

# **Frauen im Buddhismus**

**Carola Roloff (Bhiksuni Jampa Tsedroen)  
Tibetisches Zentrum Hamburg**

## Frauen und Buddhismus von Bhikṣuṇī Jampa Tsedroen

Der Titel meines Vortrags „Frauen und Buddhismus“ klingt zwar modern, aber beschäftigt man sich länger damit, wird deutlich, daß es um ein seit Buddhas Lebzeiten immer wieder heftig diskutiertes und bis heute umstrittenes Thema geht.

Bevor ich versuche, die ganze Bandbreite des Themas kurz zu skizzieren, möchte ich zunächst auf die Begriffe „Frau“ und „Buddhismus“ eingehen, um deren Verbindung es hier gehen soll.

Frau ist ein anderer Name für einen Menschen weiblichen Geschlechts. Nach Auffassung der Vaibhāṣikas, einer der Hauptrichtungen des Hörer-Fahrzeugs (*nyan thos kyi theg pa; śrāvakayāna*), sind das weibliche und das männliche Geschlecht (*pho mo'i dbang po; strī-puruṣendriya*) für die Geburt im Daseinskreislauf (*'khor ba; saṃsāra*) verantwortlich. Im *Schatzhaus der Offenbarung der Phänomene in Versen (chos mngon pa'i mdzod kyi tshig le'ur byas pa; abhidharmakośakārikā)* werden diese beiden Arten von Geschlecht als zwei der sogenannten 22 Kräfte aufgezählt. Durch ihr Zusammentreffen kommt es zur Geburt (*skye ba; jāti*), einem der Zwölf Glieder des Abhängigen Entstehens. Im *Sūtra des Reiskeimling<sup>1</sup>* lehrt der Erwachte: „... durch den Umstand des Werdens entsteht die Geburt; durch den Umstand der Geburt entstehen Altern und Tod.“

Alle Phänomene im Daseinskreislauf — auch die fünf Aggregate von Mann oder Frau — sind nicht durch die Macht eines Schöpfergottes entstanden, sondern aufgrund bestimmter ursächlicher Bedingungen. Durch den Umstand des Werdens entsteht die Geburt. Das Werden kann man zeitlich in zwei Abschnitte einteilen: Eine Ebene tritt noch im vorigen Leben auf und ist auf die nächste Wiedergeburt gerichtet; eine andere Ebene ist das aktivierte Karma während des Zwischenzustandes zwischen dem vorigen und dem kommenden Leben.

Geburt bezeichnet nicht etwa wie hierzulande, den Vorgang der Entbindung, sondern den ersten Moment der neuen Existenz, den Moment der Empfängnis. Im Falle einer menschlichen Geburt heißt es, daß das Wesen im Zwischenzustand (*bar srid; antarā-bhava*) sieht, wie sein zukünftiger Vater und seine zukünftige Mutter sich aufgrund sexueller Begierde im Geschlechtsverkehr befinden. Das Bewußtsein gerät daraufhin in einen getäuschten Zustand und es kommt ihm der Gedanke, sich dort zu vergnügen. Dadurch wird es zu dieser Stelle hingezogen und tritt in seinen eigentlichen Bestimmungsort — den Mutterleib — ein, bzw. in die körperlichen Substanzen von Vater und Mutter. Ob man als Mann oder Frau geboren wird, entscheidet sich danach, welches Karma heranreift.

Innerhalb der gewöhnlichen Lebewesen (*so so skye bo; prthagjana*) werden die Menschen als Mann oder Frau bezeichnet. Erlangt man den Pfad des Sehens (*mihong lam; darśana mārga*), ist man kein gewöhnliches Lebewesen mehr, sondern eine Heilige oder ein Heiliger (*'phags pa; ārya*). Je nachdem, in welches der drei Fahrzeuge man eingetreten ist, gelangt man von dort entweder über die vier Stufen der Heiligkeit zum Zustand der Befreiung als Śrī Arhat (*nyan thos dgra bcom pa*) oder Pratyekabuddha-Arhat (*rang rgyal dgra bcom pa*) über die zehn Hohen Ebenen (*sa; bhūmi*) eines Bodhisattva (*byang chub sems dpa*) zum Zustand eines Buddha-Arhat (*sangs rgyas dgra bcom pa*).

---

<sup>1</sup> *Sā lu'i ljang pa'i mdo, Śālistambasūtra*, P876, Bd. 34; Dalai Lama: Die Lehre des Abhängigen Entstehens, dharmapublications.com, S. 19.

Eine Besonderheit des Mahāyāna ist es, daß Buddhas sich auch in Form von weiblichen oder männlichen Bodhisattvas usw. zeigen können. Sie erscheinen äußerlich als seien sie noch auf dem Pfad, tatsächlich sind sie aber bereits erleuchtet. Im Tantra, einer besonderen Form des Mahāyāna, werden alle Wesen, die in einem Zufluchtsfeld enthalten sind — Meister (*bla ma; guru*), persönliche Meditationsgottheiten (*yi dam*), Buddhas, Bodhisattvas, Helden (*dpa' bo, vīra*), Himmelsgeherinnen (*mkha 'gro ma; dākinī*), Dharmabeschützerinnen und -beschützer (*chos skyong; dharmapāla*) von den Ausübenden als in ihrer Natur eins mit dem eigenen Meister und dem vollkommen erleuchteten Buddha angenommen.

Dākinīs sind weibliche Heilige, die unbehindert durch die Sphäre der letztlichen Realität wandern können; bildlich werden sie als durch den Raum schwebende Wesen dargestellt. Sie können in Reinen Ländern, aber auch im Daseinskreislauf verweilen. Es gibt drei Arten von Himmelsgeherinnen: feldgeborene, mantrageborene und natürlichgeborene. Himmelsgeherinnen sind auch immer Yoginīs (*mal 'jor ma*) — weibliche Wesen, die durch die Praxis eines einwandfreien Pfades entsprechende Verwirklichungen (*dnogs grub; siddhi*) erlangt haben, oder aber auch Gottheiten des Muttertantra, die spezielle bzw. höchste Verwirklichungen erlangt haben, was meistens mit der Buddhaschaft gleichzusetzen ist.

All diese heiligen Wesen würde man — zumindest im Mahāyāna — nicht als Mann oder Frau bezeichnen. Aus der Sicht des Śravakayāna mag das anders sein, da man davon ausgeht, daß der Körper des Erwachten auch nach der Erleuchtung noch befleckt ist. Im Mahāyāna dagegen versteht man unter einem Buddha (*sangs rgyas*) ein Wesen, das alle Fehler vollständig aufgegeben und alle Tugenden vollständig angenommen hat; ein vollkommen erleuchtetes Wesen, das alle Phänomene erkennt und somit auch Unterschiede wie Mann und Frau gleichzeitig in ihrer konventionellen und endgültigen Seinsweise als leer von unabhängiger, eigenständiger Existenz erkannt und somit transzendiert hat.

