

Helmut Poller

Fernkurs Grundlagen des buddhistischen Tantra

Einjähriger Kurs Hīnayāna und Mahāyāna (Sutra-Kurs)

Teil Zwei

kiaos.net

Buddhistisches Tantra

Texte - Seminare - Gruppen- Einzelberatung

Sittlichkeit - *śīlā*

Wir haben in Teil Eins die drei Übungsgebiete Sittlichkeit, Meditation und Wissen erwähnt und besprechen nun die Sittlichkeit. Auf den ersten Blick klingen die nun folgenden Regeln ähnlich wie die zehn Gebote der Christen, aber so sind sie in keiner Weise gemeint. Es handelt sich um ÜBUNGEN, deren Durchführung bereits zu den ersten Resultaten des Pfades führt und die das Fundament der weiteren Stufen des Pfades bilden (das *Śrāvakayāna* wird meistens als Stufenweg aufgefasst, im *Mahāyāna* gibt es eine Auffassung als Stufenweg und eine stufenlose Auffassung).

Es handelt sich nicht um von Gott diktierte Gebote, und das Zuwiderhandeln wird von Gott bestraft, sondern es handelt sich um aus hundertprozentiger Selbstverantwortung freiwillig angenommene Übungen. Die einzige Begründung, welche der Buddhismus für das Empfehlen dieser Übungen gibt, sind die positiven karmischen Folgewirkungen im Falle des Übens und die negativen im Falle des Nicht-Übens, dabei kommt es aber immer auf die TATSÄCHLICHEN Wirkungen an, ein und dieselbe Tat wirkt keineswegs immer gleich, es kommt auf den Täter, dessen Motivation und viele andere Faktoren an. Wir werden das Karma-Thema später noch genauer besprechen, es sei vorgeschickt, dass es sich dabei nicht um ein simples Lohn-Strafe-System handelt, welches einfach für jede Handlung eine bestimmte Folge auflistet.

Alle spirituellen Systeme des alten Indien kennen Regeln, an die sich die Praktizierenden halten sollten, im klassischen achtfachen Yoga-Pfad zum Beispiel enthalten die beiden ersten Pfadglieder solche Regeln. Es handelt sich dabei immer um eine Mischung aus allgemeinen ethischen Regeln und Benimm-Regeln für die Angehörigen der jeweiligen Gruppe, die zweiten sind oft sehr detailliert. Im Buddhismus gibt es zwei Arten von Zugehörigkeit zur Gruppe der Übenden (dem *Sangha*), als Mönch bzw. Nonne und als "Laie", wir haben im Teil Eins auf die Falschheit dieser Übersetzung hingewiesen und werden dafür im Zusammenhang mit dem Sutra-System künftig die Sk. Worte *Upāsaka* (masc.) oder *Upāsikā* (fem.) verwenden, später im Tantra dann wie schon gesagt Yogi und Yogini.

Vollordinierte Mönche und Nonnen haben hunderte Regeln einzuhalten, die zum Beispiel eine genaue Liste der Gegenstände vorgeben, die ein Mönch besitzen darf, wir werden dieses Thema nicht weiter behandeln. Für die *Upāsikā* gibt es Sammlungen von fünf, acht oder zehn Regeln. Die acht bzw. zehn Regeln spielen nur in Ländern eine Rolle, in denen es einen bedeutenden *Theravāda-Sangha* gibt, die *Upāsikās* nehmen dort zeitweise einige Regeln auf sich, die sonst nur die Mönche halten (z. B. Verzicht auf Schminke), wer es genauer wissen will: [hier](#)

Für alle *Upāsikās* relevant und im Falle formaler Zugehörigkeit verbindlich sind die folgenden fünf Regeln, *Pañcasīla* genannt. Da über diese in Literatur und Web leider sehr viel nicht Zutreffendes verbreitet wird, was aus den Quellen überhaupt nicht ableitbar ist, müssen wir sie im Einzelnen besprechen.

Zunächst der Wortlaut in Pali (wird von den Anhängerinnen häufig einmal am Tag rezitiert) mit Übersetzung:

Pañcasīla

Fünf sittliche Regeln

Pānātipātā veramani sikkhapadam samādiyāmi

Lebende Wesen töten - ich nehme die Regel an, davon Abstand zu nehmen.

Adinnādānā veramani sikkhapadam samādiyāmi

Nicht Gegebenes nehmen - ich nehme die Regel an, davon Abstand zu nehmen.

Kāmesu micchācāra veramani sikkhapadam samādiyāmi

Falsches sexuelles Verhalten - ich nehme die Regel an, davon Abstand zu nehmen.

Musāvāda veramani sikkhapadam samādiyāmi

Falsche Rede - ich nehme die Regel an, davon Abstand zu nehmen.

Surā meraya majja pamādatthānā veramani sikkhapadam samādiyāmi

Berauschende Mittel nehmen, die Anlass zur Nachlässigkeit sind - ich nehme die Regel an, davon Abstand zu nehmen.

Soweit die originalen Worte des Buddha. Was bedeutet das nun alles für uns Europäer des 21. Jahrhunderts - und was bedeutet es vor allem nicht?

Die ersten drei dieser Regeln gehören unter "Rechtes Tun" auch zum "edlen achtfachen Pfad", in [Anguttara Nikaya X 176](#) kommentiert der Buddha dazu selbst:

"Da hat einer das Töten lebender Wesen verworfen, vom Töten lebender Wesen steht er ab. Stock und Schwert verwerfend zartfühlend, liebevoll, ist er auf das Wohl aller lebenden Wesen und Geschöpfe bedacht. (...)

Das Stehlen hat er verworfen, vom Stehlen steht er ab. Nur was man ihm gibt, nimmt er an, wartet bis man es ihm gibt, und ehrlichen und lauterem Herzens verweilt er. (...)

