

LAMA AGNES POLLNER

# Starke Frauen im Buddhismus

Geschichten und Lebenswege



WINDPFERD

1. Auflage 2025

© 2025 Windpferd Verlagsgesellschaft mbh, Köln

ISBN Printausgabe: 978-3-86410-394-0

ISBN E-Book: 978-3-86410-395-7

Überarbeitung der Originalausgabe: Susanne Klein, Hamburg, kleinebrise.net  
Erster Teil der überarbeiteten Ausgabe von »Die weibliche Seite des Buddha«, die 2008 in der Originalausgabe im Theseus Verlag, Stuttgart erschien.

Wir behalten uns die Nutzung unserer Inhalte für Text- und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.

Umschlaggestaltung: Josephine Rank, Berlin

Gestaltung und Satz: Red Cape Production, Berlin

Illustrationen: Umschlag, S. 47, S. 121 © iStock/primiaou, S. 12 © iStock/Elena

Kolesnikova, S. 165 © iStock/CSA-Printstock, S. 229 © iStock/skeeg

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany



Bei Fragen und Anmerkungen zum Produkt wenden Sie sich bitte an:  
info@windpferd.de

# Inhalt

**Vorwort 10**

**Arya Tara 15**

**Einleitung 17**

Ahninnen 18

Erste Inspiration 20

Weibliche Spurensuche ist traditionsübergreifend 20

Drei stärkende Einsichten 22

Demeter und Kore – der zerrissene Blick 29

Die Welt ist eine gute Welt, um zu erwachen 31

Buddha Shakyamunis Befreiungsgeschichte

als Maßstab der Authentizität 32

Wie man mit den Befreiungsgeschichten übt 32

Ist das alles auch wahr? 36

Annäherung, Nacherzählung, Struktur 38

Wie man das Buch benutzen und genießen kann 43

Es gibt keine Befreiung, wir sind schon frei 44

# **Die Frauen der ersten Stunde**

## **1 Wie die Frauen des frühen Buddhismus lebten und übten 49**

Die Therigatha und die Frauen, die Befreiung erlangten 49

Alle Wesen können erwachen, auch Frauen? 51

Weibliche Übende vor dem Buddha 53

Frauen in der frühen buddhistischen Bewegung 56

Was bedeutet Befreiung für die Frauen der Therigatha? 66

## **Die Geschichten 71**

Mahaprajapati, Führerin der Vielen 71

Sujata und der Milchreis 81

Patachara und die Familientragödie 85

Dhammadinna, die große Lehrerin 92

Ambapali und Vimala 94

Maya und Sela, kraftvolle Bilder weiblicher Sinnlichkeit 105

Punnika, die Sklavin 108

Baddha Kundalakesa, die Wahrheitssucherin 112

# **Göttin, Königin, Strassenverkäuferin und Poetin – Die Frauen des indischen Mahayana**

## **Buddha Prajñāparamita 123**

## **2 Die weibliche Welt des Mahayana 125**

Die Vision des Mahayana 125

Können Frauen erwachen? Antworten des Mahayana 133

## **3 Die Frauen der indischen Mahayana-Sutras 137**

Frauen als Lehrende und Wissende 137

### **Die Geschichten 139**

Die Naga-Prinzessin, die Shariputra zum Schweigen brachte 139

Shunyatadevi, die gute Frau der Leerheit 144

Eintritt in das Reich der Wirklichkeit – Das Avatamsaka-Sutra  
und seine Lehrerinnen 152