Hier wird ein wesentlicher Unterschied zwischen Śravakayāna und Mahāyāna deutlich. Im Śravakayāna geht man davon aus, daß der Buddha als gewöhnliches Lebewesen zur Welt kam und zur Zeit der Erleuchtung unter dem Bodhibaum zum Buddha wurde. In einer Nacht durchlief er die verschiedenen Pfade bis hin zur Buddhaschaft<sup>2</sup>. Mit der Verwirklichung der Erleuchtung hatte er zwar besondere Eigenschaften der Erkenntnis und der Beendigung von Befleckungen und Hindernissen im Geist erreicht, doch sein Körper war der gleiche befleckte Körper wie zu der Zeit vor der Buddhaschaft und somit immer noch etwas Aufzubegebendes. Diesen Zustand nennt man Nirvāna mit Überresten. Mit dem Tod trat Buddha in das Nirvāna ohne Überreste ein, und im gleichen Moment erlosch sein Geisteskontinuum für immer.

In den allgemeinen, nicht-tantrischen Lehren des Mahāyāna, dem Vollkommenheitsfahrzeug (*phar phyin theg pa; pāramitāyāna*) heißt es dagegen, daß ein Bodhisattva in seiner letzten Existenz, bevor er ein Buddha wird, immer in dem Reinen Land Akaniṣṭha (*'og min*) geboren wird und dort die Buddhaschaft erlangt. Ein Bodhisattva besitzt ab der ersten Hohen Ebene auf dem Pfad des Sehens einen „Geistkörper“ (*yiḍ lus*) und in diesem erlangt er die Buddhaschaft. Im Höchsten Yogatantra wird von einem „Illusionskörper“ (*sgyu lus*) gesprochen. Mit dem Erlangen des Nirvāna erlöschen alle Leidenschaften wie Gier, Haß und vor allem die Unwissenheit. Sie werden zusammen mit den Samen und Anlagen ausgeräumt, die noch im Geist vorhanden sind und zu einem erneuten Entstehen dieser Hindernisse führen können; auch die feinsten Spuren der Unwissenheit werden vollständig entfernt, so daß es nicht die geringste

---

<sup>2</sup> Geshe Thubten Ngawang: Systematisches Studium des Buddhismus; 1. Semester, Unterrichtseinheiten 1-3. Mündliche Übersetzung und Überarbeitung der Abschriften von Christof Spitz.

Spur dualistischen Erscheinens<sup>3</sup> gibt. Alle Hindernisse sind erloschen. Das geläuterte Geistkontinuum jedoch — der Erkenntnis- und Allwissenheitsaspekt des Buddha — erlischt nicht, sondern besteht von Moment zu Moment weiter, ohne sich qualitativ zu verändern.

Diejenigen, die eine Veranlagung zum Mahāyāna haben, nehmen die Selbstlosigkeit der Phänomene als ihr Hauptmeditationsobjekt; und indem sie diese Meditation in Verbindung mit der Ansammlung von Verdiensten über drei Perioden unzähliger Zeitalter praktizieren, gehen sie Schritt für Schritt durch die Fünf Pfade und die Zehn Hohen Ebenen, um schließlich mit Hilfe des Ununterbrochenen Pfades die beiden Hindernisse für die Befreiung und die Allwissenheit vollständig aufzugeben. Damit verwirklichen sie in dem Reinen Land Akanīṣṭa den Wahrheitskörper (*chos sku; dharmakāya*) und den Formkörper (*gzugs sku; rūpakāya*) eines Buddha.

Es gibt zwei Arten von Formkörper: den Körper Vollkommenen Erfreuens (*longs spyod rdzogs pa'i sku; sambhogakāya*) und den Ausstrahlungskörper (*sprul sku; nirmāṇakāya*). Der historische Buddha Śākyamuni war nach Auffassung der Mahāyāna-Anhänger ein solcher Ausstrahlungskörper. Das Ursprüngliche Weisheitsbewußtsein, das der Buddha mit seiner Erleuchtung erlangt hat, nimmt selbst Gestalt an. Der Ausstrahlungskörper zeigt sich als gewöhnliche Form, die auch für gewöhnliche Menschen sichtbar ist. Der Körper des Vollkommenen Erfreuens ist dagegen nur für Wesen sichtbar, die sich auf einer der zehn Hohen Bodhisattva-Ebenen befinden. So lautet die Darstellung des Mahāyāna, daß der Buddha, ohne jemals die Sphäre des Wahrheitskörpers zu verlassen, d.h., ohne jemals aus dem tiefen meditativen Gleichgewicht herauszutreten, die Zwölf Taten eines Buddha in dieser Welt gezeigt hat. Die Meditation und die Aktivität zum Wohle der anderen bilden eine unteilbare Einheit.

Der Höchste Ausstrahlungskörper eines Buddha hat besondere Kennzeichen, 32 Hauptmerkmale (*mshan bzang po sum cu rtsa gnyis*)<sup>4</sup> und 80 Nebenmerkmale (*dpe byed bzang po brygad cu; aśītanuvyañjanāni*), die nur der Körper eines Erleuchteten besitzt. Die 32 Hauptmerkmale beschreiben deutlich einen männlichen Körper. Entsprechend sind die Śrāvakayāna-Anhänger der Auffassung, daß die Buddhaschaft nur in einem männlichen Körper erreicht werden kann<sup>5</sup>. Im Mahāyāna dagegen scheint die Beschreibung eines Buddhakörpers nicht wörtlich genommen zu werden. Vielmehr geht man davon aus, daß diese Beschreibung dem männlichen Schönheitsideal im alten Indien entspricht. So ordnet man allen Buddhas — auch weiblichen — diese 32 Haupt- und 80 Nebenmerkmale zu, ohne sie der äußeren Erscheinungsweise im einzelnen anzupassen. Die Zuordnung macht lediglich deutlich, daß der Körper in jeder Hinsicht vollkommen ist.

In gleicher Weise spricht man im Höchsten Yogatantra davon, daß alle Buddhas Halter der drei Gelübde sind, womit in der Regel die Gelübde eines Bhikṣu oder einer Bhikṣuṇī, eines Bodhisattva und eines Tantrapraktizierenden gemeint sind. Auch wenn ein Buddha nicht in der

---

<sup>3</sup> Der Begriff „dualistisches Erscheinen“ hat je nach Zusammenhang unterschiedliche Bedeutung. Unter anderem geht es darum, Phänomene immer zusammen mit falschen Begriffsbildern von unabhängiger, eigenständiger Existenz erscheinen. Diese Er verhindern letztlich die Allwissenheit, das gleichzeitige Erkennen aller Phänomene in ihrer konventionellen und in ihrer Seinsweise.

