Familien repräsentieren bestimmte Aspekte der grundlegenden Natur aller Erscheinungen und zugleich ein System spiritueller Transformation. Sie besitzen charakteristische Attribute. Später wurden ihnen viele weitere Meditationsgottheiten zugeordnet und am Ende splitterten sie sich sogar in zahlreiche Unterfamilien auf.

Die fünf Buddhafamilien sind: die des Rades (Cakra-Familie), des Diamants (Vajra-Familie), des Juwels (Ratna-Familie), des Lotos (Padma-Familie) und der Tat (Karma-Familie). In den Maṇḍalas steht im Zentrum im allgemeinen die Cakra-Familie, im Osten die Vajra-Familie, im Süden die Ratna-Familie, im Westen die Padma-Familie und im Norden die Karma-Familie. In der Tradition des *Guhyasamājantra* tauschen Cakra- und Vajra-Familie ihre Plätze. Die Buddhafamilien werden – wenn sie nach den männlichen Hauptgottheiten unterteilt sind – alternativ genannt: Familie von Vairocana, von Akṣobhya, von Ratnasambhava, von Amitābha und von Amoghasiddhi. Die Hauptsymbole der Buddhafamilien können identisch mit den Hauptsymbolen ihrer Oberhäupter sein; sie können sich aber ebenfalls an Glückssymbolen orientieren.

Die *pañcakula* und/oder ihre Oberhäupter werden häufig an den Türbalken der Häuser im Kathmandu-Tal dargestellt¹⁴. Ihre ikonografische Analyse beginnt nach der indischen Tradition im Osten (Skt.: *pūrva* = “vorn”), dann schreitet sie entsprechend dem Sonnenlauf nach Süden (Skt.: *dakṣiṇa* = “rechts”), nach Westen (Skt.: *paścima* = “hinten”) und zum Schluss nach Norden (Skt.: *uttara* = “links”) weiter. Diese Anordnung ist ebenfalls auf Thangkas, die Maṇḍalas zeigen, erkennbar.

Ikonografisch werden die Oberhäupter der Buddhafamilien unterschiedlich dargestellt. Auf einigen Thangkas haben sie Schädelerhöhung und lockiges Haar, auf anderen tragen sie königlichen Schmuck und eine fünfzackige Krone. In diesem letzten Fall soll ihre Überlegenheit über die Naturgesetze, ihre Erhabenheit über Zeit und Vergänglichkeit zum Ausdruck gebracht werden. Auf einer ganzen Reihe von Darstellungen erscheinen die männlichen Oberhäupter mit ihren weiblichen Gefährtinnen in Yab-Yum-Haltung. Die Haltung steht in diesem Fall zwar auch für die Vereinigung von geschickten Mitteln und Weisheit, aber sie signalisiert nicht wie bei den kraftvoll-schützenden Gottheiten die ekstatisch-sexuelle Vereinigung. Darauf weist bereits hin, dass die Tathāgatas – im Unterschied zu ihrem Gefährtinnen – nicht nackt sind (eine Ausnahme bildet der Ādi-Buddha Samantabhadra, der mit seiner Gefährtin den “nackten”, also von allen Gegebenheiten

¹⁴ Schumann, S. 88

freien, Dharmakāya symbolisiert). Sie tragen ein prächtiges, königliches Mönchsgewand, das auf ihren erhabenen Status hindeutet. Das Mönchsgewand lässt die rechte Schulter frei. Bei den Tathāgatas und ihren Gefährtinnen zielt die Yab-Yum-Haltung symbolisch ab auf die Vereinigung von höchstem Mitgefühl und vollkommener, ins Transzendente reichender Weisheit (Skt.: *prajñāpāramitā*).¹⁵

Im kosmischen Maṇḍala werden den männlichen Oberhäuptern der Buddhafamilien eine Unzahl von Entsprechungen, Attributen, Symbolen, Begleitpersonen usw. zugewiesen. Da es unmöglich ist, sämtliche Tantras zu berücksichtigen, kann eine Aufzählung nicht vollständig sein – sie sollte sich sogar beschränken, um nicht zu verwirrend zu werden. Die folgende Auswahl ist notwendigerweise subjektiv, wobei ich mich jedoch bemüht habe, die bekanntesten Zuweisungen aufzuführen.