Vasumitra weckt durch Küsse 153

Das Löwengebrüll der Königin Shrimala 158

## **Nonne, Zenmeisterin, Geisha und respektlose Alte – die Frauen des chinesischen und japanischen Mahayana**

### **4 Die Frauen des Mahayana in China 167**

Buddhismus in China und die Frauen 168

Die ersten Frauen, die in China den Weg gingen 170

### **Die Geschichten 175**

Tan-hui, Strahlen des Dharma 175

Ching-hsiu hat Vertrauen 177

Drei Geschichten von Freundinnen 179

### **5 Die Frauen des Ch'an 185**

Wie Frauen mit dem Ch'an leben 185

### **Die Geschichten 187**

Zwei Geschichten der Meisterin Yuan-chi 187

Mo-shan Liao-jan bekommt einen neuen Gärtner 189

Liu, die Eisenzermalmende, ärgert einen Freund 191

Myoshin und die Fahne im Wind 192

Alte Frauen als Ch'an-Meisterinnen 195

## **6 Die Frauen des Mahayana in Japan 199**

Die buddhistische Lehre in Japan 199

Frauen im buddhistischen Japan 200

### **Die Geschichten 203**

Mugai Nyodai, Japans erste Zen-Meisterin 203

Buddha Amida in der leer gegessenen Reisschale 207

Satsu, die Respektlose 210

Ohashi, die Geisha 213

Ryonen Gesho 215

Eshun 220

Rengetsu 222

## **Sie, die die Rufe der Wesen hört**

## **7 Kuan-yin 231**

Wie männlich ist Avalokiteshvara? 232

Der Siegeszug der weiblichen Kuan-yin 233

### **Die Geschichten 237**

Die Legende von Miao-shan 237

Die Befreiungsgeschichte in der Legende 251

Ma-lang-fu, die Frau von Ma, oder Kuan-yin mit dem  
Fischkorb 259

**Anmerkungen 265**

**Literatur 273**

**Danksagung 277**

**Über die Autorin 281**

## **Hinweise zur Lektüre des Buches**

Leserinnen und Leser, die die Geschichten ohne Erläuterungen lesen möchten, können sich daran orientieren, dass die Geschichten durch eine andere Schrifttype optisch hervorgehoben wurden. (Siehe dazu auch S. 43, »Wie man das Buch benutzen und genießen kann«.)

## **Zur Schreibweise der fremdsprachigen Begriffe**

Für Sanskrit- und Pali-Begriffe wurde die vereinfachte Umschrift ohne Diakritika verwendet, für chinesische Begriffe die Wade-Giles-Umschrift, und tibetische Begriffe wurden gemäß ihrer Aussprache wiedergegeben.

## Vorwort

Mit großer Freude lege ich diesen Band über die weisen Frauen im Buddhismus in Ihre Hände. Frauen gehörten zwar nie zum Mainstream des Buddhismus, aber sie befassten sich in allen Jahrhunderten und Kulturen mit den Lehren des Buddha und seiner Nachfolger und Nachfolgerinnen. Sie übten diese Lehren selbst, und sie versorgten Mönche und Nonnen, Einsiedlerinnen und Einsiedler mit Essen und Kleidung. In den Zeiten und Regionen, wo Frauen Zugang zu Besitz und Bildung hatten, förderten sie Nonnen und Mönche im großen Stil durch den Bau von Klöstern und durch großzügige Geld-, Nahrungs- und Kleiderspenden. Dort, wo einflussreiche Frauen wie die Königin Shrimala den buddhistischen Orden unterstützten, gibt es bis heute überlieferte Aufzeichnungen, die ihre Lehren enthalten.

Zu allen Zeiten gehörten Frauen auch zu der kleinen Gruppe derer, die die Lehren des Buddha mit Leib und Seele übten und Befreiung und Erleuchtung erlangten. Die buddhistischen Überlieferungslinien nennen viele große Praktizierende. In der Regel sind das die Namen großer Männer, und nur sehr selten sind darunter Frauen zu finden. Geschichten über weise Frauen gibt es viele, aber oft bleiben sie namenlos. Sie heißen »die Frau«, »die Alte« und »die Nonne«. Eine Zen-Lehrerin in Los Angeles war es Ende des 20. Jahrhunderts leid, immer nur die Namen der männlichen Ahnen zu rezitieren, und so stellte Wendy Egyoku Nakao Sensei, inzwischen zur Roshi in der Linie von Maezumi Roshi ernannt, eine Liste buddhistischer Frauen aus allen Jahrhunderten für eine Liturgie zusammen. Heute, am Anfang des 21. Jahrhunderts, werden im Zen Center von Los Angeles die männliche und die weibliche Linie im Wechsel angerufen, und dieses Beispiel macht Schule.

In einem Meditationskurs zur Grünen Tara zum Jahreswechsel 2002/2003 erzählte Lama Agnes Pollner mit großem schauspielerischen



Talent die ersten drei Geschichten weiser Frauen im Buddhismus. Im Laufe der nächsten Jahre hörten wir viele weitere. Inspiriert von der englischen Version aus dem Zen Center Los Angeles erstellte Lama Agnes Pollner eine deutsche Anrufung an die großen weisen Frauen.

