

Susan Elbaum Jootla



LÖWENRUF

Inspirationen erleuchteter Nonnen (1)

Bhikkhuni Dhamma kehrte eines Tages, erschöpft von Hitze und Anstrengung, von ihrem Almosengang zurück. Sie stolperte, und als sie ausgestreckt auf der Erde lag, erlangte sie klare Wahrnehmung über das Leid, das dem Körper innewohnt sowie völlige Loslösung. Dieses Erlebnis beschreibt sie so:

Nach einem Almosengang, auf einen Stock gestützt, schwach, mit zitternden Gliedern, fiel ich zu Boden und sah die Gefahr in diesem Körper.

Dann war mein Geist vollkommen erlöst. (Thig 17)

Wenn man durch ein solches Ereignis Erwachung erlangen kann, dann gibt es eine unendliche Zahl potenziell erleuchtender Erfahrungen, die uns allen zur Kontemplation zur Verfügung stehen. Die auf den Ursprung gerichtete Achtsamkeit (*yoniso manasikara*) kann uns die Vergänglichkeit (*anicca*), die Unzulänglichkeit (*dukkha*) und die Wesenlosigkeit (*anatta*) aller Dinge zeigen und uns bestärken, das Verlangen (*tanha*) zu beenden. Nur die konzentrierte Achtsamkeit in der Meditation ermöglicht uns, die alltäglichen Erfahrungen richtig zu begreifen. Die auf methodischem Weg kultivierte Einsichtsmeditation lockert hingegen die eingefahrenen geistigen Gewohnheiten, indem sie uns die geistige und körperliche Vergänglichkeit unmittelbar erfahren lässt.



Foto: ©Agganyani

Die „Lieder“ der erwachten Nonnen bieten eine Vielfalt an Inspirationen für zeitgenössische Buddhisten und besonders Frauen auf dem spirituellen Weg. Beinahe alle Verse entstanden, als die Verfasserin erkannt hatte, dass erst das Erreichen vollkommener Einsicht und Läuterung den Leiden der Wiedergeburt ein Ende setzen.¹ So enthalten eigentlich alle Gedichte eine Art „Löwenruf“ als Ausdruck dafür, dass die Sprechende erwacht ist.

Trauer um den Tod eines Kindes

Etlliche Frauen traten nach dem Tod ihrer kleinen Kinder dem Orden bei. Zu Zeiten begrenzter medizinischer Kenntnisse war es nicht möglich, die hohe Kindersterblichkeit einzudämmen. Eine den Tod ihres Kindes beweinernde Mutter war damals in Indien alltäglich. Kummer kann nützlich sein, wenn er uns dazu motiviert, den „Pfad zur Beendigung des Leidens“ zu entfalten:

Ubbiri war voller Trauer um ihre verstorbene kleine Tochter, bis der Buddha sie darauf hinwies, dass sie an eben dieser Begräbnisstätte schon von Tausenden von ihr in früheren Leben geborenen Kindern auf ähnliche Weise Abschied genommen hatte. Da sie in der Vergangenheit bereits gut gewirkt hatte, reichte dieses kurze persönliche Gespräch aus, um die klagende Mutter an Ort und Stelle in eine Arahāt (Heilige) zu verwandeln. Als sie so das ungeheure Ausmaß von Samsara deutlich wahrnahm, war sie bereit, es hinter sich zu lassen. Sie beschrieb ihre tiefe Dankbarkeit gegenüber dem Buddha in diesen einfachen Zeilen:

Er hat die Trauer um meine Tochter geheilt ...

Jetzt bin ich ohne Lebens-Durst, gestillt.

(Thig 52, 53)

Ubbiri verstand durch Buddhas Belehrung, dass der Ursprung all ihres Leids das Verlangen war. Nach unzähligen Lebenszeiten im Samsara erkannte Ubbiri schließlich, dass das feste mütterliche Klammern an ihren Kindern schon immer große Qual verursacht hatte; denn auch Söhne und Töchter sind, wie alles andere, dem Gesetz der Vergänglichkeit unterworfen. Wir können die Lebenszeit derer, die wir lieben, nicht verlängern, da sie von deren persönlichem Karma bestimmt wird. Durch diese machtvolle Einsicht in das alles durchdringende Leiden konnte nichts Vergängliches mehr ihr Interesse erwecken. So war ihre Neigung zum Anhaften für immer gebrochen und ihr Geist wurde rein und friedvoll.

