





*Möge ich den Schutzlosen ein Beschützer sein,
ein Führer allen Reisenden auf dem Weg.
Möge ich eine Brücke sein, ein Boot und ein Schiff für alle,
die an das andere Ufer wollen.*

*Möge ich eine Insel sein für jene, die eine suchen,
eine Lampe für die mit dem Wunsch nach Licht.
Möge ich ein Bett sein für alle mit dem Wunsch nach Ruhe
und ein Diener für alle, die sich einen Diener wünschen.*

*Möge ich ein Wunschjuwel sein, eine magische Vase,
ein kraftvolles Mantra und eine vortreffliche Medizin.
Möge ich zum wunscherfüllenden Baum werden
und zu einem Füllhorn für die Welt.*

*Möge ich, bis sie vom Leiden befreit sind,
auch der Quell des Lebens sein
für alle Daseinsbereiche der verschiedenen Wesen,
die sich bis zum Ende des Raums erstrecken.*

*Solange der Raum besteht
und solange es lebende Wesen gibt,
solange möge auch ich verweilen,
um das Leiden der Welt zu beenden.*

*Mögen alle Leiden der lebenden Wesen
nur in mir zur Reife gelangen,
und mögen durch die Macht der Bodhisattvas
alle Wesen Glück erfahren.*

*Śāntideva Bodhicaryāvatāra
(III, 18-20, 22; X, 55, 56)*





VON STEPHEN BATCHELOR

Es gibt zwei Wege, etwas über Śāntideva zu erfahren. Zum einen haben wir Bruchstücke von Legenden und zum zweiten – und hier erfahren wir meiner Meinung nach am meisten über ihn – seine eigenen Verse. Doch kommen wir zunächst zu den Bruchstücken der Legenden und schauen wir, wie man sich seiner in den tibetischen Traditionen erinnert.

Demnach hat Śāntideva etwa im 7. oder 8. Jh. unserer Zeitrechnung gelebt. Es heißt, er sei Mönch in Nālandā gewesen, der wahrscheinlich größten buddhistischen Klosteruniversität jener Zeit [im heutigen indischen Bundesstaat Bihar, Anm. d. Red.]. Nālandā war ein

sehr prestigeträchtiger Ort, der nicht nur Mönche aus Indien, sondern auch aus fernen Ländern, selbst aus China, anzog, die dort studieren wollten.

Śāntideva war kein gewöhnlicher Mönch. Man nannte ihn despektierlich einen ‚Praktizierenden der drei Aktivitäten‘, die da waren: Schlafen, Essen und Ausscheiden. Um das Kloster von diesen eher unerwünschten Faulpelzen zu säubern, hielt der Abt regelmäßig eine Art öffentlicher Prüfung ab, in der die Mönche zeigen mussten, dass sie in der Tat eifrige Schüler waren und nicht ihre Zeit verschwendeten – wie man es von Śāntideva annahm. Man glaubte, man könne ihn auf diese Weise leicht loswerden. Der Tag der Prüfung begann. Als Śāntideva an die Reihe kam, erklimmte er das Podest und fragte die versammelte Ordensgemeinschaft: „Soll ich für euch einen klassischen Text kommentieren, oder möchtet ihr, dass ich etwas lehre, das noch nie zuvor aufgezeichnet wurde?“ Die Menge forderte ihn auf: „Erzähl’ uns was Neues!“

Zur großen Überraschung der Mönche begann Śāntideva, die 900 metrischen Sanskritverse zu rezitieren, die wir heute als *Bodhisattvacaryāvatāra* bzw. *Bodhicaryāvatāra* kennen. Als er fast das Ende dieses Textes erreicht hatte, begann er zu schweben. Er stieg immer weiter auf, seine Stimme wurde immer leiser und leiser, und schließlich verschwand er in den Wolken.