2004 schlug ich ihr vor, einige dieser Geschichten aufzuschreiben. Sie stellte zunächst eine Sammlung von Kurzbiografien zusammen und schrieb schließlich die ausführlichen Geschichten auf. Das Ergebnis halten Sie jetzt in den Händen. In diesem Band wird von einigen Frauen der ersten Stunde, von Zeitgenossinnen des Buddha und einigen bekannten Frauen aus dem Mahayana Indiens, Chinas und Japans berichtet.

Die anschaulich erzählten Geschichten eignen sich gut zum Vorlesen. Ausführliche Erläuterungen des geistes- und zeitgeschichtlichen Hintergrunds unterstützen das Verständnis. Die Geschichten machen Mut, denn sie zeigen, wie Frauen unbeirrt und kreativ große Hindernisse auf dem Weg überwinden und ihren Weg zum Erwachen mit Ausdauer und Geduld, mit Frechheit und Humor gehen.

Mit diesem Band inspiriert uns Lama Agnes Pollner dazu, auch in den schwierigen Umständen unseres Lebens befreiende Elemente zu entdecken, und zeigt uns, wie wir traditionell überlieferte Geschichten aus einem neuen Blickwinkel sehen können: aus dem Blickwinkel der Frauen.

Es gibt im Buddhismus natürlich weit mehr Frauen als diejenigen, von denen hier die Rede ist, die den Weg bis zum Ende gegangen sind und Befreiung und Erleuchtung erlangt haben. Einige Namen kennen wir und einige nicht. Aber auch wenn wir ihre Namen nicht kennen, haben sie doch gelebt und geübt, und auch das wirkt auf uns. Daran erinnern wir, wenn wir die Anrufung allen Frauen widmen, »die gesehen wurden und nicht gesehen, deren Namen vergessen wurden oder nicht genannt«.

Ich freue mich, dass der Windpferd Verlag nun eine Neuauflage dieser Geschichten der weisen Frauen veröffentlicht. Lesen Sie sie leise und laut. Lesen Sie sie anderen vor. Und freuen Sie sich über den Mut und die Ausdauer der Frauen, die den Weg zum Erwachen gingen und gehen.



*»Ich erinnere mich noch genau,  
wie es mich ergriff, als ich zum ersten  
Mal die Statue von Buddha Tara erblickte.  
Ihr Anblick traf mich ins Herz, denn  
ich verstand in diesem Augenblick,  
dass es im Buddhismus die lebendige  
Überlieferung erleuchteter Frauen gab,  
kraftvoll, gesammelt und strahlend.«*

LAMA AGNES POLLNER



## Arya Tara

In einem anderen Zeitalter, als der Buddha Trommelklang lehrte, lebte eine Prinzessin mit dem Namen Yeshe Dawa, mondengleiche Weisheit. Ihr Herz und Sinn war erfüllt von dem Wunsch, zum Wohle aller Wesen zu wirken und zu erwachen, und so vertiefte sie sich leidenschaftlich in die Lehren des Buddha und übte sich Tag und Nacht in Meditation. Sie machte gute Fortschritte, und eines Tages hatte sie eine Verwirklichungsstufe erreicht, die sie befähigte, auszuwählen, in welchem Körper und von welchen Eltern sie im nächsten Leben geboren werden wollte.

Gute Nachrichten verbreiten sich schnell, und bald wusste es das ganze Land. Alle begannen zu feiern. Viele Menschen kamen, um Yeshe Dawa zu gratulieren, darunter auch die Gelehrten und weisen Männer aus den umliegenden Klöstern und Universitäten. Sie verbeugten sich tief vor der jungen Frau, strichen sich ihre Bärte und sagten zu ihr: »Wir freuen uns sehr, dass du nun nicht mehr, wie die meisten von uns, von den Winden des Karma hin und her geschleudert wirst. Dein Erwachen ist sicherlich nahe! Du kannst jetzt die günstigsten Voraussetzungen dafür schaffen, indem du dich in deinem nächsten Leben als Mann inkarnierst, dann wird es dir sicherlich gelingen!«