Die Lebensgeschichte von Patacara ist noch dramatischer und im Therigāthā Kommentar sehr detailliert beschrieben. Bevor sie dem Dhamma begegnete, verlor sie ihre ganze Familie – ihren Ehemann, zwei kleine Kinder, Eltern

und Brüder innerhalb weniger Tage durch verschiedene Unfälle. Vor Kummer wurde sie wahnsinnig. Doch das Mitgefühl des Buddha und ihre in der Vergangenheit entwickelten *paramita* (Vollkommenheiten des Charakters) ermöglichten ihr die Rückkehr zur Normalität. Mit Buddhas Hilfe verstand sie, wie oft sie sich in der Trauer um die Toten schon heillos erschöpft hatte. Sie wurde eine in den „Strom-Eingetretene“ (*sotapanna*) und befand sich hiermit auf der ersten Stufe des unwiderruflich fortschreitenden Pfades zur Befreiung. Sie erhielt die Ordination. Als sie sich zu einem späteren Zeitpunkt Wasser über ihre Füße goss, um sie zu waschen und das Wasser fortrinnen sah – so wie früher oder später das Leben aller Wesen einfach fortrinnt – da wurde ihr Geist vollständig von allen Bindungen befreit.

Viele andere Frauen fanden unter ähnlichen Umständen wie Ubbiri oder Patacara zur Sangha. Theri Patacara sprach zu solch einer Gruppe Leid geplagter Mütter und brachte zum Ausdruck, was sie aus derselben Erfahrung heraus über den Zusammenhang von Leben und Tod gelernt hatte:

*Woher sie kommen wissen wir nicht,
noch wohin sie gehen.*

*Warum also betrauern, die zu euch kamen,
warum sie mit Tränen beklagen?*

*Weint nicht, denn so ist das Leben
des Menschen.*

*Ungefragt kam er und ungebeten ging er.
Fragt noch einmal, woher euer Kind
kam, um diese kurze Zeit auf Erden zu
leben?*

*Auf dem einen Weg gekommen und auf
einem anderen gegangen,
Als Mensch gestorben, um zu anderen
Geburten zu eilen,*

*Hier wie dort, eine der anderen folgend –
warum also solltet Ihr weinen?*

(Thig 127-130)



Foto: ©Boesler-CD

Alles ist vergänglich

Aufgrund ihrer Physiologie sowie ihrer familiären und gesellschaftlichen Stellung neigen Frauen dazu, eine stärkere Bindung zu ihrem Nachwuchs aufzubauen als Männer und leiden entsprechend mehr unter dem Verlust. Wenn Frauen ihren Geist jedoch zu üben verstehen und einsehen, dass Festhalten enormes Leiden verursacht, Geburt und Tod natürliche Vorgänge und die Auswirkungen bestimmter Ursachen sind und dass die Geschichte des Jammers endlos ist, dann können sie sich ihr Leid beim Streben nach Erwachen zunutze machen. In den „Gruppierten Lehrreden“ verweist der Buddha auf fünf Lei-



Foto: © Boreder-CD

„Ubbiri verstand durch Buddhas Belehrung, dass der Ursprung all ihres Leids das Verlangen war.“

densarten, die für Frauen typisch sind. Drei davon sind körperlicher Natur: Menstruation, Schwangerschaft und Niederkunft. Die beiden anderen sind gesellschaftlichen Ursprungs und vielleicht heutzutage nicht mehr so verbreitet wie im alten Indien: Die eigene Familie verlassen zu müssen, um mit dem Ehemann und den angeheirateten Verwandten zusammenzuleben und einem Mann zu dienen. ... Frauen können ihren Geist trainieren, diese scheinbaren Nachteile in Vorteile umzuwandeln. So können sie vollen Nutzen aus ihrem stärkeren Erleben der Vielfalt und Allgegenwart des Leidens ziehen, und sich allmählich dazu erziehen, alles Bedingte loszulassen.