Spätestens zu diesem Zeitpunkt hatten die Mönche erkannt, dass sie diesen Studenten wohl stark unterschätzt hatten. Sofort schickten sie mehrere Suchtrupps los. Als diese ihn schließlich fanden, hatte Śāntideva seine Mönchsgelübde schon zurückgegeben und weigerte sich, mit ihnen ins Kloster zurückzukehren. Er lebte als Laie und bevorzugte die Anonymität von jemandem, der durch die Welt wandert, in der Welt lebt und arbeitet. Das Einzige, was er der Klosterdelegation anbot, war, ihnen den Aufbewahrungsort eines Kommentars zu verraten, den er ebenfalls verfasst und in den Dachsparren eines Raums im Kloster

Wie ein Blitz in dunkler Nacht

Anleitungen für das Leben zur Erleuchtung

Das Bodhicaryāvatāra von Śāntideva gehört zu den Lieblingstexten Seiner Heiligkeit des Dalai Lama. Stephen Batchelor, der 1979 die erste englische Übersetzung dieses Textes veröffentlichte, gibt einen Einblick in das Leben des Autors und sein Werk.

versteckt hatte: die Erläuterungen zum *Bodhicaryāvatāra*, die als *Śikṣāsamuccaya* bekannt sind.

Vision eines buddhistischen Lebens

Wir haben es also bei Śāntideva mit einer Person zu tun, die es vorzieht, sich, verborgen vor den Augen der Welt, zu verlieren und die dennoch ein sehr tiefgründiges und sehr schönes Beispiel dessen verkörpert, was ein buddhistisches Leben sein könnte. Wenn wir uns den Text des *Bodhicaryāvatāra* anschauen, finden wir dort auch Hinweise darauf, dass die bevorzugte Lebensweise für jemanden, der den Pfad eines Bodhisattva eingeschlagen hat, eher eine anonyme, eine weltliche ist.

Was diese Verse so eingängig macht, ist unter anderem der für derartige Texte jener Zeit sehr uncharakteristische persönliche Stil. Wenn man sich die Schrif-

ten von großen Gelehrten dieser Epoche in Nordindien anschaut wie Asaṅga, Dharmakīrti oder Chandrakīrti, so sind diese extrem unpersönlich gefasst. Sie sind sehr philosophisch, logisch, analytisch, beinahe pedantisch, aber sie lassen kaum einen Blick auf den Autoren zu, auf den echten Menschen aus Fleisch und Blut hinter diesen Worten. Bei Śāntidevas Text dagegen scheint eine sehr lebhaftere Persönlichkeit durch, was angesichts seines Strebens nach Anonymität, von dem die Legenden wissen wollen, in gewisser Weise schon fast paradox ist.

Dies ist ein Text, der den Leser wirklich anspricht. Man hat nicht das Gefühl, als spräche hier jemand aus einer exaltierten, abgehobenen Perspektive der Erleuchtung heraus zu uns, sondern eher, als lasse hier ein Mensch uns an seinem eigenen inneren Kampf teilhaben.

Für mich haben Śāntidevas Verse auch eine gewisse Poesie. Er hat ein wunderbares Talent für Metaphern, für bildliche und beispielhafte Beschreibungen. Er hat die Fähigkeit, buddhistische

philosophische Ideen und ethische Vorstellungen mit kraftvollen Bildern zu verweben, um ihre Bedeutung auf eine höchst nicht-deskriptive, nicht-analytische Weise einzufangen und uns zu vermitteln.

Bodhicitta

Das *Bodhicaryāvatāra* beginnt mit einem Lobpreis auf Bodhicitta. Bodhicitta ist ein Begriff, den man in der frühen buddhistischen Tradition, in den Pāli-Texten, nicht findet. Er gehört somit zu den wenigen Begriffen des späten Mahāyāna-Buddhismus, die keinen eindeutigen Vorgänger in Pāli haben. *Bodhi* bedeutet wörtlich ‚Erwachen‘ oder ‚Erleuchtung‘ und *citta* ‚Geist‘ oder auch ‚Gedanken‘. Bezeichnet wird damit der Erleuchtungsgeist, eine Art Selbstlosigkeit und universeller Güte und Liebe, einem Wohlwollen für die ganze Welt, das meinem Gefühl nach der christlichen

„WIE EIN BLINDER, DER EIN JUWEL IM ABFALL FINDET, IST EIN ERWACHENDER GEIST IN MIR GEBOREN WORDEN“

Bodhicaryāvatāra III/28

Idee von *agāpē* [göttlich inspirierte uneigennützig Liebe, Anm. d. Red.] sehr nahe steht. Definiert wird Bodhicitta als altruistischer Entschluss, Erleuchtung zum Wohle aller Wesen zu erlangen. Es ist die treibende Kraft, die jemanden dazu motiviert, das Bodhisattva-Gelübde zu nehmen und sich damit zu verpflichten, den Bodhicaryā zu gehen, den Lebensweg des Bodhisattva.