Die Prinzessin lächelte die weisen Männer freundlich an und antwortete: »Vielen Dank für eure guten Wünsche, aber das werde ich nicht tun. Es gibt viele, die in männlichen Körpern Erwachen gesucht und gefunden haben, aber nur wenige, die dies in einem Frauenkörper tun. Deswegen gelobe ich heute an dieser Stelle, mich in allen meinen Leben bis zur Erleuchtung und darüber hinaus, bis alle Wesen befreit sind, einzig in Frauenkörpern zu inkarnieren und als Frau zu erwachen.«

Und so geschah es. Ihr Erwachen verwandelte Yeshe Dawa zu Arya Tara, der Befreierin und freien Frau, die als Frau Erleuchtung erlangte, zum Wohl und zur Inspiration aller Frauen und natürlich auch der Männer.

## Einleitung

*»Wenn ich über die Praxis von Frauen nachdenke, beginne ich damit, das Offensichtliche zu bestätigen: Über unermesslich lange Jahre, Hunderte, Tausende, Millionen, Milliarden von Kalpas haben Frauen geübt, sich manifestiert, Verwirklichung erlangt und den Weg des Buddha vollendet.«*

SENSEI WENDY EGYOKU NAKAO<sup>1</sup>

Doch wo sind sie, diese Frauen? Wo stehen ihre Namen, wo die Namen ihrer Lehrerinnen, und wo sind ihre Taten und Fähigkeiten dokumentiert?

Ganz gleich, ob wir im Osten oder im Westen einen buddhistischen Meditationsraum betreten, es blicken die eindrucksvollen Gesichter männlicher Meister auf uns herunter, mitten unter ihnen der Lehrbuddha unseres Zeitalters, Buddha Shakyamuni. Bilder von Frauen, die solche Verehrung genießen, kann man mit der Lupe suchen. Auch die Büchereien quellen über von Unterweisungen und den Lebensgeschichten berühmter Männer. Wo aber stehen die Bücher mit den Geschichten der Frauen, ihren Einsichten und Lehren?

In den Texten, die in buddhistischen Zentren in Ost und West gelehrt und verwendet werden, sucht man Frauen und ihre Namen meist vergeblich. Buddhistische Lehrer sprechen gerne von großen Übenden wie Shantideva, Nagarjuna, Hakuin und Bodhidharma, sie zitieren ihre Texte und Lieder, sie loben die Ausdauer, die Kühnheit und das Mitgefühl dieser Männer, aber Geschichten oder gar Lehrtexte von Frauen? Sendepause! Fast könnte man meinen, es hätte nie Frauen gegeben, die den Weg verwirklichten. Ist Sensei Egyokus Behauptung also reine Spekulation?

Nein, es gibt sie, die Frauen, die vor uns übten. Schaut man genau hin, lassen sich viele Geschichten weiser Frauen finden, die von der

Tradition zwar überliefert worden waren, denen männliche Übersetzer und Übende aber keine besondere Beachtung geschenkt hatten. So sind die Geschichten und Gestalten von Frauen im Buddhismus wie Perlen, die vergessen und unbeachtet in das staubige Halbdunkel des hintersten Winkels der patriarchalen Geschichtsschreibung rollten.

## Ahninnen

In allen buddhistischen Schulen werden die Lebensgeschichten derjenigen, die den Weg zum Erwachen vor uns gegangen sind, eifrig gelesen, erzählt und studiert. Sie sind eine wichtige Inspirationsquelle für die eigene Entwicklung. Außerdem enthalten die meisten traditionellen Übungstexte einen Abschnitt mit den Namen der spirituellen Ahnen, auf die sich die Praxis oder die jeweilige Schule beruft und die dann bis zu Buddha Shakyamuni oder einer anderen Verkörperung des erwachten Prinzips zurückgeführt werden. Diese sogenannten »Liniengebete« werden rezitiert, um das Vertrauen derer, die jetzt üben, zu stärken. Durch die Linie sind die Übenden in der Gegenwart an die lebendige Weisheit des Erwachens all derer, die sie in der Vergangenheit verwirklicht haben, angeschlossen. Diese Verbundenheit in der Gegenwart garantiert, dass die lebendige Lehre auch in der Zukunft nicht verschwinden wird.

Wie ermutigend aber können solche Rezitationen für eine Frau sein, die täglich diese Gebete hört und spricht, in dieser Aufzählung aber nicht einen einzigen weiblichen Namen entdecken kann?