<sup>4</sup> Detaillierte Aufzählung siehe in Tsepak Rigzin: Tibetan-English Dictionary of Buddhist Terminology, Library of Tibetan World Dharmasala, Second Revised Edition 1993, S. 221, 222.

<sup>5</sup> Martin Willson: In Praise of Tara, Wisdom Publications, London 1986, p. 23; In the Pali canon, the Buddha teaches: It is impossible that a woman Arahant should be a Complete and Perfect Buddha, it cannot be; ... but it is possible that a man Arahant: Complete and Perfect Buddha, this can be (Bahudhātuka-Sutta, MN, III, 65). Hellmuth Hecker: Mann und Frau in der Lehre des Buddha (Teil I), in: Wissen und Wandel, XXXV. Jahrgang Nr. 3/4, Ing. Bindlach 1989, S. 97: Von nur ganz wenigen Dingen sagt der Buddha, daß sie in der Existenz unmöglich seien (M 115, A1, 20). Darunter ist auch folgende Aussage: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, daß eine Frau einen Heiligen als Vollkommenen: einen Kaiserkönig darstellen kann oder daß sie Herrschaft über den Himmel, die Hölle oder die Brahmas erlangen kann.“

äußeren Gestalt eines Mönchs oder einer Nonne erscheint, wird er trotzdem als Halter aller drei Gelübde betrachtet. Auch hier geht es darum, zu erkennen, daß die Ethik des jeweiligen Buddha von allen drei Fahrzeugen her betrachtet einwandfrei ist, wodurch das eigene Vertrauen zunimmt.

Aber zurück zur Ebene der gewöhnlichen Lebewesen. Hat man als gewöhnliche Frau oder als gewöhnlicher Mann Geburt genommen, so bildet diese den Umstand für Altern und Tod. Mit dem Annehmen der fünf Aggregate entstehen Kummer, Klagen, Schmerz, geistiges Unglück und Konflikt und die gesamte Anhäufung von Leid.

Der Buddhismus — also die Lehre des Buddha oder der Dharma — ist wörtlich „eine Lehre, die uns aus leidvollem, unfreiem und mit Hindernissen behaftetem Dasein heraushält“<sup>6</sup>. Der Dharma ist das Mittel, um sich aus dem Leiden und von den Ursachen des Leidens zu befreien. Der verbale Dharma besteht z.B. in den Heiligen Reden des Buddha und der erkenntnismäßige Dharma in den Wahrheiten und den Pfaden. Kern des Buddhismus ist die Meditation, die Umwandlung oder Gewöhnung des Geistes an Positives, auf der Grundlage des Hörens und Nachdenkens.

Wenn hier also von der Verbindung zwischen Frau und Buddhismus die Rede ist, so geht es in erster Linie darum, wie man als Frau alles Leiden aufgibt und endgültiges Glück in Form der Befreiung erlangt. Das Frau-Sein ist sozusagen die Basis, von der man ausgeht, der Buddhismus ist die Anleitung zur Geistesschulung, die der Frau hilft die Leiden und ihre Ursachen aufzugeben, und das letzte Ziel ist, die eigene Befreiung aus dem Daseinskreislauf — und im Mahāyāna zusätzlich die Erlangung der Buddhachchaft zum Wohle aller Lebewesen.

Alle buddhistischen Traditionen berichten von Heiligen, die als Frauen und natürlich auch als Männer solche Zustände erreicht haben. Sowohl in der kanonischen Literatur und ihren Übersetzungen als auch in späteren Texten, die in den jeweiligen Landessprachen verfaßt wurden, finden sich entsprechende Biographien. Den Praktizierenden — Frauen wie Männern — dienen sie als Vorbild für die eigene Praxis und haben somit einen sehr hohen Stellenwert. Sicherlich würde es sich auf die religiöse Praxis einer Frau negativ auswirken, würde sich in einem Zeitraum von mehr als 2500 Jahren kein Bericht über eine Frau finden, die durch eine vergleichbare Praxis die angestrebten Verwirklichungen auch tatsächlich erreicht hat. Entsprechend sind viele Biographien ein Quell höchster Inspiration. Da sind zum Beispiel:

- \* Mahāprajāpatī (*skye dgu'i bdag mo chen mo*), die Stiefmutter des Prinzen Siddhārtha (don grub) und erste Nonne in dem vom Buddha selbst begründeten Nonnenorden, sowie die vielen anderen Nonnen und Laienanhängerinnen zu Buddhas Lebzeiten, die im Vinaya und in den Sūtras Erwähnung finden<sup>7</sup>;
- \* Tārā — die, wie im Sūtra „Der goldene Rosenkranz“ beschrieben, in einem früheren Leben als Prinzessin „Mond der Weisheit“ versprach, bis zur Erleuchtung nur noch im Körper einer Frau wiedergeboren zu werden,<sup>8</sup>
- \* Bhikṣuṇī Kamala (*dge slong ma dpal mo*), auf die die Übertragungslinie des tausendarmigen Mahākaraṇa (*avalokiteśvara*) zurückgeht<sup>9</sup>;

---

<sup>6</sup> Geshe Thubten Ngawang: Systematisches Studium des Buddhismus, Quellenmaterial 7. Semester, Definition der 3 Juwelen.

<sup>7</sup> Hellmuth Hecker: Lebensläufe buddhistischer Frauen zur Zeit des Erwachten. in: Wissen und Wandel, 1972, XVIII 3.

<sup>8</sup> Geshe Thubten Ngawang: Frauen im Buddhismus, in: Tibet und Buddhismus, Nr. 22, 3/1992, S. 28-35.  
Martin Willson: In Praise of Tara, Wisdom Publications, London 1986.

<sup>9</sup> Gelongma Jampa Tsedroen: Die Verantwortung der Frau im Buddhismus, in: Tibet und Buddhismus, Nr. 32, 1/1995, S. 20-24.