Unzulässigen Geschlechtsverkehr hat er verworfen, von unzulässigem Geschlechtsverkehr steht er ab. Mit Mädchen, die unter der Obhut von Vater, Mutter, Eltern, Bruder, Schwester, Verwandten, unter der Obhut der Sippe oder des Gesetzes stehen, oder mit verheirateten Frauen, Gefangenen, bis zu den blumengeschmückten Bräuten: mit allen diesen pflegt er keinen geschlechtlichen Umgang."

Töten

Der erste Punkt wird oft so interpretiert, dass vegetarische Ernährung vorgeschrieben wäre. Das ist NICHT der Fall. Es gibt sogar eine Stelle im PK, wo dem Buddha vorgeschlagen wird, das Verbot des Fleischessens als Regel einzuführen, das verweigert er ausdrücklich und in klaren, nicht anders interpretierbaren Worten. Das hat damit zu tun, dass die Mönche und Nonnen sich ausschließlich von erbettelter Nahrung ernähren mussten, gegessen wurde, was in die Almosenschale kam. Es hat aber auch mit den oft bizarr-detaillierten Ernährungsvorschriften anderer indischer Lehren zu tun, der Buddha war eben der Meinung, dass die Erleuchtung nicht davon abhängt, was man isst oder nicht isst. Es steht dir als Übende natürlich frei, vegetarisch, vegan oder nach welcher Diät auch immer zu leben, aber auf den Buddhismus kannst du dich dabei nicht berufen.

Es gibt gewisse Mahayana-Sutras, welche Fleischessen negativ bewerten, und es gibt eine Menge zeitgenössische Lamas, die unter klarer Verfälschung des Buddhawortes behaupten, dass der Buddha das Fleischessen verboten hätte, hat er aber nicht. Im höheren Tantra ist das Verwenden und Konsumieren (wenigstens in kleiner Menge) von Fleisch definitiv vorgesehen, um nicht zu sagen vorgeschrieben (sogen. Samaya-Substanz), auch das hat damit zu tun, dass man sich von brahmanischen Reinheitsvorschriften und Ernährungskulten diverser Sadhu-Sekten abgrenzen wollte, es gibt dafür noch tiefere Gründe, die im Tantra-Kurs abgehandelt werden. Vor 2500 Jahren war die heutige industrialisierte Fleischproduktion natürlich unbekannt, welche völlig achtlos mit den Tieren umgeht. Im Sinn der noch zu behandelnden Mahayana-Ethik wäre ein Verzicht auf Fleisch aus Massentierhaltung durchaus argumentierbar.

Im Buddhismus gibt es keine Ernährungsvorschriften, wer etwas anderes sagt, lügt absichtlich oder ignoriert bewusst die Gesamtheit der Quellen - so einfach ist das. Wer sich gut genug auskennt, kann oft eine Quelle finden, welche die eigene Ansicht bestätigt, aber auf diese Weise sollte man nicht verfahren, sondern zugeben, dass es gegenteilige Ansichten in den Quellen gibt - selber denken und entscheiden ist eben erforderlich, es genügt nicht, sich auf irgendeine Quelle als DIE Quelle zu berufen. Jeder praktizierenden Buddhistin ist es freigestellt, sich für irgendwelche Ernährungsregeln zu entscheiden.

Im Mahayana geht es bei allen sittlichen Regeln nicht nur darum, im Sinn des eigenen spirituellen Heils irgend etwas zu vermeiden, es geht immer darum, aus Mitgefühl und Selbstverantwortung heraus der eigenen Umgebung zu vermitteln, was zur Befreiung vom Leiden führt und was nicht. Die gravierendste Verletzung unserer ersten Regel ist aber wohl das Töten von Menschen, sinngemäß natürlich auch Gewalt, Folter und Grausamkeit jeder Art. Wir denken vielleicht, dass wir ohnehin niemanden ermorden, aber so einfach ist das nicht. Die von uns gewählte (deutsche) Regierung beteiligt(e) sich an einem Krieg, der von vielen als Angriffskrieg der Nato gesehen wird, die Führungsmacht in der Nato wiederum stand eine Zeit lang unter der Führung eines amerikanischen Präsidenten (Bush), welcher Folter als Nicht-Folter bezeichnet hat und den viele als Kriegsverbrecher sehen. Die deutsche Regierung und die deutsche Wirtschaft machen glänzende Geschäfte mit der Folterdiktatur China, in welcher die Menschenrechte prinzipiell und systematisch mit Füßen getreten werden, in Österreich ist es nicht anders. Diese ewige Diskussion um das Fleischessen lenkt davon ab, worum es beim Verbot des Tötens für Buddhisten wirklich geht:

Das AKTIVE Vorgehen gegen Krieg, Kriegshetzer, Kriegsverbrecher, Kriegsgewinnler, Kriegsindustrie, Folterknechte in Polizei und Militär (auch in Europa!), Entführung von angeblichen Terroristen aus Europa in Territorien, wo sie der Folter unterworfen wurden - sitzt einer der beteiligten deutschen Minister im Gefängnis? Ich weiß schon, man kann das alles anders sehen, von einer anderen Warte aus, die Datenlage bei europäischer Regierungskriminalität ist meistens dürftig, das Terroristen-Foltern ist doch nur Notwehr, um unsere "Freiheit" zu bewahren. Von den Thronen spiritueller Meister habe ich drei Jahrzehnte lang nichts zu diesen Fragen gehört, immer

nur Fleischessen, das wird oft und gern diskutiert. Jede Praktizierende von buddhistischem Tantra soll und kann die sittlichen Regeln bezüglich Mord und Gewalt nach eigenem Gutdünken interpretieren. In meiner persönlichen Interpretation bedeutet diese Regel, abgesehen davon, dass ich nur aus Notwehr Gewalt gebrauchen würde, eine pazifistische Politik zu verfolgen und jede Person einzusperren und vor den internationalen Strafgerichtshof zu stellen, die sich Verbrechen schuldig gemacht hat, für die dieser Gerichtshof zuständig ist (Völkermord, Kriegsverbrechen, Verbrechen gegen die Menschlichkeit).