Einige Menschen müssen erst tiefes Leid erfahren, ehe sich ihr Geist von falschen Ansichten und Begierden lö-

sen kann. Auch Kisa Gotami ist ein Beispiel dafür. Sie wehrte sich so sehr dagegen, den Tod ihres Kindes zu akzeptieren, dass sie den Leichnam im Arm umher trug, in der Hoffnung, jemanden zu finden, der ihr Medizin zu dessen Heilung geben könne. Der Buddha führte sie zur Erkenntnis der Allgegenwärtigkeit des Todes, indem er sie mit der Suche nach ein paar Senfkörnern beauftragte. Senfkörner sind eine gebräuchliche Zutat der indischen Küche, doch der Buddha verlangte, dass diese Senfkörner aus einem Haushalt stammen sollten, in dem sich noch nie ein Todesfall ereignet hatte.

Kisa Gotami machte sich auf die Suche nach dieser "Medizin" für ihr Kind. Doch da, wie damals üblich, immer drei oder mehr Generationen gemeinsam unter einem Dach lebten, war man in jedem Haus dem Tod schon begegnet. Auf ihrer Wanderung durch das Dorf begriff sie allmählich, dass jeder, der geboren wird, sterben muss. Ihre beträchtlichen *paramita* befähigten sie, die Vergänglichkeit so vollkommen zu durchdringen, dass Buddha bald darauf ihren Stromeintritt bestätigte. Der Kommentar ordnet ihr aus diesem Anlass folgende Zeilen zu:

*Dies ist kein Gesetz für Dörfer oder Städte,
Kein Gesetz für diese oder jene Sippe nur;
Für die ganze Welt – auch für die Götter gilt dies Gesetz: alles ist vergänglich.*

Die Vier Edlen Wahrheiten hören

Auf diese Weise überwand Kisa Gotami die von weiblicher Trauer gesetzten Hemmnisse und erkannte eines der grundlegenden Merkmale allen Daseins. Später erreichte sie die Arahatschaft. Die Verse, die sie bei dieser Gelegenheit vortrug, geben allen Nachfolgern auf dem Edlen Achtfachen Pfad wertvolle Anleitung:

*In Gesellschaft edler Freunde würde selbst ein Narr klug.
Tugendhafte Menschen soll man oft aufsuchen;
so wächst die Weisheit derer, die bei ihnen Zuflucht nehmen.
Umgibt man sich mit guten Menschen,
wird man von allem Leid erlöst.
Man soll das Leid, seine Ursache,
sein Ende und den Edlen Achtfachen Pfad kennen;*

klar und deutlich sollte man die Vier Edlen Wahrheiten hören.

(Thig 214,215)

Kisa Gotami hält Übende zu ständigem Geistestraining an, um die Vier Edlen Wahrheiten mit all ihren Feinheiten, zu erkennen. Das ist Weisheit (*pañña*), die Arznei gegen Unwissen und Selbsttäuschung, den Wurzeln allen Leidens. Man muss sich immer wieder in diese Vier Wahrheiten vertiefen, um Weisheit zu entfalten. Sie finden prägnanten Ausdruck in einem Vers von Maha Pajapati. Sie war Buddhas Tante mütterlicherseits und nachdem seine Mutter, Königin Mahamaya, eine Woche nach seiner Geburt verstorben war, zog sie ihn groß.

„Es geschah auf Maha Pajapatis Drängen, dass Buddha den Orden der Nonnen gründete.“

Es geschah auf Maha Pajapatis Drängen, dass Buddha den Orden der Nonnen gründete. In ihrem Gedicht dankt sie als erstes Buddha für die große Hilfe, die er so vielen Menschen erteilte, indem er sie lehrte, Befreiung zu erlangen. Dann folgt eine kurze Zusammenfassung der Vier Edlen Wahrheiten, die sie selbst als endgültige Wahrheit erfahren hat:

*Nun habe ich verstanden wie Leid entsteht,
Das Begehren, die Ursache dafür,
ist in mir versiegt.
Ich bin ihn gegangen und habe das
Ende des Leidens erreicht –
den Edlen Achtfachen Pfad.* (Thig 158)

Buddhistisch Praktizierende sollten sich üben, diese Wahrheiten so gründ-



Foto: ©Aggamyan

lich wie möglich zu studieren, um sie in jedem Aspekt des Daseins erkennen zu können. Wir beschreiten die weltliche Ebene des Edlen Achtfachen Pfades, um den überweltlichen (*lokuttara*) Pfad mit dem Stromeintritt zu erreichen. Dann werden die drei Teile des Pfades – Sittlichkeit, Sammlung und Weisheit – zu höchster Vollendung entwickelt und das Ende des Leidens, Nibbana, wird verwirklicht.