- \* die vier Yoginīs unter den 84 Mahāsiddhās<sup>10</sup>;
- \* die tibetische Yoginī Yeshe Tsogyāl (*ye shes 'tsho rgyal*; 8. Jh.)<sup>11</sup> — Verfasserin einer wunderträchtigen Padmasambhava-Biographie;
- \* Matschik Labdrönma (*ma gcig lab sgron ma*; 1055 bis 1149 n. Chr.)<sup>12</sup>, eine natürliche Yoginī Tibets, auf die die Überlieferung der „Abschneide-Praxis“ (*gcod*) zur Überwindung der Ich-Haftung zurückgeht;
- \* die Yoginī Niguma (*ye shes mkha' 'gro ma ni gu ma*; 1016-1100), Schülerin des indischen Siddhā Nārōpa und Verfasserin der „Sechs Yoga-Praktiken“ (*zab lam ni gu chos drug*)<sup>13</sup>;
- \* Schugseb Dschetsünma, eine tibetische Heilige, die 1946 im Alter von 120 Jahren starb; sie verbrachte viermal zwölf Jahre in Meditationsklausur und zählte viele Mönche aus Drepung und Sera zu ihren Schülern;<sup>14</sup>
- \* Sangdu Dordsche Pakmo, die einzige Äbtissin, die ein Mönchskloster leitete, das Kloster Samding. Das weibliche Reinkarnationssystem in Tibet wurde mit ihr im 13. Jh. begründet; sie wurde als Inkarnation Vajrayoginīs anerkannt.<sup>15</sup>

Selbstverständlich brachten auch alle anderen buddhistischen Traditionen weibliche Heilige hervor, deren Lebensbeschreibung in die Literatur einging. Der wohl bekannteste Text der Theravāda-Tradition sind die *Lieder der Nonnen*<sup>16</sup>. Eine Reihe von Texten aus dem allgemeinen Mahāyana-Buddhismus findet sich in Diana Y. Paul's *Die Frauen im Buddhismus. Das Bild des Weiblichen in Geschichten und Legenden*.<sup>17</sup> Die Autorin hat das umfangreiche Material vorwiegend aus chinesischen und indischen Quellen ausgewählt. Eine insbesondere für die Wiederbelebung des buddhistischen Nonnenordens wichtige Studie ist Kathryn A. A. Cissell's *Biographies of Famous Chinese Nuns From 317-516 C.E. (The Pi-ch'iu-ni chuan)*<sup>18</sup>. Darin findet sich ein ausführlicher Bericht über die Überlieferung der Bhikṣuṇī-Ordination von Sri Lanka nach China. Auch unter den Zen-Patriarchen soll es eine weibliche Meisterin gegeben haben.

Will man als einfache Frau nun all diesen großen Vorbildern nacheifern, so ist es wichtig zunächst zu verstehen, daß im Buddhismus keine Unterscheidung zwischen der

<sup>10</sup> Keith Dowman: *Die Meister der Mahāmudra. Leben, Legenden und Lieder der vierundachtzig Erleuchteten*. Eugen Diederichs Verlag 1991, Nr. 65, 66, 67 und 82.

<sup>11</sup> Siehe dazu auch: Keith Dowman: *Sky Dancer. The Secret Life and Songs of the Lady Yeshe Tsogyal*. First published by Routledge & Kegan Paul 1984, Arkana 1989. Die Geheimen Dakini Lehren. Padmasambhavas mündliche Unterweisungen der Prinzessin Tsogyal. O. W. Barth Verlag 1995.

<sup>12</sup> Elisabeth Benard: *Ma-chig Lab-dron*, in: Cho Yang, *The Voice of Tibetan Religion and Culture* No. 3, Tibetan Department of Culture & Religion, Dharamsala Tsultrim Allione: *Tibets Weisse Frauen*, Wilhelm Heyne Verlag, 2. Auflage, München 1995

<sup>13</sup> Glenn H. Mullin: *Selected Works of the Dalai Lama II. The Tantric Yogas of Sister Niguma*, Snow Lion Publications, New York 1985

<sup>14</sup> Hanna Havnevik, Autorin von „Tibetan Buddhist Nuns“, Norwegian University Press, Oslo, arbeitet an der Veroffentlichung der handgeschriebenen Biographie.

<sup>15</sup> Dalai Lama: *Keine Hindernisse für die Gleichberechtigung*, in: *Tibet und Buddhismus*, Nr. 32, 1/1995, S. 25-27. Dalai Lama: *Das Buch der Freiheit. Die Autobiographie des Friedensnobelpreisträgers*, Gustav Lubbe Verlag, Bergisch Gladbach 1975.

<sup>16</sup> *Die Lieder der Mönche und Nonnen Gotamo Buddhos. Aus den Theragāthā und Therīgāthā. Zum ersten Mal übersetzt von Neumann, Zweite Auflage: R. Piper & Co., München 1923.* 1923

<sup>17</sup> Papyrus Verlag, Hamburg 1981.

<sup>18</sup> The University of Wisconsin, Ph.D., 1972, Religion. University Microfilms, Inc., Ann Arbor, Michigan.

Geistesschulung einer Frau und der eines Mannes gemacht wird. Die Natur des Geistes ist die gleiche. In einem Leben ist man Mann in einem anderen Frau, mal Tier, mal Mensch. Die Leidenschaften tragen immer die gleichen charakteristischen Merkmale, unabhängig von Geschlecht, Nationalität usw. Im Buddhismus spricht man immer nur von der kostbaren Menschengeburt, die man nutzen sollte, um das Wesentliche dieses Lebens zu ergreifen.

Im Śrāvakayāna und somit auch im Theravāda-Buddhismus — wie wir ihn heute noch in Sri Lanka, Thailand, Burma und Kambodscha finden — gilt die ethische Disziplin einer vollordinierten Nonne bzw. eines vollordinierten Mönches als höchstes Ideal, wobei der Buddha bei seinen ältesten Nonnen-Jüngerinnen an erster Stelle ihre Weisheit und Magiegewalt rühmte und bei den Laienjüngerinnen ihre Spendenfreudigkeit und ihren Wissensreichtum<sup>19</sup>. Der vollen Ordination voraus geht nach eingehender Kontemplation von Tod und Vergänglichkeit, den Leiden in den niederen Daseinsbereichen und der Gesetzmäßigkeit des Karma die Zuflucht-nahme. Bei der Zuflucht-nahme handelt es sich um ein Ritual, durch das man Aufnahme in die Gemeinschaft praktizierender Buddhisten findet. In der Regel legt man das Zufluchtsgelübde vor einem qualifizierten Meister ab — meist sind es Mönche, in manchen Ländern aber auch Nonnen oder Lehrer im Laienstand. Man verspricht, von jetzt an bis zum Ende dieses Lebens stets Buddha, Dharma und Saṃgha zur höchsten Zuflucht zu nehmen. Bei dem Meister oder der Meisterin handelt es sich — ratsamer Weise nach sorgfältiger Prüfung — meistens um die Person, der man sich in nächster Zukunft als Schülerin oder Schüler anvertrauen möchte.