Gelange zu deiner eigenen Interpretation und verfechte sie.

Stehlen

Wir kommen zu Punkt Zwei, dem Stehlen. Wir stehlen nichts, natürlich, nie und nimmer. Wir legen nur das Geld für unsere Pension in eine Versicherung oder Bank, die es ihrerseits in Aktien oder Wetten auf die Kurse von Aktien oder Währungen anlegt (sogen. Derivate), wenn diese Spekulationen, die eigentlich immer nur auf Kosten irgendwelcher anderer Leute erfolgreich sind, einmal ordentlich schief laufen, macht das auch nichts, das dürfen dann die eigenen Steuerzahler abdecken, "Too big to fall" lautet dann das Mantra, oder "Geht es der Wirtschaft gut, geht es allen gut". Wir haben auch kein Problem damit, dass unsere Tomaten von rechtlosen schwarzen Sklaven in Spanien produziert werden und unsere spottbilligen Handys von rechtlosen gelben Sklaven in Asien. Wir können nicht ständig über all diese Zusammenhänge nachdenken, und wir können diesem komplex wechselseitig verflochtenen System nicht entfliehen, aber wir sollten wissen, dass unser Reichtum nicht unserer "Leistung" entspricht, sondern einem völlig erbarmungslosen und zutiefst gestörten System, welches die Unterschiede zwischen reich und arm immer größer macht, international, aber auch innerhalb unserer eigenen Gesellschaft. Auch diese Fakten scheinen unsere spirituellen Moralprediger nur wenig zu bekümmern, gerade asiatische Länder mit einem merklich vorhandenen buddhistischen Einfluss scheinen nur eines wirklich und unbedingt zu wollen: In möglichst kurzer Zeit möglichst viel Geld zu machen. Auch hier liegt es wieder an uns, eigenständig und selbstverantwortlich eine individuell passende Wirtschaftsethik zu finden, welche geeignet ist, die Leiden der Menschen zu vermindern und nicht zu vermehren.

Sexuelles Fehlverhalten

Am meisten Unsinn hört und liest man bezüglich Punkt Drei, dem sexuellen Fehlverhalten. Nicht nur die christliche Moral scheint sich an diesem Punkt geradezu festzubeißen, auch die zeitgenössischen Buddhisten scheinen ein ziemliches Problem mit freier Liebe zu haben, ganz absurd wird es dann bei den Übenden des tantrischen Buddhismus - ursprüngliches Tantra kreist zwar nicht hauptsächlich um sexuelle Praxis, aber die Erfüllung aller sexuellen Wünsche und die Integration der so gewonnenen Energie in den Pfad gehört selbstverständlich dazu. Für Mönche sind sexuelle Handlungen generell verboten (detailreich ist jeder denkbare Fall in den Ordensregeln ausgeführt: mit sich selbst, mit Tieren, mit Frauen, mit anderen Mönchen, auch nur in Gedanken - alles verboten). Nun gut, Mönche sind nun mal auch über das Zölibat als solche definiert, wir müssen da auch an die indische Gesellschaft zur Zeit Buddhas denken: Sehr viele, wenn auch keineswegs alle anderen spirituellen Richtungen kannten zumindest für einen Teil der Lebenszeit das Zölibat - die buddhistische Lehre wäre möglicherweise rasch untergegangen, wenn es nur den *Upāsikā-Sangha* gegeben hätte.

Andererseits hat wohl keine Kultur eine vergleichbar verfeinerte erotische Kultur hervorgebracht wie das alte Indien, in einer Weise offen und tolerant, wie man es sich angesichts der heutigen - von

den Engländern übernommen - Prüderie in Indien kaum vorstellen kann, selbst die moslemischen Herrscher Indiens pflegten eine hohe erotische Kultur, dokumentiert in Wort (Märchen aus 1001 Nacht) und Bild. Buddha stammte aus einem fürstlichen Geschlecht, er wurde anlässlich seiner Heirat wie damals in der Oberschicht üblich gleichzeitig mit einer oder mehreren weiteren Konkubinen versehen, deren einzige Aufgabe wohl in der Luststeigerung bestand (sein Vater war mit zwei Schwestern verheiratet, auch das war in dieser Kultur normal), nach seinen eigenen Worten war ihm vor seinem Weg in die Askese alles aus dem Reich der Erotik durch eigene Erfahrung bekannt geworden. Unmittelbar vor seiner Flucht aus dem Königspalast nimmt er an einer Art Orgie mit nackten Tänzerinnen und Musikantinnen teil (all das wurde auch inszeniert, um ihn im Palast zu halten, was aber vergeblich war). Jedenfalls kannte er die zeitgenössische erotische Kultur aus der Perspektive eines reichen Mitglieds der Oberschicht - dort war ALLES möglich, wovon uns die erotischen Statuen-Gruppen und Liebes-Lehrbücher Indiens berichten.

Zitieren wir noch einmal Buddhas Kommentar zum Punkt des sexuellen Fehlverhaltens:

"Unzulässigen Geschlechtsverkehr hat er verworfen, von unzulässigem Geschlechtsverkehr steht er ab. Mit Mädchen, die unter der Obhut von Vater, Mutter, Eltern, Bruder, Schwester, Verwandten, unter der Obhut der Sippe oder des Gesetzes stehen, oder mit verheirateten Frauen, Gefangenen, bis zu den blumengeschmückten Bräuten: mit allen diesen pflegt er keinen geschlechtlichen Umgang."

Das bedeutet, wenn man es aus der damaligen Zeit und Kultur heraus liest, folgendes:

Dass nur Männer adressiert werden, versteht sich aus der Zeit, dass auch Frauen zu aktivem sexuellen Mißbrauch fähig sind, wird auch bei uns erst seit dem 20. Jahrhundert zugegeben. Verboten ist nur der Sex mit Minderjährigen und abhängigen Sklavinnen, die nicht bestimmen können, mit wem sie sich vereinigen, sowie aus dem gleichen Grund mit weiblichen Gefangenen. Dass Vergewaltigung verboten ist, versteht sich in diesem Zusammenhang von selbst.