Cakra-Familie

Tathāgata: Vairocana (Skt.) / Rnam-par-snang-mdzad¹⁶ (Tib.) /
 “Der ringsum Leuchtende”
Körperfarbe: weiß
Himmelsrichtung: Zentrum
Mudrā: Dharmacakra-Mudrā (Drehen des Rades der Lehre als
 Symbol für das Lehren)
Attribut / Symbol: goldenes Cakra (Rad der Lehre)
Throntier: Löwe
Skandha: Bewusstsein (Skt.: *vijñāna*)
Grundübel: Unwissenheit (Skt.: *avidyā*)
Weisheit: Weisheit des *dharmadhātu* (= Bereich der Wirklichkeit)
Element: Raum, Äther
Weisheitspartnerin: Ākāśadhātveśvarī
Ort Im Maṇḍala: Zentrum
Gesichtsfarbe: weiß (bei drei Köpfen, jeweils Mitte, rechts, links:
 weiß – schwarz – rot)
Mantra: om vairocana hūm
Keimsilbe: om

¹⁵ Die Abbildungen in diesem Buch sind tibetischen und mongolischen Blockdrucken entnommen und vereinfachend bearbeitet. Die verwendeten Blockdrucke sind u. a. bei Lokesh Chandra, *Buddhist Iconography. Compact Edition*, New Delhi 1991 zu finden.

¹⁶ Die tibetischen Namen sind z.T. von Lokesh Chandra a.a.O. übernommen. Die Umschrift wurde nach dem Wylie-System modifiziert.

Vajra-Familie

Tathāgata: Akṣobhya (Skt.) / Mi-bykyod-pa (Tib.) / “Der Unerschütterliche”
Körperfarbe: blau
Himmelsrichtung: Osten
Mudrā: Bhūmisparśa-Mudrā (Geste der Erdberührung)
Attribut / Symbol: Vajra (Diamantzepter)
Throntier : Elefant
Skandha : Form (Skt.: *rūpa*)
Grundübel: Hass (Skt.: *dveṣa*)
Weisheit: spiegelgleiche Weisheit
Element: Wasser
Weisheitspartnerin: Locanā
Ort Im Maṇḍala: vorne
Gesichtsfarbe: schwarz (schwarz – weiß – rot)
Mantra: om vajra akṣobhya hūm
Keimsilbe: hūm

Ratna-Familie

Tathāgata: Ratnasambhava (Skt.) / Rin-chen-‘byung-ldan (Tib.) / “Der als Juwel Geborene“
Körperfarbe: gelb
Himmelsrichtung: Süden
Mudrā: Varada-Mudrā (Geste der Wunschgewährung)
Attribut / Symbol: Ratna (Juwel, Wunschjuwel)
Throntier: Pferd
Skandha: Gefühl (Skt.: *vedanā*)
Grundübel: Stolz (Skt.: *māna*)
Weisheit: Weisheit der Gleichheit
Element: Feuer
Weisheitspartnerin: Māmakī
Ort Im Maṇḍala: rechts
Gesichtsfarbe: gelb (gelb – weiß – schwarz)
Mantra: om ratnasambhava traṃ
Keimsilbe: traṃ

Padma-Familie

Tathāgata: Amitābha (Skt.) / ‘od-dpag-med (Tib.) / “Das unermessliche Licht”
Körperfarbe: rot

Himmelsrichtung: Westen
Mudrā: Dhyāna-Mudrā (Geste der Meditation)
Attribut / Symbol: Padma (Lotosblüte)
Throntier : Pfau
Skandha : Wahrnehmung (Skt.: *saṃjñā*)
Grundübel: Leidenschaft, Begierde (Skt.: *rāga*)
Weisheit: Weisheit der Unterscheidung
Element: Erde
Weisheitspartnerin: Pāṇḍaravāsīnī
Ort Im Maṇḍala: hinten
Gesichtsfarbe: rot (rot – weiß – schwarz)
Mantra: om ami deva hrīḥ
Keimsilbe: hrīḥ

Karma-Familie

Tathāgata: Amoghasiddhi (Skt.) / Don-yod-grub-pa (Tib.) /
 “Unerschütterliche Kraft”
Körperfarbe: grün
Himmelsrichtung: Norden
Mudrā: Abhaya-Mudrā (Geste der Furchtlosigkeit)
Attribut / Symbol: Viśvavajra (Doppelvajra)
Throntier: Garuda
Skandha: formende Kräfte (Skt.: *saṃskāra*)
Grundübel: Neid, Eifersucht, Geiz
Weisheit: Alles Vollendende Weisheit
Element: Luft
Weisheitspartnerin: Tārā
Ort Im Maṇḍala: links
Gesichtsfarbe: grün (grün – weiß – schwarz)
Mantra: om amoghasiddhi āḥ hūm
Keimsilbe: āḥ¹⁷