Interessant an Śāntidevas Text ist dessen eigene Beziehung zu Bodhicitta. Es wird gleich in Kapitel I als eine Qualität des Geistes beschrieben, die eines Tages völlig unerwartet in sein Leben einbricht. In einem berühmten Vers beschreibt er dieses Ereignis wie einen hellen Blitz, der in einer dunklen, bewölkten Nacht einen Augenblick lang alles erleuchtet (I/5). Durch die christliche Kultur geprägt würden wir vielleicht an einen Moment der göttlichen Gnade denken, zum Beispiel an die Bekehrungserfahrung von Paulus.

*Wie ein Blitz in dunkler, wolkenverhangener Nacht
einen Augenblick lang alles hell erleuchtet,
so erscheint durch die Macht des Buddha
gleichermaßen selten und flüchtig
ein heilsamer Gedanke in dieser Welt.*

Śāntidevas Sprache zeigt ganz deutlich, was für eine Erschütterung dieses plötzliche tiefgründige Erkennen der Liebe für Andere für ein gewöhnliches

Leben bedeutet. Es ist etwas, das ihm widerfährt. Später im Text verwendet er noch eine andere Metapher, um dies zu beschreiben, und sagt: „Wie ein Blinder, der ein Juwel im Abfall findet, wie ein zufälliges Aufeinandertreffen, ist ein erwachender Geist in mir geboren worden“ (III/28). Es ist so unerwartet wie unwahrscheinlich, dass ein Mensch – und Śāntideva sieht sich hier selbst in gewisser Weise als Blinden –, der durch den Schmutz und den Dreck dieser Welt wandert, plötzlich auf dieses erleuchtende Juwel des Geistes trifft, auf diese strahlende Liebe für Andere. Dies versetzt ihn in höchstes Erstaunen und veranlasst ihn zu einem beinahe ekstatischen Lobpreis darüber, was da mit ihm geschehen ist.

Die Grundlagen

Kapitel II beginnt dann mit einem Gebet und Darbringungen an die Buddhas und Bodhisattvas, gefolgt von einem langen Abschnitt des Bekennens. Auf fast dämonische Weise sieht sich Śāntideva von ungeschickten und unheilsamen Gedanken beherrscht. Also bekennt er alles, was er falsch gemacht hat, und versucht, sich von all dem zu reinigen, was im Gegensatz zu diesen Gefühlen der Liebe steht, die in ihm wachsen. Diese überwältigende Empfindung von Liebe, von Bodhicitta, die, ihm selber unerklärlich, in sein Leben gekommen ist, gipfelt darin, dass er das Bodhisattva-Gelübde nimmt (III/22ff). An diesem Punkt wird aus dem Gefühl ein Entschluss, eine Verpflichtung zum Handeln. Es folgen praktische Übungen, damit dieser Entschluss Früchte tragen kann.

Ich sehe in diesen ersten Kapiteln eine Art spiritueller Autobiographie. Am Anfang steht ein Moment der Euphorie: das idealistische, aber vielleicht völlig unrealistische Streben, zum Wohle aller

Wesen zu erwachen. In den folgenden Kapiteln kommt Śāntideva dann wieder auf den Boden der Tatsachen zurück. In Kapitel IV finden wir eine Folge von Versen, in denen das emotionale Hochgefühl übergeht in ein „Und was nun?“. In einem Passus heißt es gar: „Ich muss verrückt gewesen sein, dass ich dieses Gelübde auf mich genommen habe. Ich muss völlig von Sinnen gewesen sein. Das kann ich doch überhaupt nicht leisten. Aber nachdem ich diese Verpflichtung mit solch einer Aufrichtigkeit eingegangen bin, kann ich doch jetzt keinen Rückzieher machen“ (IV/42).