Wie stärkend und inspirierend können Geschichten, ja sogar eine ganze Tradition, wirklich auf Frauen wirken, wenn sie keine Legenden über erwachte Frauen erzählen und ihre Weisheitstexte nicht zitieren? Wenn es keine Identifikationsangebote für Frauen als Heldinnen von Geschichten des Erwachens gibt?

In der Vorbereitungszeit zu ihrer Lehrautorisierung in der Soto-Zen-Tradition verbeugen sich die Anwärtler und seit einigen Jahren



auch die Anwärtnerinnen täglich mindestens dreimal vor jedem der einundachtzig Patriarchen dieser Schule. Am zweiten Tag dieser Übungszeit saß die amerikanische Zen-Lehrerin Sensei Wendy Egyoku verzweifelt ihrem Lehrer Glassmann Roshi gegenüber: »Wo sind die Frauen?«, fragte sie und fragte es von da an jeden Tag, immer wieder: »Wo sind die Frauen?«

Da ihr niemand diese Frage beantworten konnte, machte sie sich auf, um nach ihren weiblichen Vorfahren innerhalb der Tradition zu suchen, in der sie selbst lehren sollte. Ihre ersten Schritte führten sie in die neblige Grauzone, in der sich Frauen immer bewegen, wenn sie in ihrer religiösen Tradition nach ihrem Frausein fragen: »Oft trauen sich Frauen nur, davon zu flüstern, fast so, als würde die Tatsache, darüber zu sprechen, einen Mangel an Verständnis dem Dharma gegenüber zeigen. Aber wenn wir in die Weisheit der Nichtdualität erwachen, erwachen wir dann nicht auch in die ganze Fülle des Menschseins?« Das heißt: Erwachen wir nicht auch in das Frausein hinein? Diese Frage schien zunächst in der Leere zu verhallen, doch dann schenkte die Suche ihr eine Inspiration: »Eines Tages, als ich im Bauch eines United Jet über das Land flog, kamen mir Worte über meine weiblichen Vorfahren in den Sinn, und ich habe sie für euch aufgeschrieben und freue mich darauf, sie mit euch zu erforschen.«

Diese Worte formten sich zu einem weiblichen Liniengebet, einer Anrufung der »Matriarchinnen«, wie Sensei Egyoku es nannte. Das Gebet stellt Frauen der Vergangenheit, die in der buddhistischen Lehre Impulse setzten, aber auch solche, von denen nicht mehr als ein Name davon zeugt, dass es sie gegeben hat, zum ersten Mal in den Umkreis ihrer Schwetsern und Lehrerinnen. Man beginnt, die Fülle an Frauen und Geschichten zu ahnen, die zweitausendfünfhundert Jahre Übung hervorgebracht haben. Regelmäßig rezitieren seitdem die Übenden des Zen-Centers Los Angeles dieses weibliche Liniengebet. Ich stelle mir vor, wie es klingt, wenn die Namen dieser Frauen laut und volltönend zum ersten Mal in der Geschichte des Buddhismus die große Halle mitten in dieser modernen Millionenstadt anfüllen.

## Erste Inspiration

Mittlerweile tönt dieser neue Klang auch aus deutschen Meditationshallen. Im PraxisNetzwerk TaraLibre rezitieren wir mit unserer Lehrerin Sylvia Wetzel allabendlich in jedem Retreat die Anrufung der »großen weisen Frauen«<sup>2</sup>. Im Jahr 2000 hatte mir eine Dharma-Freundin aus den USA die Anrufung der »Matriarchinnen« mitgebracht. Es war wie die Erfüllung einer Sehnsucht, die ich noch gar nicht zu formulieren gewagt hatte. Bislang waren mir über unsere Dharma-Ahninnen nur versprengte Fetzen hier und dort begegnet. Dieses einfache DIN-A4-Blatt war wie der Schlüssel zu einem zusammenhängenden Gewebe weiblicher Gestalten und Einflüsse.

Wer waren all diese Frauen, deren Namen mich von dem Papier auffordernd anschauten? Welche Informationen mochte es über ihr Leben und Üben noch geben? Wie hatten diese Frauen ihren Weg zum Erwachen gestaltet? Wie hatten sie gesprochen und widersprochen?