Abhängig davon, ob in der Meditation nur die einzelnen Buddhas oder die Göttinnen (die dann eigenständig, also nicht als Partnerinnen einer männlichen Gestalt angesehen werden) oder die Paare im Zentrum stehen, können sich die Symbolbezüge entsprechend verändern. Geht man etwa von den Göttinnen als eigenständigen weiblichen Buddhas aus, dann gelten für sie ähnliche Symbolbezüge wie sie oben für die Tathāgatas genannt wurden. Stehen dagegen die Paare im Zentrum, dann wird auch in den

¹⁷ Zusammenstellung hauptsächlich nach Vessantara, S. 52-53, und Gäng, S. 120-121

Symbolbezügen stärker die Komplementarität u.a. von männlich und weiblich, Weisheit und Mitgefühl, betont, so dass in der Umarmung beider die Spaltung in Subjekt und Objekt aufgehoben wird.

Gestalt	Skandha/Element	Weisheit / Grundgefühl
Vairocana	Bewusstsein	Dharmadhātu-Weisheit
Vajrashātviśvarī	Raum	Allumfassendheit
Akśobhya	Körper/Form	Spiegelgleiche Weisheit
Locanā	Wasser	Liebevolle Zuwendung
Ratnasambhava	Gefühl	Weisheit der Gleichheit
Māmakī	Feuer	Mitgefühl
Amitābha	Wahrnehmung	Weisheit der Unterscheidung
Pāṇḍaravāsīnī	Erde	Mitfreude
Amoghasiddhi	formende Kräfte	Alles vollendende Weisheit
Tārā	Luft	Gleichmut

Hierbei wird deutlich, dass die männlichen Gestalten eher das Individuale betonen, während die weiblichen eher auf das Allumfassende, Alles Durchdringende verweisen.

Es sei noch einmal betont, dass die Zusammenstellung der Buddhafamilien und ihrer Symbolisierungen nur einen Bruchteil von dem enthält, was den einzelnen Buddhafamilien und ihren männlichen Oberhäuptern zugeordnet wird. Was beispielsweise noch hinzukommt, ist, dass den Tathāgatas die weltlichen Buddhas Krakucchanda, Kanakamuni, Kaśyapa, Śākyamuni (der letztere ist unter all den mythischen Buddhas der einzige geschichtliche) und Maitreya entsprechen. Sie werden auf die Weise in die drei Zeiten Vergangenheit (Krakucchanda, Kanakamuni, Kaśyapa), Gegenwart (Śākyamuni) und Zukunft (Maitreya) eingebunden.

Die Fülle der Zuordnungen macht deutlich, welche komplexen Beziehungen es innerhalb der einzelnen Buddhafamilien und ihrer Hauptvertreter und auch im Verhältnis der Familien zueinander gibt. Sie bilden ein äußerst verwickeltes Geflecht, das mit anderen Geflechtern auf die vielfältigste Weise verknüpft ist. Das Geflecht enthält Bezüge, die auf den verschiedensten Ebenen angesiedelt sind und auch unterschiedliche Dimensionen umgreifen. Das wirkt einschüchternd, verwirrend, geradezu erschreckend. Man darf jedoch nicht aus den Augen verlieren, dass diese multidimensionalen Bezugssysteme angemessene Abbilder der Wirklichkeit selbst sein sollen – und die Wirklichkeit ist nun einmal äußerst komplex! Sie sollen auch nicht analytisch aufgedröseln werden (dies wäre in der Tat eine

unmögliche Aufgabe), sondern als Bilder aufgenommen werden. Bilder sind eine "geradezu geniale Möglichkeit, wichtige Zusammenhänge (...) meditativ erlebbar zu machen."¹⁸ Diese Vorgehensweise ist, wie im Mahāyāna allgemein üblich, synthetisch und nicht analytisch.