Erkennend, daß uns unsere guten und schlechten Taten nach dem Tode wie ein Schatten dem Körper folgen, nimmt man jeden Tag aufs Neue vor seinem kleinen Hausaltar Zuflucht in die Drei Juwelen und bemüht sich rund um die Uhr, so gut es geht, auf Körper, Sprache und Geist zu achten, die zehn unheilsamen Handlungen zu vermeiden, die zehn heilsamen Handlungen durchzuführen und somit zunächst einmal eine schlechte Wiedergeburt zu vermeiden und das Karma für die Geburt in einem glücklichen Daseinsbereich anzusammeln. Dann denkt man weiter über die Nachteile des ewigen Kreislaufs unfreiwilliger Geburten und Leiden im Daseinskreislauf nach, kontempliert die Leidhaftigkeit zeitweiligen Glücks in höheren Daseinsbereichen und entwickelt so den starken Wunsch nach Befreiung. Mit dieser Motivation nimmt man eines der acht Gelübde zur eigenen Befreiung (*so sor thar pa; prātimokṣa*), wie das fünf- oder achteilige Laiengelübde, die zehn Regeln einer Noviz-Nonne oder eines Noviz-Mönches, das Gelübde einer Lern-Nonne oder das Gelübde einer vollordinierten Nonne oder eines vollordinierten Mönches.

Während es bei den Laien- und Novizgelübden inhaltlich keinen Unterschied für Frauen und Männer gibt, kommt es bei fortgeschrittener Disziplin zu einigen Abweichungen, die besonders in akademischen Kreisen, unter Feministinnen und zunehmend auch unter praktizierenden Buddhisten, diskutiert werden. Im Kern geht es um die Gleichberechtigung der Frau. Die Gründung des Nonnenordens wurde vom Buddha etwa sechs Jahre nach der Gründung des Mönchsordens vorgenommen. Es wird berichtet, daß er dies nur zögernd und erst nach dreimaliger Bitte tat. Vorbedingung war, so bezeugt es zumindest die kanonische Literatur, daß Mahāprājapatī als erstes Ordensmitglied sich bereiterklären mußte, acht schwere Regeln (*bla ma'i chos brgyad / lci chos brgyad; gurudharma*) zu akzeptieren, durch die den Bhikṣus eine höhere Position als den Bhikṣuṇīs zugesichert wurde. Oldenberg sieht die Aufstellung dieser Regeln auf dem Hintergrund damaliger sozialer Umstände, wenn er sagt<sup>20</sup>: „wie die Gattin der

---

<sup>19</sup> Die Lehren des Buddha aus der Angerichteten Sammlung, Anguttara-Nikāya. Aus dem Pāli übersetzt von Nyanatiloka. I. Band, Einer-Buch, S. 28, 29.

<sup>20</sup> Oldenberg, Buddha, S. 343.

Vormundschaft des Gatten, die Mutter der Vormundschaft der Söhne, so war der Nonnenorden der Vormundschaft des Mönchsordens untergeben.“ Und Ute Hüskens meint dazu<sup>21</sup>: „Wenn der Buddha entgegen der zeitgenössischen Sitte Frauen in seinen Orden aufnimmt, bewegt er sich auf geistigem Neuland, das besondere Rücksicht auf die Meinung „der Leute“ erfordert.“

Trotz der Unterordnung des Nonnordens unter den Mönchsorden, wurde er den Laien und Noviz-Mönchen übergeordnet, und in der Stufe der Ordination waren die Nonnen den Mönchen gleichgestellt. Bei der Bhikṣuṇī-Ordination steht — trotz Mitwirkung des Bhikṣu-Saṃgha — eine Bhikṣuṇī dem Ritual als Äbtissin vor (*mḵhan-mo*; *upādhyāya*). Es scheint, als habe der Buddha mit allen Mitteln der hohen Diplomatie für die Frauen der damaligen Zeit das Bestmögliche „herausgeholt“. Doch was damals großzügig erschien, erscheint heute mitunter diskriminierend, und so ist man gedrängt beispielsweise zu erklären, warum eine Nonne gut 100 Regeln mehr einzuhalten hat als ein Mönch, und wie es zu Textpassagen kommt, in denen der Erwachte über Fehler von Frauen spricht. Letzterem kann man nur entgegenhalten, daß es ein buddhistischen Grundprinzip ist, über die Nachteile des Objekts der eigenen Begierde zu meditieren, um diese aufzugeben. Und da der Erwachte meist zu den Mönchen gesprochen hat, mußte er häufiger über die Nachteile von Frauen sprechen als über deren Vorzüge.

Die Frage der Gleichberechtigung der Mönchs- und Nonnenorden ist für die Frauen in den lebendigen Traditionen jedoch oft nur zweitrangig oder mitunter noch gar kein Thema; denn der Nonnenorden ist in einigen Ländern ausgestorben oder das Gelübde erst gar nicht überliefert worden. Intakte Bhikṣuṇī-Orden gibt es heute nur noch in der chinesischen, vietnamesischen und koreanischen Tradition. Auf Einzelheiten zur Überlieferung der Nonnengelübde von Sri Lanka nach China in den Jahren 429-433 n.Chr. möchte ich hier nicht näher eingehen, da ich dies bereits an anderer Stelle getan habe<sup>22</sup>. Eine ausführliche und sehr interessante Arbeit zum gleichen Thema wurde 1994 in der *World Fellowship of Buddhists Review* von Peter Skilling<sup>23</sup> veröffentlicht. Eine detaillierte Darstellung der Situation der Nonnen in den einzelnen buddhistischen Traditionen findet sich in dem von Karma Lekshe Tsomo edierten Bericht der 1st International Conference of Buddhist Nuns, der in deutscher Übersetzung unter dem Titel *Töchter des Buddha* als Buch erschienen ist<sup>24</sup>.

Eine weitere Besonderheit, der nur Frauen begegnen, die den Lebensweg einer Nonne einschlagen, ist das zusätzliche zweijährige Gelübde einer Lern-Nonne (*dge slob ma*; *śikṣamāṇā*), das der Noviz-Ordination folgt und der vollen Ordination vorausgeht. Sinn und Zweck dieses Gelübdes sind in manchen Traditionen kaum nachvollziehbar. Vielleicht ist dies auch ein Grund, warum man in der chinesischen Tradition heutzutage in der Regel ganz auf diese Ordination verzichtet, obwohl sie im Ritual vorgesehen ist und man sich dessen auch bewußt ist. Zu kaum einem anderen Thema finden sich in den sonst sehr ähnlichen Vinayatraktionen größere Abweichungen als zu den Erklärungen dieses Gelübdes. In fast jeder Tradition findet sich eine andere Zahl von Regeln und inhaltlich weichen diese teilweise stark voneinander ab. Eine kurze, vergleichende Gegenüberstellung findet sich in Akira Hirakawis *Mona-*

<sup>21</sup> Ute Hüskens: Vergleichende Untersuchung der Pārājika-, Saṃghādisesa- und Nissaggiya-Pācittiya-Regeln des buddhistischen Hausarbeits zur Erlangung des Magistergrades am Fachbereich Historisch-Philologische Wissenschaften an der Georg-August-Universität Göttingen 1991.