Erreichen des Ziels

Wenn wir die Geschichten dieser bedeutenden Bhikkhunis lesen, erkennen wir, dass viele die höchsten Früchte entweder unmittelbar oder bald nach der Berührung mit Buddha oder seiner Lehre erlangten. Das konnte geschehen durch die Ausbildung von *paramita* – heilsamem Wirken durch Taten, Worte und Gedanken in vielen vorhergehenden Leben. Dadurch hatten die Frauen gleichzeitig die Wirkungen ihres früheren Karmas abgeschwächt.

Doch nicht alle Menschen, deren *paramita* es erlaubte, den Buddha tatsächlich lehren zu hören, waren imstande, so rasch Arahats zu werden. Wenn wir uns mit einem widerspenstigen Geist

konfrontiert sehen, können wir Zuversicht aus den Erzählungen der Nonnen gewinnen, die viele Jahre intensiver, beharrlicher Anstrengung benötigten, ehe sie alle Herzenstrübungen ausgelöscht hatten.

Die junge Citta erhielt die Ordination in ihrer Heimatstadt Rajagaha und verbrachte ihr ganzes Leben als eine nach Erwachen strebende Nonne. Erst als alte schwache Frau erreichte sie schließlich ihr Ziel. Als sie mühsam eine Anhöhe erklommen hatte, sagte sie:

*Als ich meinen Umhang abgelegt
und meine Schale umgedreht hatte,
lehnte ich mich gegen einen Felsen,
und die Masse der Dunkelheit
(des Unwissens) teilte sich.* (Thig 28)

Wenn wir den Edlen Achtfachen Pfad gewissenhaft, genau und tatkräftig befolgen und größere Einsicht in die wahre Natur des Daseins erlangen, wird die Selbst-Täuschung durch Weisheit gereinigt und die Wahrnehmung schließlich vollkommen klar werden. Das mag viele Jahre oder Lebenszeiten des Bemühens fordern, doch schließlich ist Geduld eine der Eigenschaften (*paramita*), die wir

von dem Zeitpunkt an, da wir den Pfad das erste Mal betreten haben, entfalten müssen.

Mittakali, die die Robe anlegte, nachdem sie das Satipatthana Sutta gehört hatte, beschreibt im „Löwenruf“ ihre Fehler, durch die sie Nibbana erst nach sieben Jahren erreichte. Ihr Vers ist nicht nur für Angehörige der Sangha lehrreich:

*Voll Vertrauen entsagte ich der Häuslichkeit,
doch Streben nach Gewinn und Ruhm
ließ mir im Innern keine Ruh.
Das höchste Ziel verfehlend, verfolgte ich
das niedrigste Ziel.
Vom Begehren beherrscht, fern dem
Lohn des Asketentums. (Thig 92-93)*

Vertrauen und Beharrlichkeit

Wenn wir über die Verse der Frauen nachdenken, die mit viel Eifer und Anstrengung vollkommene Erwachung erlangten, ermutigt es uns, mit unseren eigenen Bemühungen fortzufahren, gleichgültig wie langsam uns der Fortschritt zu einer bestimmten Zeit auch erscheint. In der "Gruppierten Sammlung" gibt der Buddha als Gleichnis den Griff einer Zimmermannsaxt. So wie sich dieser langsam abnutzt, müssen die Herzenstrübungen allmählich abgetragen werden.

Auch wenn der Zimmermann nicht sagen kann: "So viel des Griffes wurde heute abgenutzt, so viel letzte Woche", so weiß er doch, dass der Griff mit der Zeit kaputt geht. Dementsprechend wird der Übende, der mit Hilfe eines guten Lehrers beständig versucht, die Vier Edlen Wahrheiten zu verstehen und in Einklang mit dem Edlen Achtfachen Pfad zu leben, seine Befleckungen allmählich beseitigen, auch wenn die dabei unternommenen Schritte verschwindend klein sind. Der Buddha machte keine Voraussagen darüber, wie lange es dauert, bis das letzte Ziel er-

reicht ist. Dies hängt von vielen sich gegenseitig beeinflussenden Faktoren ab, wie z.B. vom guten und schlechten Karma der Vergangenheit und dem Ausmaß der Bemühungen – jetzt und in Zukunft. Ob es nun Millionen weiterer Lebenszeiten oder eine Woche dauert: Wir werden von dem Vertrauen getragen, dass die Vervollkommnung von Sittlichkeit (*sila*), Sammlung (*samadhi*) und Weisheit (*pañña*) völlige Loslösung und Befreiung von allem Leid bringt.