Die Darstellung einer oder mehrerer Buddhafamilien in einem Maṇḍala hat auch eine künstlerische Dimension. Dies ist zwar nicht der Hauptaspekt, aber bei der Beschäftigung mit solch einem Maṇḍala geht es auch um die angemessene Rezeption eines Kunstwerks. Ein Kunstwerk ist per se multidimensional und in seinen Bezügen nie restlos zu erhellen. Für die Entschlüsselung eines Kunstwerks sind Vorinformationen unumgänglich, aber diese Informationen können nie ausreichen, um es restlos zu erklären. Dies trifft nur auf den nicht-buddhistischen Bereich zu. Das Kunstwerk, um das es im tantrischen Buddhismus geht, kann in einer Weise "entschlüsselt" werden, wie es bei anderen nicht möglich ist. Es wird nämlich in der Visualisierung nachgeschaffen, kreativ nachgebaut – und zwar in seiner äußeren Form und in seinen inneren Bezügen! In diesem Prozess der Nachschöpfung wird es durchdrungen und zugleich aktualisiert. Die Meditierenden werden dabei zu Künstlern. Gelingt die Visualisierung, dann gehen sie allerdings über das Künstlertum hinaus.

Von allen buddhistischen LehrerInnen war es hauptsächlich Chögyam Trungpa, dem es gelang, das System der Buddhafamilien in einen fast ausschließlich psychologischen Kontext zu übersetzen und damit für westliches Denken verständlicher zu machen. Er schrieb:

Die Buddhafamilie oder -familien beschreiben die grundlegende Haltung eines Menschen, die innewohnende Perspektive oder den Standpunkt, von dem aus dieser Mensch die Welt wahrnimmt und mit ihr umgeht. Mit jeder Familie ist sowohl ein neurotischer wie ein erleuchteter Aspekt verbunden. Der neurotische Ausdruck jeder Familie kann in ihren Weisheits- oder erleuchteten Aspekt verwandelt werden.¹⁹

Die Psychologisierung darf freilich nicht unkritisch gesehen werden. Sie ist eine Form der Popularisierung und berücksichtigt nur einige Bezüge, hebt andere unverhältnismäßig hervor, wobei leicht übersehen wird, dass das

¹⁸ Gäng S. 99

¹⁹ Chögyam Trungpa, *Feuer trinken, Erde atmen. Die Magie des Tantra*, Köln 1982, S. 99

System der Buddhafamilien die Wirklichkeit in ihrer ganzen Komplexität darstellen will.

Die Positionen, zugeordneten Daseinsgruppen, Attribute, Weisheitsqualitäten, deren Gegenteil und die Partnerin der Meditationsbuddhas Vairocana und Akṣobhya können, wie z.B. Beer feststellt²⁰, in verschiedenen tantrischen Systemen miteinander ausgetauscht werden, so dass jeder der beiden die zentrale oder östliche Position innehaben kann. Beer erklärt, dass sich Vairocanas Kult in den frühen chinesischen und späteren japanischen Traditionen des Buddhismus großer Popularität erfreute. Deswegen steht er im Zentrum vieler Maṇḍalas der Yoga-Tantras. Dagegen findet sich der blaue Akṣobhya im Zentrum der Maṇḍalas vieler Anuttara-Yoga-Tantras (z.B. Guhyasamāja-, Cakrasamvara-, Vajrabhairava-, Kālacakra-Tantra).

Vairocana steht auch im älteren Nyingma-System im Herzen des Maṇḍala, als Symbol und Verkörperung der höchsten Realität, des *dharmakāya*. Es gibt aber auch tantrische Systeme, bei denen im Mittelpunkt Vajrasattva, Vajradhara oder Samantabhadra sein können²¹. Vairocanas Position kann sich ebenfalls ändern, wenn z.B. der Bodhisattva Avalokiteśvara in den Mittelpunkt des Maṇḍalas rückt: "dann rückt der weiße Vairocana in den westlichen Quadranten des roten Amitābha, da Amitābha der Gebieter der Lotos-Familie ist, welcher Avalokiteśvara angehört."²²

Um nicht unnötige Komplikationen einzuführen und die Systematik der Zuordnungen völlig durcheinander zu bringen, beschränke ich mich von nun an auf die Darstellungen, die Vairocana in der Mitte zeigen. Seine Zentralität ist mit seinem Erscheinungsbild am besten in Einklang zu bringen – besser, als es beispielsweise bei Akṣobhya der Fall ist. Ansonsten lege ich mir keine Einschränkung hinsichtlich der Erweiterung und Verschiebung von Zuordnungen auf, denn sie sollen nur hilfreich sein. Die Hauptsache ist jedoch, dass die LeserInnen nicht verwirrt werden!