Wie eine Forscherin an einem unbekannten Ort in der Wüste packte ich meinen Spaten aus, begann zu graben und wurde fündig. Aus dieser Neugier, der ich zunächst nur für meine eigene Praxis nachging, wuchs mit der Zeit eine beträchtliche Materialsammlung. Interpretationsansätze und kulturkritische Betrachtungen zu den Fundstücken entwickelten sich. Sylvia Wetzel hat mich durch ihren frauenfreundlichen buddhistischen Ansatz und ihre Thesen dazu ermutigt und mir außerdem einen Schutzraum geboten. Im Klima ihres Praxismandalas und angeregt durch ihren Mut, zu fragen und zu forschen, konnten diese Samenkörner reifen und wurden schließlich in Vorträgen im Rahmen buddhistischer Seminare und Tagungen getestet.

## Weibliche Spurensuche ist traditionsübergreifend

Mit diesem Buch möchte ich dazu anregen, Verbindungen zwischen den Frauen, von denen es erzählt, zu erkennen. Darum beschreibt es

auch ihr gesellschaftliches und religiöses Umfeld und lässt damit eine Welt lebendiger Symbole und Bedeutung entstehen. Das Buch möchte zum Schmökern einladen, zum Stöbern und zur Freude am Verstehen in den unterschiedlichen Landschaften und Kulturen der buddhistischen Tradition.

Denn weibliche Spurensuche ist traditionsübergreifend, sie muss es sein, schließlich sind auch die Beiträge von Frauen in allen Schulen und Kulturen traditionsübergreifend marginalisiert worden. Jetzt soll sich der Teppich weiblicher Weisheit wieder ungehindert und farbig aufrollen dürfen, von den Zeitgenossinnen des Buddha über die Frauen der Mahayana-Sutras, die Zen-Geschichten des Mumonkan bis hin zu den tantrischen Yoginis (in Band 2).

So eröffnet sich eine neue Perspektive: Wir sehen und würdigen, wie Frauen die Entwicklung des Buddhismus mitgestalteten. In den letzten Jahren sind dazu eine ganze Reihe interessanter Veröffentlichungen erschienen, sie konzentrieren sich aber meist auf einzelne, eingegrenzte Bereiche, z. B. auf die ersten buddhistischen Nonnen oder auf die Geschichten der Zen-Frauen.

Mir geht es hier darum, Frauen der unterschiedlichen Traditionen und Jahrhunderte miteinander in Beziehung zu setzen und damit auch die buddhistische Geschichte aus weiblicher Sicht zu beleuchten. Das Gros der bisherigen Veröffentlichungen ist außerdem in englischer Sprache erschienen, und nur wenig davon wird jemals auf Deutsch zugänglich sein. Es sind in erster Linie wissenschaftliche Arbeiten mit entsprechender Fragestellung, dem dazugehörigen Jargon und philologisch hieb- und stichfesten wörtlichen Übersetzungen der überlieferten Texte. Solche Quellentexte sind meist auch sperrig, und darum habe ich mich für eine freie Nacherzählung entschieden, die die Qualität der Texte als gute Geschichten wieder zugänglich macht. Ich habe nach Identifikationsfiguren für übende Frauen jetzt Ausschau gehalten, nach weiblichen Vorbildern auf dem Weg zum Erwachen, nach Stoff für Lebendenbildung also, und so manches Fundstück wartete nur darauf, in diesem Sinne angemessen präsentiert zu werden.

## Drei stärkende Einsichten

Die Perspektive einer Geschichte des Buddhismus aus weiblicher Sicht, die inspirierende Gegenwart der vielen Frauen, über die ich erzählen konnte, und das Nachdenken über eine Abstammungslinie der weiblichen Übungsstradition haben drei stärkende Einsichten hervorgebracht:

1. Frauen, die jetzt in der buddhistischen Tradition üben, kommen auch als Frauen nicht aus dem Nirgendwo, sie haben Wurzeln.
2. Praktizierende Frauen heute müssen nicht alles neu erfinden, sie können an den Praxisgeschichten weiblicher Übender überprüfen, wie die Lehren auf Frauen wirken.
3. Es ist ein großes Glück, wenn Frauen im Dharma von Frauen lernen können.