Mit dem Ehebruch ist es so eine Sache: Sexuelle Monogamie galt nämlich wie oben ausgeführt nicht als spirituelle Wertvorstellung, schon gar nicht in der Oberschicht. Gemeint ist wohl, und das zeigen auch andere Kommentare, dass es nicht erlaubt ist, ein Paar zu trennen, indem die Frau ihrem Mann abspenstig gemacht wird (siehe die "blumengeschmückte Braut"). Nicht einmal der Erwähnung wert sind diverse sexuelle Praktiken, offenkundig und aus dem kulturellen Kontext heraus klar ist es, dass alles erlaubt ist, was die Beteiligten wollen. Auch Homo- und Bisexualität wird nicht erwähnt, dass es zum Beispiel bei den Festen der Oberschicht regelmäßig zu intimen Kontakten zwischen den beteiligten Frauen kam, ist aus anderen Quellen und bildnerischen Kunstwerken sicher. Prostitution liegt in einem Grenzbereich, handelt es sich um niedrige, billige Prostitution, wird sie verboten sein, weil hier die materielle Abhängigkeit ausgenutzt wird, die höheren Formen sind wohl erlaubt. Bekannt ist die Geschichte von Ambapali, sie gehörte zur höchsten Klasse von Kurtisanen, sehr schön, sehr reich und sehr gebildet. Der Buddha nahm ihre Einladungen zum Essen lieber an als jene der Aristokraten der Stadt, später schenkte sie den Mönchen eine Zuflucht für die Regenzeit (eines der ersten Klöster).

Auch Masturbation wurde nicht untersagt, diese Kultur versuchte die Jugendlichen möglichst bald nach der Geschlechtsreife zu verheiraten, die Ehen waren meistens arrangiert. Es war auch kein Tabu, ohne Ehe Sex zu haben. Wir sind nicht bei den Christen, wir sind nicht im Islam, wir sind in Indien 500 vor unserer Zeitrechnung.

Zusammengefasst, für *Upāsaka* und *Upāsikā* gilt folgende Sexualmoral: Erlaubt ist alles, was zwei erwachsene Menschen einvernehmlich miteinander als erotische Praxis ausführen. Ihr werdet im ganzen PK keine einzige Stelle finden, die etwas anderes besagt, abgesehen natürlich vom großen Verbotskatalog für Mönche.

Da können wir ja aufatmen, aber wieso gilt der Buddhismus dann als sexualfeindlich?

Das ist deswegen so, weil die Mönche in ihm die Übermacht bekamen, deren Theorien, die sie üblicherweise und falsch als Buddha-Wort darstellen, sind aber für Menschen mit Erotik-Leben genauso gut geeignet, wie Eheberatung durch zölibatäre katholische Priester. Hören wir etwa den heutzutage international bekannten vietnamesischen Meister *Thích Nhất Hạnh* (er lässt sich erfolgreich als Zen-Meister ausgeben, seine Lehre hat mit Zen aber eigentlich nichts zu tun) über das sexuelle Fehlverhalten:

"Im Bewusstsein des Leids, das durch sexuelles Fehlverhalten entsteht, gelobe ich, Verantwortungsgefühl zu entwickeln und Wege zu erlernen, die Sicherheit und Integrität von Individuen, Paaren, Familien und der Gesellschaft zu schützen. Ich bin entschlossen, keine sexuellen Beziehungen einzugehen, die nicht von Liebe und der Bereitschaft zu langfristigem Zusammensein getragen sind. Ich bin entschlossen, meine Bindungen und die Bindungen anderer zu respektieren, um unser aller Glück zu erhalten. Ich will alles tun, was in meiner Macht steht, um Kinder vor sexuellem Missbrauch zu schützen und verhindern, dass Paare und Familien durch sexuelles Fehlverhalten auseinander brechen." [Zitat](#)

Davon heisst es dann noch, zig-fach verbreitet im Web, dass der Meister auf diese Weise die fünf Silas in eine zeitgenössische Sprache ÜBERSETZT hat. Übersetzt? Klingt das wie eine Übersetzung vom oben angeführten Original? Es handelt sich um einen typisch manipulativen Text, der jeden Mensch nicken lässt (außer denen, die gerade nicht in einer Liebesbeziehung sind ...), man nickt, man findet es irgendwie spirituell, das Gerechtigkeitsempfinden stimmt zu, schon allein wegen der Erwähnung des Mißbrauchs von Kindern, dass der Buddha niemals derartiges gesagt hat noch sagen hätte wollen, tut nichts zur Sache. Menschliche Sexualität existiert nun mal auch außerhalb von Liebesbeziehungen, außerhalb von Ehe und Familie, und jawohl: Das Hinayana hat kein Problem damit, das Mahayana hat kein Problem damit, das Vajrayana hat kein Problem damit. Die Mönche all dieser Fahrzeuge haben aber ein ziemliches Problem damit, es ist bei ihnen wie im Christentum und Islam: Sex außerhalb einer Beziehung, womöglich noch priesterlich registriert, ist sündig und verboten. Diese irrige Meinung wird aber auch von Nicht-Mönchen übernommen, zum Beispiel vom bekannten zeitgenössischen britischen Meister Ngakpa Chögyam (gibt sich erfolgreich als tibetisch-autorisierte Lama aus, in Wirklichkeit vertritt er ein selbst erfundenes System). Er interpretiert die fünf Silas, angeblich von einer eulenköpfigen Dakini geflüstert, bezüglich der dritten Regel so:

(...) Because of this we discourage 'open relationship' in our public teachings. As far as our own apprentices are concerned – open relationship and promiscuity are not deemed appropriate behaviour. It is deemed impossible to practice the Khandro Pawo Nyi-da Mélong Gyüd unless one is monogamous in one's relationship. Serial monogamy is perfectly acceptable within these terms of reference (...)