35.  
tat

<sup>22</sup> Bhikṣuṇī Jampa Tsedroen: A Brief Survey of the Vinaya, dharma edition, Hamburg 1992, pp. 32-53.

<sup>23</sup> Peter Skilling, Pāli Text Society: A Note on the History of the Bhikkhuni-saṃgha (I): Nuns at the time of the Buddha, in: W.F. XXXI, Nos. 2-3, April-September 2537/1994, pp. 47-55. A Note on the History of the Bhikkhuni-saṃgha (II): The Order Paninirvāṇa, in: W.F.B. Review, Vol. XXX and XXXI, No. 4 and No. 1, October-December 2536/1993 and January-March 2537/1994, pp. 49.

ol.  
he  
9:

<sup>24</sup> Diederichs Verlag, München 1991.



*stic Discipline for the Buddhist Nuns*<sup>25</sup>.

Zu der Praxis der Laienfrauen in den Theravāda-Ländern kann ich nicht viel sagen. Es scheint, daß der Besuch von Tempeln und Klöstern, die Entwicklung von Vertrauen und Verdienstansammlung durch das Darbringen von Almosen und Opfergaben im Vordergrund stehen und seltener das Studium und die Meditation. Im Westen dagegen steht bei Frauen wie Männern das Interesse an der Meditation und den Inhalten der Lehre offensichtlich an erster Stelle. Natürlich gibt es Ausnahmen auf beiden Seiten.

Im allgemeinen Mahāyāna, auch Vollkommenheitsfahrzeug genannt, wird die Entwicklung der Entsagung — die Erzeugung des Wunsches nach Befreiung aus dem Daseinskreislauf — noch weiter ausgedehnt. Man überlegt sich, daß alle anderen Wesen im Verlauf der unzähligen Geburten sicher schon mal die eigene Mutter gewesen sind, man erinnert sich ihrer Güte und daß sie genauso wie man selbst im Leiden des Daseinskreislaufs umherwandern und es nicht angebracht wäre, sie allein zurückzulassen. Dem Ideal eines Bodhisattva folgend, erzeugt man das höchste, altruistische Streben nach Erleuchtung, das die Verantwortung auf sich nimmt, die Lebewesen zu befreien. Dabei geht man davon aus, daß jedes fühlende Wesen — und somit auch jede Frau — die Buddhanatur hat, das Potential, die vollkommene Buddhaschaft zu erlangen. Um allen Lebewesen im höchsten Maße helfen zu können, strebt man nach der höchsten Erleuchtung. In allem Handeln stets motiviert von diesem Erleuchtungsgeist (*byaṅg chub kyi sems; bodhicitta*) steht die Übung der Sechs Vollkommenheiten (*pha rol tu phyin pa drug; ṣaḍ pāramitā*) im Mittelpunkt der Praxis — die Vollkommenheit des Gebens (*dāna pāramitā*), der moralischen Disziplin (*śīla pāramitā*), des Ertragens (*kṣānti pāramitā*), der freudigen Anstrengung (*vīrya pāramitā*), der meditativen Sammlung (*dhyāna pāramitā*) und der Weisheit (*prajñā pāramitā*). Weibliche Bodhisattvas wie Tārā, Sarasvatī und Prajñāparamitā, aber auch männliche Bodhisattvas wie Mañjuśrī und Avalokiteśvara sind Frauen wie Männern Vorbild und Objekt der Zuflucht. In China und Ländern, in die sich der chinesische Buddhismus überliefert hat, wie z.B. Vietnam und Korea gibt es auch eine weibliche Manifestation von Avalokiteśvara — Kuan-yin. Sie wird in weißem Gewand dargestellt und weist sehr weibliche Gesichtszüge auf. Die Laien-, Nonnen- und Mönchsgelübde haben außer in Japan auch in allen Ländern des Mahāyāna eine zentrale Bedeutung. Sie sind das Fundament der Mahāyāna-Praxis. Die vollkommene Buddhaschaft kann jedoch nur in einem männlichen Körper erlangt werden. Sollte man sich diesem Zustand in dem Körper einer Frau angenähert haben, ist es unabdingbar, daß sich das Geschlecht umwandelt. Dies hat Diana Paul in *Die Frau im Buddhismus* mit vielen Quellen belegt. Im Vollkommenheitsfahrzeug wird die Stärke des männlichen Körpers als vorteilhaft betrachtet, da man als Bodhisattva auch viele physische Schwierigkeiten auf sich nehmen muß, bis hin zur Opferung des eigenen Körpers an wilde Tiere.

Ist das Erbarmen mit allen fühlenden Wesen so stark, daß man nach Mitteln strebt, um schneller als auf dem allgemeinen Pfad des Mahāyāna die Buddhaschaft zu erlangen, tritt man auf der Grundlage von Entsagung, altruistischer Geisteshaltung und rechter Ansicht und indem man den Pfad entwickelt hat, der Geistige Ruhe (*zhi gnas; śamatha*) und Besondere Einsicht (*lhag mthong; vipaśyanā*) miteinander vereint, in die Übung des Tantra ein. Der tantrische Buddhismus hat sich bis heute vor allem in der tibetischen Tradition erhalten. Der Eintritt ins Tantra geschieht, indem man das eigene Geisteskontinuum zunächst durch eine Initiation zur Reife bringt, die man von einem qualifizierten Vajrameister erhält. Oft handelt es sich bei den Vajrameistern um männliche Wesen hohen Alters, die in der Praxis weit fortgeschritten sind,

---

<sup>25</sup> Kashi Prasad Jayaswal Research Institute, Patna 1982, p. 50 ff.

aber es gibt auch reinkarnierte Meister jüngerer Jahrgangs. Meistens sind diese Vajrameister Mönche, manchmal aber auch Noviz-Nonnen oder im Laienstand. Die Bindungen und Gelübnisse, die man zur Zeit der Initiation auf sich nimmt, müssen gut eingehalten werden. Ausübende sollten als Voraussetzung vor allem eine besonders große uneigennützigte Entschlossenheit und ein besonders starkes Vertrauen in die Lehre besitzen.