Er fühlt sich also in einer Zwickmühle. Vielleicht fühlen auch wir uns gelegentlich so und können das sehr gut nachempfinden. Manchmal verpflichten wir uns in einem Moment großer Euphorie dazu, Erleuchtung oder was auch immer zu erlangen und für den Rest unseres Lebens selbstlos zu leben, nur um später dann herauszufinden, dass so ein Entschluss allein natürlich nicht ausreicht, all die anderen Konditionierungen, Gewohnheiten und Kräfte in unserem Geist, die uns in eine ganz andere Richtung zerrren, außer Kraft zu setzen. Also stecken wir in einem Dilemma. Dies kann ein Konflikt sein wie bei Śāntideva oder auch nur in dem Vorsatz bestehen, achtsamer zu sein, wenn unsere Gedanken überall herumschweifen. Manchmal ist es ein mühsamer Kampf, dem treu zu bleiben, was wir am höchsten schätzen. Śāntideva ist sich dieses Ringens bewusst.

In Kapitel IV kommen Zweifel und Besorgnis auf, als er erkennt, wie schwer es sein wird, seinen Vorsatz einzuhalten, und wie ungeeignet er seinem Selbstverständnis nach eigentlich ist, solch einen Weg einzuschlagen. Er weiß aber auch, dass er seine innere Integrität und seinen Wertekodex nur aufrechterhalten kann, wenn er seinem Entschluss, das Bodhicitta-Gelübde einzuhalten, folgt.

Die Übungen

Von diesem Punkt an befasst sich der Text mit dem, was im Mahāyāna-Buddhismus als die „Sechs Vollkommenheiten“ [auch *Pāramitās*, Anm. der Red.] bekannt ist, wobei ‚Vollkommenheiten‘ meiner Meinung nach keine besonders treffende Übersetzung ist. Ich ziehe es vor, von den „Sechs transzendierenden Übungen“ zu sprechen, also Übungen, die uns aus unserem in gewisser Weise beschränkten und verwirrten Zustand in einen anderen Daseinszustand führen, in dem diese Beschränkungen überwunden sind. Diese Übungen sind die Ethik (V), Toleranz oder Geduld (VI), Enthusiasmus, Tatkraft oder Anstrengung (VII), Meditation (VIII) und Weisheit (IX). Das zehnte und letzte Kapitel dann ist eine Widmung, die manchmal als die Vollkommenheit der Großzügigkeit, der ersten *Pāramitā*, verstanden wird.

Die Übung des ethischen Verhaltens wird nicht ausdrücklich als solche bezeichnet, sondern wird aus dem Zusammenhang deutlich. Śāntideva nennt sie in Kapitel V das Behüten der ‚klaren Bewusstheit‘, auf Pāli *sampajañña*, also klare Bewusstheit und Achtsamkeit. Im ersten Drittel dieses Kapitels gibt es einige Passagen, die zu dem Nützlichsten zählen, das ich je an Ratschlägen und Anweisungen dazu gefunden habe, wie Achtsamkeit und Bewusstheit zu kultivieren sind. Dazu gehört auch das Sich-Erinnern. So enthält die Praxis der Achtsamkeit das Erinnern an die eigenen Verpflichtungen und Entschlüsse, wodurch eine klare Bewusstheit, Präsenz und Offenheit des Geistes, *sampajañña* eben, kultiviert wird. Dies erfolgt durch Wachsamkeit gegenüber den potentiellen Kräften im eigenen Geist, die diese klare Bewusstheit verderben und zerstören können. Śāntideva vergleicht die *kleśas*, jene geistigen Verwirrungen und Bedrängnisse, mit Dieben, die in die Ruhe

und Klarheit des Geistes einbrechen und danach trachten, unsere Praxis, unsere Entschlossenheit, unsere Wertvorstellungen zu unterminieren.