Wer die seltsame Begründung nachlesen will: [hier das ganze Zitat](#)

Ngakpa Chögyam meint dann noch, dass nur sehr erleuchtete Wesen wie Padmasambhava in der Lage wären, mehrere sexuelle Beziehungen gleichzeitig zu haben, aber andere eben nicht. All das sind seine persönlichen Phantasien, nirgendwo in den Tantras, schon gar nicht in den nondualen Dzogchen-Lehren, wird die Forderung nach sexueller Monogamie erhoben. Nur wer immer nur eine Frau oder einen Mann zur gleichen Zeit hat, kann befreit werden - die frühen Meister der Tantras würden vor Lachkrämpfen von ihren Lotussitzen fallen, wenn sie diesen Unsinn hören müssten. Der Westler nickt hingegen wieder mal, das kennt er doch von wo, diese Forderungen.

An zwei Merkmalen kann man immer erkennen, dass man es mit einer Sekte zu tun hat: Ernährungsvorschriften und unnötige Sex-Vorschriften, die über das Verbot von Vergewaltigung, Sex mit Kindern und ähnliches hinaus gehen. In den nondualen Dzogchen Lehren gibt es im übrigen grundsätzlich keine Vorschriften des Tuns und Lassens, wer solches Regelzeug als Dzogchen ausgibt, hat keine Ahnung.

Aber es kommt noch viel schlimmer, hören wir Paltrul Rinpoche, einen bedeutenden tibetischen Dzogchen-Meister des 19. Jahrhunderts, aus seinem im Westen viel gelesenen Werk "Die Worte meines vollendeten Meisters" ein Kommentar zu den vorbereitenden Übungen, deren Absolvieren angeblich erforderlich ist, wenn man Dzogchen verstehen will:

Aus dem 4. Kapitel, Karma, das Gesetz von Ursache und Wirkung, Zitat:

Sexuelles Fehlverhalten

Während der Herrschaft des Dharma-Königs Songtsen Gampo waren in Tibet Gesetze festgelegt worden, die auf den zehn heilsamen Taten basieren und Regeln sowohl für Laien wie auch für die religiöse Gemeinschaft enthalten. Die Regeln gelten in diesem Fall für Laien, die als solche einer angemessenen Ethik folgen sollten. Von Mönchen und Nonnen wird erwartet, dass sie den sexuellen Akt gänzlich meiden. Das schwerstwiegende sexuelle Fehlverhalten besteht darin, andere zum Bruch ihrer Gelübde zu veranlassen [damit ist die sexuelle Verführung von Mönchen und Nonnen gemeint, Anm. HP]. Weiterhin gehört der sexuelle Akt mit bestimmten Personen, an bestimmten Orten und unter bestimmten Umständen dazu: Onanie; sexuelle Beziehungen zu jemandem, der verheiratet oder jemandem versprochen ist; bei Tageslicht; während des Haltens des Ein-Tages-Gelübdes; bei Krankheit; in einer Notlage; während der Schwangerschaft; während der Menstruation; in einem Trauerfall; während der Erholung von einer Geburt; an einem Ort, an dem sich Abbildungen der Drei Kostbarkeiten befinden; mit den eigenen Eltern oder anderen verbotenen Familienmitgliedern; mit einem Kind; in den Mund oder After und so weiter.

Und so weiter, denk dir noch ein paar Regeln aus! Als erstes beruft Paltrul R. sich auf einen König, der schon lang her ist (7. Jahrhundert n. u. Z.), der hatte zwar wirklich seinem Volk den Buddhismus diktieren wollen, hatte aber damit nur bescheidenen Erfolg, es mag sein, dass er buddhistische Ethik in seine Gesetze einfließen lassen wollte (in Wirklichkeit gab es damals außerhalb des Königshofs kaum Buddhismus), aber sicher nicht in diesen Details, die stammen aus einer viel späteren Zeit, in der sich die Mönche als Machtfaktor in Tibet etabliert hatten. Ein Sündenregister, an dem der Papst seine reine Freude hätte. Bei Tageslicht! Vor einer Buddhastatue (Abbildung einer der drei Kostbarkeiten)! Während der Menstruation! In den Mund! Letzteres in einem Atemzug genannt mit Sex mit einem Kind!

Man sieht richtig den geifernden Mönch aus irgendeinem vergangenen Jahrhundert vor sich, wie er sich Sex-Regeln für den nicht-mönchischen Teil der Menschheit ausdenkt, und das alles dem Buddha, dem König oder sonstwem in die Schuhe schiebt. Das lesen Westler mit Begeisterung, der Wälzer von Paltrul R. gehört in manchen Sanghas zur Standardlektüre, mir sind schon reale Menschen begegnet, die glauben, dass es "schlechtes Karma" bringen würde, wenn sie Sex in einem Raum haben, in dem eine Buddhastatue Richtung Bett schaut ... das alles in einer buddhistischen Richtung, die sich "tantrisch" nennt, in der es sogar Buddhastatuen gibt, die einen männlichen Buddha in sexueller Vereinigung mit einem weiblichen zeigen. Wahrscheinlich darf man als Nicht-Buddha keinen Sex vor so einer Statue haben, nur als Buddha

Genug von diesem Irrsinn. Ich hoffe ihr seht, dass es nur eine einzige Möglichkeit gibt, buddhistisches Tantra zu erforschen: Nämlich von den Quellen der Sutras und Tantras aus, alle späteren Schriften und mündlichen Darlegungen sind häufig irreführend, nicht nur ein wenig, sie

führen in genau die ganz verkehrte Richtung der Gefangenschaft unter unzähligen unnötigen Regeln.