Das Tantrayāna wird auch als Vajrayāna (*Diamantfahrzeug*) oder als Geheimes-Mantra-Fahrzeug bezeichnet. Mantra heißt wörtlich „Schutz des Geistes“. Die Ausübung des Geheimen Mantra dient dazu, „den Geist“ vor gewöhnlichen, verunreinigten Wahrnehmungs- und Beurteilungsweisen „zu beschützen“. Darüber hinaus sind Mantras, insbesondere Namensmantras, kurze Gebete, die viele Male aufgesagt werden. Damit wird der Geist einer überweltlichen Gottheit immer wieder angerufen, um Aufmerksamkeit zu erbitten und ihren Segen zu empfangen. Um das Diamantfahrzeug zu betreten, sollte man idealerweise einen nicht-künstlichen Erleuchtungsgeist und eine direkte Einsicht in die Leerheit (*stong pa nyid; śūnyatā*) entwickelt haben. Da beide Verwirklichungen jedoch schwer in einem Leben zu erreichen sind und man als Praktizierende oder Praktizierender zumindest eine Verbindung zum Tantra herstellen möchte, ist ein grundlegendes Vertrauen und ein gutes Verständnis der Stufen auf dem Pfad, insbesondere des Erleuchtungsgeistes und der Leerheit, in der Regel ausreichend, um von einem Vajrameister als Schülerin oder Schüler angenommen zu werden und eine Initiation zu erhalten.

Das Tantrayāna unterteilt sich entsprechend der unterschiedlichen Betonung von äußeren und inneren Übungen in vier Tantraklassen. In der tibetischen Tradition werden vor allem das Kriyānta und das Höchste Yogatantra praktiziert. In den drei unteren Tantraklassen geht man wie im allgemeinen Mahāyāna davon aus, daß man die Buddhaschaft nur in einem männlichen Körper erlangen kann. Die Begründung ist wohl die gleiche wie im Vollkommenheitsfahrzeug.

Nur im Höchsten Yogatantra (*bla na med pa'i mal 'byor gyi rgyud; anuttarayogatantra*) wird gelehrt, daß man in einem weiblichen Körper die Buddhaschaft erlangen kann und daß weder eine Geburt als Mann noch eine Geschlechtsumwandlung nötig sind. In der Biographie Yeshe Tsogyāls heißt es sogar, daß Guru Padmasambhava, der große Wegbereiter des Tantra in Tibet gesagt hat:

Wundervolle Yoginī, Ausübende der Geheimen Lehren!

Die Grundlage für die Verwirklichung der Erleuchtung ist ein menschlicher Körper.

Männlich oder weiblich — das macht keinen großen Unterschied.

Aber wenn sie einen Geist entwickelt, der auf die Erleuchtung gerichtet ist, ist der Körper einer Frau der besser.<sup>26</sup>

Und in dem Tantra *Ārya-tārā-kurukulle-kalpa*<sup>27</sup> heißt es:

Indem alle Frauen diesen König des Tantra [das *Ārya-tārā-kurukulle-kalpa*] h  
entsteht in ihnen das vielfache Glück eines endgültigen Buddha.

In diesem Zusammenhang stellt sich die Frage, was der wesentliche Unterschied zwis

---

<sup>26</sup> Mother of Knowledge. The Enlightenment of Ye-shes mTsho-rgyal by Nam-mkha'i snying-po. Translated by Tarthang T Publishing, Berkeley 1993, p. 102.

<sup>27</sup> Tib.: Phags ma srol ma ku ru kulle'i rlog pa, Lhasa Kangyur: rGyud No. 411, Nga 279.5: sngag kyi rgyal po bud med kun thug sangs rgyas bde ba du ma 'byung/

unteren drei Tantraklassen und dem Höchsten Yogatantra ist. Obwohl es viele Unterschiede gibt, liegt der wichtigste wohl darin, daß nur im Höchsten Yogatantra Erklärungen gegeben werden, wie ein im Tod auftretendes äußerst feines Bewußtsein, das jenseits von Mann und Frau ist, genutzt werden kann, um die Leerheit aller Phänomene zu erkennen und die Buddhaschaft zu erlangen.

Im Höchsten Yogatantra werden drei Körper erklärt: ein grober, ein subtiler und ein äußerst subtiler Körper. Dem letzteren kommt besondere Bedeutung zu. In unserem Körper befinden sich drei Hauptkanäle (*riśa; nāḍī*), in denen die inneren Winde oder Energieströme verlaufen. Ein mittlerer Kanal ist von einem rechten und linken Umschlungen. In Höhe des Herzens im mittleren Kanal befindet sich ein sogenannter „unzerstörbarer Tropfen“. Er ist das erste, was in einem neuen Leben entsteht. Dieser unzerstörbare Tropfen besteht aus der Essenz des Samens und des Blutes der Eltern, das heißt des weißen und roten Elementes. Seine Gestalt kann man sich ungefähr vorstellen wie die eines Senfkorns, das man zuerst in der Mitte zerteilt hat und dessen beide Hälften man dann wieder aufeinandergesetzt hat. Dieser Tropfen ist der äußerst subtile Körper. Innerhalb dieses Tropfens befindet sich eine Energieströmung, ein Wind, den man den lebenserhaltenden Wind nennt. Dieser Wind bildet eine Wesenheit mit einem äußerst subtilen Bewußtsein. Wenn ein neues Leben beginnt, bildet sich zuerst ein unzerstörbarer Tropfen und darin die Wesenheit von äußerst subtiler Energieströmung (*gnyug ma'i rlung*) und äußerst subtilem, ständig anwesendem Bewußtsein (*gnyug sems*). Am Ende des Lebens ist dieser Tropfen das bis zuletzt Übrigbleibende.

Wenn sich während des Sterbeprozesses das Windelement aufgelöst und damit die äußere Atmung ausgesetzt hat und nur noch der „innere Atem“, die inneren Energieströmungen vorhanden sind, erlebt der Sterbende der Reihe nach vier verschiedene Erscheinungen. Zuletzt erscheint dem Bewußtsein eine bloße Leere, ähnlich einem leeren Raum. Zu diesem Zeitpunkt werden der lebenserhaltende Wind, also die gerade genannte äußerst subtile Energieströmung, und das damit verbundene ständig anwesende Bewußtsein innerhalb des unzerstörbaren Tropfens aktiv. Dies ist das erste Mal im ganzen Leben, daß das allerfeinste Bewußtsein aktiviert oder gebraucht wird, um ein Objekt zu erfassen. Das erfaßte Objekt ist die bloße Leere, die im letzten Augenblick des Todes erscheint. Diese Erscheinung tritt bei jedem fühlenden Wesen im Tod auf, unabhängig davon, unter welchen Umständen es stirbt. Das ständig anwesende Bewußtsein, das im Tod die bloße Leere wahrnimmt, wird in den Schriften mit verschiedenen Namen bezeichnet. Man nennt es „Klares Licht des Todes“ oder auch „Klares Licht, das die Mutter ist“.