Wie es Gäng in seinem Buch *Tantrischer Buddhismus* verdeutlicht hat, ist die geschichtliche Entwicklung der in den Maṇḍalas auftauchenden Meditationsbuddhas – ebenso wie die der in den Tantras auftauchenden Sādhanas, mit deren Hilfe visualisiert werden soll – nicht mehr im Detail nachvollziehbar. Versuche zur chronologischen Strukturierung hatte es bisher in der Sekundärliteratur immer wieder gegeben, wie beispielsweise von Rob

²⁰ Robert Beer, *Die Symbole des tantrischen Buddhismus*, Kreuzlingen/München 2003, S. 329

²¹ siehe dazu Harvey, S. 261-262

²² Beer, S. 333

Linrothe in seinem Buch *Ruthless Compassion – Wrathful Deities in Early Indo-Tibetan Buddhist Art* (Boston, 1999). Linrothe versucht, eine zeitliche Einteilung derjenigen Tantras vorzunehmen, in denen Sādhanas beschrieben werden, mit deren Hilfe man Maṇḍalas, die Meditationsbuddhas enthalten, evoziert. Linrothe muss jedoch zugeben, dass seine Einteilung nicht bei den Tantras selbst ansetzen kann. Diese wurden zeitlich erst fassbar, als sie allgemein akzeptiert und auf Grund dessen dann in Kunstwerken dargestellt wurden:

Kunstwerke entstanden, sobald diejenigen, die sie finanzierten, von den ihnen zu Grunde liegenden Ideen angetan waren. Da sich der tantrische Buddhismus mit ziemlicher Sicherheit außerhalb der Klöster entwickelt hat und da die Klöster die Institutionen waren, die über die nötigen Mittel verfügten, benennen die von Linrothe nachgewiesenen Phasen sehr genau, wann und wo welche Lehren des tantrischen Buddhismus in den Klöstern heimisch wurden. Ähnliches gilt auch für die Übersetzungen tantrischer Texte ins Chinesische. Sie liefern präzise Daten, wann ein Text spätestens in Indien existiert haben muss, und sie geben Anhaltspunkte, wann und in welcher Reihenfolge welche Texte als übersetzungswürdig galten.²³

Es ist also kaum festzustellen, wann und in welchem Kontext die Visualisierung von Meditationsbuddhas ihren Anfang genommen hat. Allerdings erscheint es mir als wahrscheinlich, dass Vessantara mit seiner Mutmaßung Recht hat, die Visualisierung von Meditationsbuddhas hätte sich aus der meditativen Verehrung von Śākyamuni Buddha, wie sie noch heute in Ländern des Theravāda-Buddhismus üblich ist, entwickelt. Bei dieser Form der Verehrung vergegenwärtigt man sich im Geist die Qualitäten des historischen Buddha, eine Vergegenwärtigung, die leicht aus dem begrifflichen Bereich in den – zuerst äußerlichen, d.h. von einem außen gesehenen Bild ausgehend, dann rein innerlichen – visuellen Bereich hinübergleiten kann²⁴.

Darüber hinaus glaube ich, dass die Visualisierung von Meditationsbuddhas zu einem guten Teil auf die Methoden der Evozierung der *brahmavihāras* – also die Evozierung von liebevoller Freundlichkeit, Mitgefühl, Mitfreude und Gleichmut – im frühen Buddhismus zurückgeht, denn diese “göttlichen Verweilungszustände“²⁵ beziehen sich auf gemütsmäßige Geistesverfassungen, welche dann später ebenfalls mit den *dhyāna*-Buddhas

²³ Gäng, S. 105

²⁴ Vessantara, S. 58-59

²⁵ Nyanatiloka, *Buddhistisches Wörterbuch*, Konstanz 1983³. 53

verbunden werden und bei ihnen eine sehr wichtige Rolle spielen. Beweisen lässt sich dies allerdings auch nicht.

Auf der anderen Seite – und dies ist ein dritter Ausgangspunkt für die Entwicklung – könnte die Visualisierung von Meditationsbuddhas aus der im 3. Jh. u. Zt. aufgekommenen Trikāya-Lehre, der Dreikörper-Lehre, hervorgegangen sein, mit der sich einer der Exkurse dieses Buches beschäftigen wird. Diese Lehre hat einem hierarchischen System Vorschub geleistet, in welches die Meditationsbuddhas eingeordnet werden konnten. Dabei wurde ihnen nicht nur eine bestimmte Stelle im System, sondern auch eine bestimmte Seinsebene zugewiesen.