Einer der Gründe für die Existenz sittlicher Regeln liegt im Versuch, negative karmische Folgewirkungen zu vermeiden. Wir werden das sehr häufig missverstandene Karmathema später behandeln. Es liegt aber auf der Hand, dass Mord oder Raub negative Folgewirkungen haben, zum Beispiel auf das Opfer dieser Taten, da brauche ich keinen Glauben an karmische Folgen, um das zu wissen. Nehmen wir an, eine Frau und ein Mann haben miteinander einvernehmlich Sex, ohne eine Beziehung zu haben, und sie beginnen damit auch keine Beziehung, One-Night-Stand heißt das bei uns. Kann mir nun jemand erklären, worin die negative Karmawirkung dieser nach den obigen Experten verbotenen Tat besteht? Oder das Karma von Sex bei Tag? Sex mit dem Mund?

Die Mönche glauben wirklich an diese Thesen, das sind nicht nur irgendwelche Fanatiker, die ich hier genüsslich zitiere. Der Dalai Lama wurde mal gefragt, was er von homosexuellen Männern halten würde, darauf entrustete ihm etwas, in dem deutlich der Ausdruck "Wrong Hole" vorkam, wohl auf analsex unter Homosexuellen anspielend. Während rundum die westliche Gesellschaft dabei ist, moralisch völlig unter zu gehen und jeden sozialen Zusammenhalt zu verlieren, siehe die obigen Darlegungen zu Mord und Diebstahl, beschäftigen sich die tibetischen Meister mit irrelevanten Fragen wie was man essen darf und was das richtige Loch ist, um dort den Penis erlaubterweise zu platzieren..

Für Praktizierende von buddhistischem Tantra ist sexuell grundsätzlich alles erlaubt, was die größtenteils durch die Strafgesetze bei uns vorgegebenen Grenzen nicht überschreitet, weder bezüglich der Anzahl, des Geschlechts der Partner, noch bezüglich der erotischen Praktiken gibt es irgendwelche Beschränkungen, es ist vollkommen deiner Eigenverantwortung überlassen, ob und welche Beschränkungen du deinem eigenem Erotik-Leben geben willst.

Falsche Rede

Im edlen achtfachen Pfad gibt es das Pfadglied der rechten Rede, diese wird vom Buddha in vier Teilen erklärt, aus [Anguttara Nikaya X 176](#):

Da hat einer das Lügen verworfen, vom Lügen steht er ab. Die Wahrheit spricht er, ist der Wahrheit ergeben, an der Wahrheit hält er fest, ist vertrauenswürdig, betrügt die Menschen nicht. Kommt er nun in eine Gesellschaft von Leuten oder unter Männer oder Verwandte oder in eine Körperschaft oder wird er vor Gericht geladen und als Zeuge aufgefordert auszusagen, was er wisse, so antwortet er, wenn er nichts weiß: ‚Ich weiß nichts‘; und wenn er weiß, sagt er: ‚Ich weiß‘. Hat er nichts gesehen, so sagt er: ‚Ich habe nichts gesehen‘; hat er aber etwas gesehen, so sagt er: ‚Ich habe etwas gesehen‘. So spricht er weder um seiner selbst willen noch um eines anderen willen noch um irgend eines weltlichen Vorteils willen jemals eine bewusste Lüge.

Zwischenträgerei hat er verworfen, von Zwischenträgerei steht er ab. Was er hier gehört hat, erzählt er dort nicht wieder, um jene zu entzweien; und was er dort gehört hat, erzählt er hier nicht wieder, um diese zu entzweien. So einigt er Entzweite, ermutigt die Geeinigten, an Eintracht hat er Freude und Gefallen, und Eintracht fördernde Worte spricht er.

Rohe Rede hat er verworfen, von roher Rede steht er ab. Worte, die untadelig sind, dem Ohre angenehm, liebevoll, zum Herzen gehend, höflich, vielen lieb und angenehm, solche Worte spricht er.

Leeres Geschwätz hat er verworfen, von leerem Geschwätz steht er ab. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen und dem Sinne gemäß, spricht über die Lehre und sittliche Zucht. Seine Worte sind denkwürdig, begründet, abgemessen und sinnvoll.

Ich denke, das ist alles selbsterklärend. Niemals sollte man Menschen, die einem vertrauen, offen belügen, in solchen Dingen liegt meistens schon das Ende guter Beziehungen. Interessant ist das Verwerfen der "Zwischenträgerei", eine dezente, würdige Diskretion, die einer Übenden der Tantras sicherlich gut ansteht. Das leere Geschwätz ist wohl jenes, welches unsere Medien sehr häufig produzieren, vor allem das Fernsehen, aber viele Leute reden in ihrem Alltag ständig nur um des Redens willen.

Auch hier gilt wie oben, dass es nicht nur darum geht, sich selbst entsprechend zu verhalten, sondern auch darum, eine gewisse Wahrhaftigkeit einzufordern. Was in Politik und Wirtschaft Tag für Tag plump gelogen wird, ist untragbar geworden und unterminiert die ganze Gesellschaft. Wir sollten jede Person, die uns merklich anlügt, sofort scharf zurecht weisen, egal wie bedeutend oder mächtig sie ist. Leider wird gerade dort, wo es am wenigsten sein sollte, beim öffentlichen Auftreten spiritueller Meister, viel und gewohnheitsmäßig gelogen, fast so viel wie bei Politikern. Spirituelle Meister lügen meistens nicht offen, sondern üben eine subtile und schwer durchschaubare Form von Falschheit, um ihre Interessen unauffällig zu verfechten. Im Fall der Tantras wird oft die erforderliche Geheimhaltung der innersten Lehren vorgeschoben, um das Lügen zu rechtfertigen, andererseits ist es in diesem Zusammenhang oft wirklich schwer, dem Ideal der Wahrhaftigkeit zu entsprechen, wir werden diesen Punkt später behandeln. Was aber sicher nicht in Ordnung ist, ist die Vermengung von Dharma-Darlegung mit persönlicher Machtpolitik des Dharma-Lehrers, bei großen Organisationen der Regelfall, so meine Erfahrung mit vielen Meistern. Wir sind hier nicht in Tibet, und wenn zum Beispiel der Sharmapa den Dalai Lama öffentlich als Agenten Chinas titulierte, nur weil er nicht willfährig die Wünsche des Sharmapa umsetzt, dann wird mir nur noch schlecht. Am besten einen großen Sicherheitsabstand zu allen Leuten mit mehr als hundert Personen Publikum auf einmal einhalten, dann gerät man nicht in Gefahr, sich in Dharma-Politik verwickeln zu lassen.