Befreiung bedeutet Loslassen von allen Verhaftungen an sich selbst und die Welt. Wir können den Prozess des Loslassens nicht beschleunigen. Nur Einsicht in das durch Anhaften verursachte Leid kann ihn langsam vorantreiben. Wir müssen unsere geistigen Unvollkommenheiten geduldig annehmen, während wir versuchen, sie zu beseitigen. Wir wären gar nicht hier, hätten nicht Unwissen und andere unheilvolle Neigungen unsere Geburt verursacht. Wir müssen lernen, gleichmütig mit den Befleckungen des Geistes zu leben, während wir beharrlich an ihrer Auslöschung arbeiten. Läuterung unterliegt, wie alle anderen geistigen Vorgänge, dem Gesetz von Ursache und Wirkung. Klarheit entsteht langsam durch die wiederholte Anwendung der Erkenntnis der Vergänglichkeit aller Dinge. Wenn wir geduldig und heiter Momente des Rückfalls oder der Dummheit geduldig ertragen und unsere Arbeit energisch und mit Bestimmtheit weiterführen ohne vom Weg abzuweichen, dann werden Ergebnisse schon hier und jetzt sichtbar. Und zu ihrer Zeit werden sie zur vollen Reife gelangen.

Susan Elbaum Jootla wurde 1945 in New York City geboren und erwarb an der Universität von Michigan den B.A. und M.A. in Bibliothekswissenschaften. Sie heiratete den Inder, Balbir S. Jootla, mit dem sie in Dalhousie im West Himalaya lebt. Beide praktizieren seit 1970 Vipassana-Meditation in der Tradition des verstorbenen Saya-

daw U Ba Khin aus Burma und studieren jetzt mit seiner Hauptschülerin, Mutter Sayama, welche die internationalen Meditations-Zentren in England und Rangoon leitet. Die Texte „Nonnenerwachen“, „Männer und Frauen im Dhamma“ und „Die Gefahr des Anhaftens an der eigenen Schönheit“ in diesem Heft entstammen „Inspiration von erleuchteten Nonnen“ (BPS Nr. 349), einer Einführung in den Therigatha (Thig, Verse der Nonnen).

Quelle: In diesem Text werden die „Lieder“ der Arahant-Bhikkunis oder der erwachten Nonnen eingehend betrachtet, um sie für zeitgenössische Buddhisten als Quelle der Inspiration zu erschließen. Die meisten Gedichte entstammen dem Therigatha, einem kleinen Abschnitt des umfangreichen Palikanons. Der Therigatha wurde bereits zweimal in englischer Übersetzung von der Londoner Pali Text Society veröffentlicht.

ANMERKUNG

- 1 Siehe weitere Artikel der Autorin Susan Elbaum Jootla auch auf den Seiten 38 und 42

Die englische Originalversion von „Arahat Bhikkunis“ ist auch in Englisch im Internet zu finden unter:

www.accesstoinight.org/lib/authors/jootla/wheel349.html

(Inspiration from Enlightened Nuns by Susan Elbaum Jootla)

Copyright © 1988 Buddhist Publication Society; Access to Insight edition © 1994

Literaturtipps:

Karl E. Neumann: Verse der Mönche und Nonnen, Octopus Verlag. Eine neue, dem deutschen Sprachgebrauch besser angepasste Übersetzung von Theragatha und Therigatha ist vom Konstanzer Online-Publikations-System zum kostenlosen Download zur Verfügung gestellt worden (www.ub.uni-konstanz.de/kops/volltexte/2000/571). Weitere neue Übersetzungen gibt es von Christine Schoenwerth und von Ekkehard Saß.

Bearbeitung: Viriya (Manfred Wiesberger)