Dieses Gefühl hat sicherlich jeder von uns schon einmal erlebt, wenn er meditiert. Wenn wir zum Beispiel dasitzen und versuchen, unsere Aufmerksamkeit auf den Atem gerichtet zu halten, überfällt uns ganz plötzlich der Gedanke an ein Problem, eine Sorge drängt sich auf, oder wir geben uns Phantasien hin oder denken zwanghaft an jemanden, den wir nicht mögen. Es ist, als hätten diese Gedanken ein gewisses Eigenleben, als seien sie unabhängig von uns – wie

**„ICH SOLLTE
ALLE MENSCHEN
BESCHÜTZEN
WIE MICH SELBST,
DENN IN
FREUDE UND LEID
SIND WIR ALLE
GLEICH“**

Bodhicaryāvatāra VIII/90

Diebe eben, die in unser Haus einbrechen. Śāntidevas Ratschlag, wie man damit umgehen sollte, ist, sie weder gewaltsam hinauszuerwerfen, noch sich gar mit ihnen zu arrangieren, sondern ruhig und gewissermaßen passiv zu bleiben wie ein Stück Holz (V/34).

Die Bedeutung dieses Ratschlags kann ich aus eigener Erfahrung bekräftigen. Ich empfinde es zum Beispiel als sehr hilfreich, wenn man Angst und Sorge einfach vorüberziehen lassen kann:

Weder hängen wir diesen Gedanken nach, noch unterdrücken wir sie, noch versuchen wir, sie irgendwie umzudeuten, abzulehnen oder zu leugnen, z.B. indem wir denken: „Ich wünschte, ich würde mich nicht so fühlen.“ Śāntideva lehrt uns, dass man mit den Geschehnissen in Kontakt sein soll, jedoch ohne in irgendeiner Form auf sie zu reagieren.

In Kapitel VI dann behandelt er die Praxis der Geduld. Vereinfacht ausgedrückt versteht er Geduld als Heilmittel oder Gegenmittel gegen Wut und Hass. Er beschreibt, wie wir mit den zerstörerischen Emotionen von Abneigung und Hass umgehen können, welche die gewaltige Kraft haben, uns in alle möglichen Konfliktsituationen zu treiben, uns von den anderen zu entfremden und innerlich zu verbrennen.

Kapitel VII befasst sich mit der Praxis der Begeisterung – so übersetze ich den Sanskrit-Begriff *vīrya*. Begeisterung bedeutet, sich an geschickten Mitteln und an der eigenen Praxis zu erfreuen. Dieses *vīrya*, das manchmal auch mit ‚Tatkraft‘ übersetzt wird, hat also eine freudvolle Qualität. Begeisterung wirkt der Faulheit oder einem Schwelgen in negativen Gedanken entgegen. Die psychologischen Erkenntnisse dieses Kapitels sind beträchtlich. Es ist meiner Meinung nach die wohl scharfsinnigste Analyse der ‚rechten Anstrengung‘, auf die ich je in der buddhistischen Literatur gestoßen bin.

Im achten Kapitel geht Śāntideva auf die Praxis der Meditation selbst ein und auf die Bedingungen für eine längere Meditation in Zurückgezogenheit. Wir haben bis hierher also die achtsame klare Bewusstheit kultiviert, diesen klaren Sinn für moralisches Handeln, wir haben die Fähigkeit hervorgebracht, Feinde und negative, störende Kräfte in unserem Leben zu tolerieren, geduldig zu sein, und wir haben auch Begeisterung für unsere Praxis entwickelt, um uns nun in die Berge zurückzuziehen: Der erste Teil des

Kapitels handelt vom Lobpreis der Einsamkeit und dem Leben in Abgeschiedenheit (VIII/26).

Man zieht sich also zurück, und wenn man sich in seiner Meditation eingerichtet hat, gelangt man zur Kultivierung von Bodhicitta selbst. Dieses Kapitel, beginnend bei Vers 90, ist der Schlüssel zum ganzen Text. Um Bodhicitta zu kultivieren, schlägt Śāntideva vor, dass wir die ganze Welt, das ganze Leben als einen einzigen Organismus, als einen einzigen Körper ansehen sollen. Er zieht den Vergleich mit einer Hand, die sofort versuchen wird, einen Schmerz am Fuß zu beseitigen, obwohl die Hand selbst gar nicht schmerzt, und fragt, warum wir nicht gleichermaßen versuchen, den Schmerz einer anderen Person oder den anderer Lebewesen zu beseitigen. Wenn wir unsere Existenz als empfindsame Wesen begreifen würden als einem einzigen Organismus oder Körper zugehörig, dann würden wir uns spontan und ohne zu zögern dem Leid der Anderen zuwenden.