Das Grundproblem zwischen Meister und Schüler bei den Tibetern besteht darin, dass eine offene und wahrhaftige Kommunikation nicht möglich ist, wenn einer der Beteiligten auf einem Thron sitzt und der andere nicht, diese spätere Fehlentwicklung konnte der Buddha nicht berücksichtigen.

Ein Punkt, der hier nicht erwähnt wird, aber für die Entfaltung der magischen Siddhis der eigenen Sprache sehr wichtig ist: Man sollte mündlich gegebene Versprechungen unbedingt einhalten, man sollte auch nicht so sprechen, dass man wieder etwas zurücknehmen muss. Das Wort eines Yogis gilt für immer, nichts ist unwürdiger als ein Politiker, der etwas sagt und am nächsten Tag sagt, er hätte das nicht gesagt, anders gemeint, er hätte niemanden beleidigen wollen, obwohl die Aussage beleidigend war und so weiter.

Überlege dir, wie du für dich die Vermeidung falscher Rede definieren möchtest. Leider gibt es viele Berufe, die ohne ein gewisses Maß an Lüge nicht betrieben werden können, man ist hier oft zu allerlei geistiger Akrobatik genötigt.

Berausende Mittel

"Berausende Mittel nehmen, die Anlass zur Nachlässigkeit sind - ich nehme die Regel an, davon Abstand zu nehmen."

Berausende Mittel sind Alkohol, der in den Kommentaren seltsamerweise fast ausschließlich vorkommt (vielleicht gibt es hier Übersetzungsprobleme), aber eben auch Haschisch und Opium, in Nordindien als Suchtproblem weitaus wichtiger als Alkohol. Es ist keineswegs grundsätzlich verboten, solche Mittel zu nehmen, sondern man sollte sich nicht damit soweit berauschen, dass es zur "Nachlässigkeit" bezüglich der Achtsamkeit führt. Der Urbuddhismus ist eine äußerst nüchterne Angelegenheit, dementsprechend hat man schon im Mahayana, erst recht im ekstatischen Vajrayana, diese Regel einfach ganz weggelassen oder sie nur bei den Mönchen gelassen. Das hindert die Fanatiker bei uns natürlich nicht daran, Wein nicht einmal zum Kochen zu verwenden, und das als "Verboten für Buddhisten" zu argumentieren.

Berauschen ist verboten, nicht benutzen, die Grenze ist allerdings schon tief unten und nicht erst beim Vollrausch anzusetzen. In den Tantras hingegen wird Alkohol oft bewusst in großen Mengen getrunken, wobei die Yogis kraft ihrer Kontrolle über die feinstofflichen Energien nicht betrunken werden sollen. Werden sie es doch, verstossen sie gegen die Regel. Alkohol ist ebenso wie Fleisch eine "Samaya-Substanz" die in den Riten der höheren Tantras gebraucht wird. Andere bewusstseinsverändernde Substanzen werden meistens weder positiv noch negativ erwähnt, was ein wenig verwundert, weil viele davon in Nordindien frei in der Natur wachsen und weithin bekannt sind, viel genutzt unter Hindu-Sadhus und wohl auch Hindu-Tantrikern. Was jedenfalls Buddhisten mit Sicherheit nicht machen: Sich gewohnheitsmäßig mit Hilfe von Substanzen in Trance versetzen, so gesehen hält sich eine gewisse Nüchternheit auch noch in den Höhen der inneren Tantras.

Auch hier gilt, wie überall sonst, dass du zu einer eigenen Interpretation der Regel kommen sollst. Wenn du es gewohnt bist, durch Verwendung von Alkohol und/oder anderer Substanzen dein Bewusstsein zu verändern, solltest du längere Zeit damit völlig aufhören.

Sittlichkeit im Mahayana

Damit ist das Kapitel Sittlichkeit im Shravakayana aus der Sicht der *Upāsaka* und *Upāsikā* fertig besprochen. Im Mahayana gibt es einen eigenen Satz von Regeln, wieder zehn Stück, die nicht mit den ganz oben erwähnten Regeln verwechselt werden dürfen. Sie werden oft nicht negativ formuliert, als Vermeiden von Untugenden, sondern entgegen gesetzt positiv als Pflegen entsprechender Tugenden.

Sie leiten sich direkt aus der Aufzählung in [Anguttara Nikaya X 176](#) und aus anderen Stellen ab. Die ersten drei beziehen sich auf den Körper und stimmen mit den oben erwähnten Verboten des Tötens, Stehlens und sexuellen Fehlverhaltens überein. Die nächsten vier beziehen sich auf die Rede, sie stimmen genau mit den vier Teilen der rechten Rede überein, die oben erwähnt werden.

Bleiben noch drei Regeln für den Geist, deren Halten im Gegensatz zur Sittlichkeit im Hinayana schon eine gewisse Praxis im Meditieren erfordert, schließlich geht es nicht um Vermeidung von körperlichen und sprachlichen Handlungen, sondern um die Vermeidung von bestimmten gedanklichen Komplexen:

Habgierige Gesinnung ist zu meiden, gierlose Gesinnung sollte gepflegt werden.

Hasserfüllte Gesinnung ist zu meiden, friedvolle und mitfühlende Gesinnung ist zu pflegen.