Eine Yoginī bzw. ein Yogi benutzt dieses im Tod auftretende äußerst feine Bewußtsein, um die Leerheit aller Phänomene zu erkennen, und wenn man sehr geübt ist, kann man über einen längeren Zeitraum in diesem Zustand verweilen. Diese Erkenntnis der Leerheit, die eine Unmittelbare Gültige Erkenntnis (*mngon sum gyi tshad ma; pratyakṣa pramāna*) der endgültigen Bestehensweise aller Phänomene ist, wird auch „Das Klare Licht, das der Sohn ist“ genannt. Wer diese Wirklichkeit erkennt, ist auf dem Weg, sich für immer aus dem unaufhörlichen Daseinskreislauf unfreiwilligen Sterbens und Geborenwerdens zu befreien. Diese Erkenntnis entsteht allerdings nur durch Bemühung im Leben. Wenn die Yoginī oder der Yogi aufgrund der Vertrautheit mit der Leerheit im Tode die bloße Leere nicht als eine gewöhnliche Leere, sondern als die Leerheit erfährt, bedeutet das in den Worten des Geheimen Mantra, daß Mutter und Sohn zusammentreffen.<sup>28</sup>

Man tritt in das tatsächliche Klare Licht ein und bringt an dessen Ende auf der Grundla-

---

<sup>28</sup> Geshe Thubten Ngawang: Tod, Bardo und Wiedergeburt, dharma edition, Hamburg 1994

ge der Übung des Gottheiten-Yoga (*lha'i mal 'byor; devayoga*) aus dem ständig anwesenden Bewußtsein den Illusionskörper hervor. Dabei ist das ständig anwesende Bewußtsein der mitwirkende Umstand (*lhan cig byed rkyen; saha bhū hetu*) für den Illusionskörper und der subtilste Wind, der mit diesem Bewußtsein einhergeht, die substantielle Ursache (*nyer len gyi rgyu; upādāna hetu*). Wenn die Yoginī durch diese Übung die Hindernisse durch Leidenschaften aufgegeben hat, wird sie zu einer Heiligen und erreicht damit den Reinen Illusionskörper. Dies geschieht auf dem Pfad des Sehens und während der sogenannten Erzeugungsstufe (*bskyed rim; utpattikrama*). Jemand, der von außergewöhnlich großen Fähigkeiten und sehr geübt ist, wird noch im Zwischenzustand (*bar do, antarābhava*) den an sich sehr langen Pfad der Meditation (*sgom lam; bhāvanā mārga*) und die sogenannte Vollendungsstufe (*rdzogs rim; niṣpannakrama*) des Höchsten Yogatantras durchlaufen und den Pfad des Nicht-mehr-Lernens (*mi slob lam; aśaikṣa mārga*) und damit die Buddhaschaft in einem Leben in dem jeweiligen Körper einer Frau oder eines Mannes erreichen.

Um sich auf den Sterbeprozess vorzubereiten, nimmt man eine Initiation aus dem Höchsten Yogatantra. Damit verbunden ist in der Regel das Nehmen des Bodhisattva- und Tantra-Gelübdes und das Gelöbnis täglich sechs Mal ein sogenanntes Guru-Yoga (*bla ma'i mal 'byor; guruyoga*) und darauf aufbauend ein Gottheiten-Yoga zu meditieren, das unter anderem eine Meditation über die einzelnen Todesphasen mit ihren jeweiligen Erscheinungen enthält. Bei der Übung des Guruyoga geht es besonders darum, das Anvertrauen an den Geistigen Lehrer zu schulen, eine Praxis, die auch dem Vollkommenheitsfahrzeug nicht fremd ist. Bei der Übung des Gottheiten-Yoga stellt man sich die persönlich gewählte Meditationsgottheit — in der Regel eine Manifestation des Buddha, zu der man besonders großes Vertrauen hat, — vor sich im Raum vor, zum anderen bringt man aber auch sich selbst als diese Gottheit hervor. Gleichzeitig entwickelt man die feste Überzeugung, daß die Gottheit eins ist, mit dem eigenen Meister, wodurch aufgrund der Vertrautheit eine besondere Nähe und ein starkes Gefühl der Dankbarkeit entstehen. Kurz gesagt identifiziert sich die Übende oder der Übende schon auf dem Pfad mit den drei Körpern eines Buddha und übt sich in einer besonderen Form der Wahrnehmung. Man visualisiert sowohl sich selbst als auch die Umgebung in einem vollkommenen Zustand — so wie es dem Resultat, der Buddhaschaft, entspricht, das man zu erlangen wünscht. Obwohl das natürlich zur Zeit des Pfades noch nicht die Realität ist, wird diese Wahrnehmung in der Meditation hervorgerufen. In diesem Sinne sind auch die tantrischen Abbildungen zu verstehen, auf denen Gottheiten und göttliche Umgebungen, sogenannte Maṇḍalas abgebildet sind. Jede Einzelheit eines solchen Bildes hat eine symbolische Bedeutung. Das Maṇḍala, also der Palast, in dem sich die Gottheit befindet und in dem man sich in der Meditation visualisiert, symbolisiert beispielsweise die 37 Eigenschaften, die die Erleuchtung herbeiführen; diese werden auf jedem buddhistischen Pfad geübt.<sup>29</sup>

Somit wird deutlich, daß zumindest aus der Sicht des Höchsten Yogatantras, Frauen die gleichen Chancen haben, die vollkommene Buddhaschaft zu erlangen, da letztlich ein äußerst feines Bewußtsein die Erleuchtung erlangt und dieses bei Frauen und Männern gleich ist. Damit werden die Erklärungen des Hörer- und Vollkommenheitsfahrzeuges nicht als falsch gelehnt, aber man geht davon aus, daß die Ausübung des Höchsten Yogatantras, wenn man in der Lage ist, es zu praktizieren, für Frauen wie Männer der schnellste Weg zur Buddhaschaft ist.

So gibt es vom Grundsatz des Buddhismus her gibt es sicherlich kein Hindernis für die Gleichberechtigung von Mann und Frau. Für die Beseitigung von Mißständen müßte

<sup>29</sup> Geshe Thubten Ngawang: Das buddhistische Tantra Tibets, in: Tibet und Buddhismus Nr. 35, 4/ 1995, S. 10-16

Frauen selbst sorgen, was zunächst gleiche Bildungschancen voraussetzt. Gleiches Recht bedeutet jedoch auch gleiche Verantwortung, sei es als Nonne für die Bewahrung oder Verbreitung der buddhistischen Lehre durch Studium und Praxis, als Laienfrau und Mutter in der Familie oder als engagierte Buddhistin im Umweltschutz oder im Einsatz für Freiheit und Menschenrechte, wie es uns die beiden Friedens-Nobelpreisträger, der Dalai Lama von Tibet und Aung Sang Suu Kyi aus Burma vorleben. Letztlich lassen sich viele Handlungen des täglichen Lebens zur Dharmapraxis umwandeln, wenn man sich täglich aufs Neue bemüht, ein Gutes Herz zu entwickeln und anderen zumindest keinen Schaden zuzufügen.