Dies ist ein Bild für eine Art universeller Empathie. Man gelangt dorthin, indem man den schützenden und betäubenden Panzer der Selbstbezogenheit zerbricht und abstreift. Wenn unsere Selbstbezogenheit zu schwinden und zusammenzubrechen beginnt, erhaschen wir vielleicht einen flüchtigen Blick auf die Tatsache, dass unser Dasein, wer wir sind, aus einer Matrix an Beziehungen zu anderen entsteht, dass es ohne ein ‚du‘ kein ‚ich‘ geben kann. Dabei handelt es sich bereits um eine Vorstufe des philosophischen Verständnisses von Selbstlosigkeit, von Leerheit.

Für Śāntideva ist Mitgefühl, das Sich-Einsetzen für Andere im altruistischen Sinn, kein geplanter, bewusster Akt. Es ist einfach ein spontaner Impuls, der entsteht, sobald man die beschüt-

„SOLANGE DER RAUM BESTEHT, UND SOLANGE ES FÜHLENDE WESEN GIBT, SOLANGE MÖGE AUCH ICH VERWEILEN, UM DAS LEIDEN DER WELT ZU BEENDEN“

Bodhicaryāvatāra X/55

zende und ichbezogene Besessenheit von ‚mein‘ und ‚meine Interessen‘ zerstört hat. Dieses Verständnis von Mitgefühl ist dem vergleichbar, was Thich Nhat Hanh ‚Inter-Sein‘ nennt: gegenseitige Abhängigkeit, gegenseitige Verbundenheit des Lebens als Grundlage für eine natürliche und spontane Fürsorge. Die entsprechende Praxis wird ‚Austausch von sich selbst mit dem Anderen‘ genannt. Es gibt eine Anzahl an Versen in diesem Kapitel, in denen buchstäblich ‚ich‘ und ‚du‘ umkehrt werden.

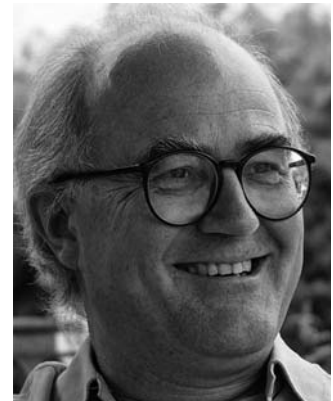
Kapitel IX schließlich behandelt die Kultivierung von Weisheit, die Śāntideva als befreiende Einsicht versteht. Sie ist der Schlüssel zur Zerstörung der eigenen Schranken und Zögerlichkeiten. Es gibt eine lange Abfolge von Versen, in denen er die Bedeutung von Śūnyatā oder Leerheit erforscht. Dabei greift er auf große Teile der bud-

dhistischen philosophischen Debatte im 8. Jh. zurück und verlässt die Unmittelbarkeit und Direktheit der vorangegangenen Kapitel.

Śāntideva schließt in Kapitel X mit einer Widmung von Verdiensten, einem Fortgeben von allem, was er mit uns geteilt hat, was er in seinem eigenen Leben und in seiner eigenen Praxis kultiviert hat. Er gibt es hin für andere und ergießt sich selbst hinaus in die Welt.

Aus dem Englischen transkribiert und übersetzt von Marion Pielage

Der Text beruht auf einem Vortrag, den der Autor 2003 gehalten hat. Download (engl.) unter: <http://tinyurl.com/n8pzx5r> Batchelors Übersetzung des BCV finden Sie unter: <http://tinyurl.com/3yvzars>



STEPHEN BATCHELOR, 63, ist buddhistischer Autor, Lehrer und Übersetzer. Er erhielt seine Ausbildung u.a. in Dharamsala als Mönch in der tibetischen Tradition. Ende der 70er Jahre war er der erste, der Śāntidevas Hauptwerk ins Englische übertrug. Ab 1979 war er einige Zeit Übersetzer von Geshe Thubten Ngawang am Tibetischen Zentrum in Hamburg. Heute lebt Batchelor mit seiner Frau in Frankreich. Siehe: www.stephenbatchelor.org