In seiner geschichtlichen Entwicklung etwas greifbarer ist dann die Gestalt des sich im Zentrum befindenden Meditationsbuddhas, der auch Ādi-Buddha genannt wird. Er steht für den sog. Dharmakāya, die höchste, dem begrifflichen Erfassen entzogene Wirklichkeit, den Bereich des Absoluten, des Transzendenten – dessen, was man im frühen Buddhismus als Nirvāṇa bezeichnet hat. Die Idee von einem Ādi-Buddha besitzt einen Anstrich von Monotheismus und daraus wird geschlossen, dass sie dem im 3. Jh. u. Zt. entstandenen Manichäismus entstammt. Tucci bezeichnet den Ādi-Buddha als buddhistische Entsprechung des manichäischen “Vaters der Größe” und die fünf Meditationsbuddhas insgesamt als buddhistische Entsprechungen der manichäischen “Lichtelemente”²⁶. Allerdings – und das macht es kompliziert – besitzen nicht alle tibetischen Schulen den gleichen Ādi-Buddha. Die Nyingmapas (die Schule der alten Übersetzungen) haben als Ādi-Buddha Samantabhadra, während die “neuen Schulen” der Sakyapas, Kagyüpas und Gelugpas Vajradhara als Verkörperung des Dharmakāya sehen. Also scheint Samantabhadra älter als Vajradhara zu sein, aber ein letzter Beweis fehlt für diese These.

Für die praktische Meditation mit diesen Buddhagestalten ist es wichtig, ihnen die ganze – oder fast die ganze – Fülle an Assoziationen, mit denen sie verbunden sind, zu lassen²⁷. Dies bedeutet u.a., dass man das “Tibetische Totenbuch” – also den *Bardo Thödol*, einen apokryphen, synkretistischen Text der Nyingmapa-Schule aus dem 14. Jh., der von den Gelugpas überhaupt nicht als authentisches buddhistisches Werk anerkannt wird – in

²⁶ siehe dazu Gerd-Wolfgang Essen. Tsering Tashi Thingo, *Die Götter des Himalaya. Buddhistische Kunst Tibets*, München 1989, S. 23

²⁷ Das, was ich in meiner Betrachtung allerdings ausgelassen habe, sind die – in der Chronologie sehr spät anzusetzenden – astrologischen Entsprechungen zu den Meditationsbuddhas.

die vorbereitenden Überlegungen einbeziehen sollte, da er illustriert, bis in welche Verästelungen und Vervielfältigungen die Assoziationen, die mit den Meditationsbuddhas verbunden sind, reichen. Das Netz, das von ihnen ausgehend Mensch und Weltall umspannt, muss ausgebreitet werden, damit die Visualisierung ihnen gerecht wird – und zu diesem Zweck kann die Chronologie, die Historie, können die Erkenntnisse der Indologie einen den Boden vorbereitenden Beitrag leisten. Später, in der Visualisierung, ist es allerdings gleichgültig, ob ein vor dem geistigen Auge erscheinendes Attribut oder eine begleitende Gottheit einem früheren oder späteren Tantra entstammt.

Und nun noch ein Wort zum Visualisieren. Eigentlich sollte man besser vom Imaginieren sprechen, denn wir vergessen viel zu leicht, dass viele Menschen sich im Geist nicht Gestalten so lebhaft vorstellen können, dass sie ganz deutlich erscheinen, und dass selbst die Menschen, deren Hirn es ihnen erlaubt, vor den anderen keinen Vorsprung haben oder gar erwacht sind: Sie sind von Natur aus in spezieller Weise visuell ausgerichtet, was ihnen jedoch hinsichtlich der spirituellen Fortentwicklung keinen Vorsprung gibt. Die anderen können die Meditationsbuddhas eben mehr imaginieren. Entscheidend ist jedoch, sich in die Eigenschaften der jeweiligen Buddhagestalt einzupüren und dabei auch zu lernen, diese Eigenschaften nachzuempfinden.

Noch ein Hinweis: Die erwähnten Mudrās sind auf S. 268 f abgebildet.