Zuletzt geht es um die richtige Anschauung, die zu pflegen ist: Es gibt karmische Folgewirkungen, es gibt einen Weg zur Befreiung und ähnliches mehr, im Kontext des Mahayana bedeutet es letztlich das Vermeiden falscher Sichtweisen, vor allem den Glauben an die unabhängige Eigenexistenz. Die richtige Sichtweise ist dann die der Leerheit, aber um das üben zu können, muss man die Essenz des Mahayana bereits verstanden haben. Wir werden dieses Thema in einem späteren Teil besprechen.

Wie schon oben erwähnt, ist der Verzicht auf Berausung aus diesem Zehner-System verschwunden.

Damit ist nicht alles gesagt, was im Mahayana zur Sittlichkeit zu sagen wäre, es gibt dort die sogenannten transzendenten Tugenden, die *pāramitā*, eine davon heißt *śīlā pāramitā*, aber auch diese Bedeutung ist nur nach dem Verständnis von Leerheit erklärbar.

Für den Bodhisattva-Weg, soweit er als Stufenweg aufgefasst wird, existiert noch eine große Zahl von Regeln in den Sutras und Kommentaren, viele davon sind aber wiederum eher Benimm-Regeln und keine Ethik-Übungen. Wir werden uns damit nur wenig befassen, da es sich mehr um ornamentale Ausschmückungen, weniger um die Essenz handelt, die wir für die spätere Praxis der Tantras benötigen.

Sittlichkeit im Vajrayana

Im Tantra, vor allem in den höheren Tantraklassen, gelten die fünf bzw. zehn Regeln nicht mehr so ohne weiteres, sie treten in den Hintergrund gegenüber den sogenannten tantrischen Gelübden, die eine Wissenschaft für sich bilden. Einige kann man erklären, sie können aber nur auf der Basis von tantrischer Praxis geübt werden, einige sind so geheim, dass ihre eigentliche Bedeutung erst nach Absolvierung einer vollständigen Einweihung in ein höheres Tantra erklärt wird, die Information allein würde auch nichts nutzen, diese Regeln sind ganz eng an bestimmte Formen tantrischer Praxis gebunden.

Quellen

Zu diesem Teil des Kurses gebe ich keine eigenen Quellen an. Die meisten Bücher oder kürzeren Arbeiten, die es zu den sittlichen Übungen gibt, ergehen sich in zahlreichen anspruchsvollen Interpretationen der Regeln und einer Unzahl weiterer Regeln, einige Beispiele wurden ja gezeigt.

Ich sehe keinen Sinn und keinen befreienden Effekt in Abhandlungen, die zahlreiche Regeln aufzählen. Nach meiner Erfahrung pflegen sich Meister, die merklich viel über zu Tuendes und zu Lassendes reden, oft in entscheidenden Punkten nicht an die Regeln zu halten. Hat man eine Regel, so wird sie auch gebrochen. Sehr viel sinnvoller ist es wohl, sich allgemein mit ethischen Fragen zu beschäftigen, ohne in simple Gut-Böse-Lösungen zu verfallen, in den Praxisübungen mache ich dazu ein paar Vorschläge, wer möchte, kann dazu Quellen suchen.

Die Praxis

Übung Vier

Überlege dir zu allen fünf sittlichen Übungen, die oben ausführlich besprochen wurden, schriftlich deine eigenen, für dich gültigen und richtigen Interpretationen

Übung Fünf

Überlege dir schriftlich zu einer oder mehreren ethischen Fragen der heutigen Zeit deine eigene Antwort. Versuche dabei nicht, vorschnell über richtig und falsch, erlaubt und nicht erlaubt zu urteilen, sondern versuche dich in die konträren Positionen hinein zu versetzen., vor allen auch die Positionen oder Betroffenen oder Beteiligten. Du musst dich nicht für eine endgültige Antwort entscheiden, du kannst mehrere Möglichkeiten offen lassen. Versuch nicht die Frage zu beantworten, was die buddhistische Lehrmeinung zu dem Problem darstellt. Eine solche ist fast nie eindeutig zu finden, es hängt sehr vom Fahrzeug ab, aus dem heraus argumentiert wird. Aus der Perspektive von Dzogchen sehen viele Dinge ganz anders aus als aus der Perspektive des Urbuddhismus. Es geht nicht darum, herauszufinden, was der Buddhismus zu einer Frage zu sagen hat, sondern welcher Weg die Gesamtsumme des Leidens wohl am meisten vermindert, diese Antwort ist sicher mit der Sichtweise des Mahayana kompatibel.

Einige Vorschläge für Fragestellungen, es fallen dir sicher noch andere ein, die dich interessieren:

Was hältst du von Präimplantationsdiagnostik?

Was von Euthanasie?

Sollte man gewisse Investmentbanker enteignen, die viel staatliches Geld erhalten haben, um ihre Verluste wettzumachen?

Soll Afghanistan wieder den Taliban überlassen werden?

Ist es gerechtfertigt, kleine Kinder als Inkarnationen vergangener buddhistischer Meister zu betrachten und entsprechend zu erziehen?

Sollen alle Drogen für Erwachsene in Apotheken erhältlich sein, um die organisierte Kriminalität im Umfeld des illegalen Drogenhandels zu beenden?

Was für Arten genetischer Forschung sollten verboten werden?

Sollen alle Menschen ein bedingungsloses Grundeinkommen haben?

Sollen deutsche Firmen Politiker in Asien oder Afrika bestechen, um Aufträge zu bekommen, die sonst andere bekämen, um deutsche Arbeitsplätze zu erhalten?

Wenn du per Magie unerkant jemanden töten könntest, würdest du es tun? Wer würde das Opfer sein?

Wenn ein westlicher Geheimdienst eine Person eindeutig als Terroristen identifiziert hat, der schon eine Tat begangen hat - wäre es nicht am besten, eine solche Person einfach zu liquidieren?

Hast du eine Idee, was es mit den Lehren der Tantras zu tun haben könnte, sich mit solchen und ähnlichen Fragen aktiv auseinander zu setzen?