### **Frauen, die jetzt in der buddhistischen Tradition üben, kommen auch als Frauen nicht aus dem Nirgendwo, sie haben Wurzeln.**

Wenn wir damit beginnen, in der Geschichte buddhistischer Schulen weibliche Namen und Geschichten auszugraben, gähnen uns zunächst nur Lücken an. Da, wo eine Frau und ihre Geschichte sein sollte, ist Leere. Und wenn hier und da von einer weiblichen Praktizierenden die Rede ist, dann wurde ihr Name wahrscheinlich nicht überliefert. Andere Frauen, die zum Beispiel berühmte Männer unterrichteten und deren Namen bekannt sind, werden in den Liniengebeten und heiligen Geschichten nicht genannt. In einem anderen Fall finden sich vielleicht ein Name und eine Geschichte, aber nichts ist aus dem weiteren Umfeld der Frau bekannt – es bleibt im Dunkeln, wer ihre Lehrerinnen waren, woher sie stammte, ob sie mit anderen Frauen übte und wer diese waren. Die Geschichte einer eindrucksvollen Lehrerin oder Praktizierenden steht oft so vereinzelt in der Landschaft, als wäre sie ganz unvermittelt von einem anderen Stern gefallen. Das alles sind bekannte Schwierigkeiten, die denen begegnen, die sich auf irgendeine Weise mit der Geschichte von Frauen beschäftigen. Wie kommt man hier weiter?

Die feministische Geschichtsforschung setzt mittlerweile darauf, die Lücken selbst über Zusammenhänge Auskunft geben zu lassen. Man sieht sich die Gestalt der Lücken genauer an und überlegt, was sich daraus schließen lässt. Dass zum Beispiel eine Frau allein in einer ausschließlich männlichen Landschaft steht, muss nicht zwangsläufig bedeuten, dass sie ein Einzelfall ist. Viel wahrscheinlicher ist sogar, dass so eine »Ausnahmefrau« aus einem größeren Umfeld weiblichen Übens und Denkens herausragt. Hinter jeder Frau, die es in die offizielle Geschichtsschreibung schaffte, steht also, so können wir annehmen, eine ganze Gruppe anderer Frauen, deren Namen vergessen wurden. Gehen wir von so einer Überlegung aus, öffnet sich aus jedem versprengten Frauennamen der Geschichte ein Fenster in ein Umfeld von Frauen hinein, das eine Vergangenheit und eine Zukunft hatte. So lässt die Gestalt der Lücke ein ganzes Gewebe erahnen.

Laut zu denken und auszusprechen, dass praktizierende Frauen nicht aus dem Nirgendwo kommen, sondern Vorfahrinnen hatten, die existierten, selbst wenn ihre Namen vergessen oder ausgelassen wurden, stärkt das Vertrauen von Übenden jetzt und kann dazu beitragen, Gefühle des Mangels und Nichtgenügens aufzulösen.

**Praktizierende Frauen heute müssen nicht alles neu erfinden, sie können an den Praxisgeschichten weiblicher Übender überprüfen, wie die Lehren auf Frauen wirken.**

Sicherlich können für Frauen auch die Lebensgeschichten und Erfahrungen männlicher Praktizierender inspirierend sein. Kann eine Frau aber einer weiblichen Protagonistin begegnen, die sich auf den Weg der spirituellen Suche macht, Schwierigkeiten überwindet und zuletzt Befreiung erlangt, muss sie nicht erst vom Geschlecht dieser Hauptperson abstrahieren. Durch die Geschichten der Frauen können wir außerdem mehr darüber erfahren, wie buddhistische Übungen und Lehren in der Vergangenheit auf weibliche Übende wirkten und wie sie damit umgingen.

### ***Körperlichkeit***

Körperlichkeit spielt in der Umsetzung der Lehren bei weiblichen Übenden eine ganz andere Rolle als bei männlichen. Das ist schon bei den Zeitgenossinnen des Buddha zu erkennen. Während ihre männlichen Kollegen die Vergänglichkeit gerne in einem Gegenüber und hier vorzugsweise im anderen Geschlecht betrachten, beziehen die Frauen die Lehren über Vergänglichkeit direkt auf ihre eigenen Körper. Dieses unmittelbare Einbeziehen der eigenen Körperlichkeit fördert existenzielle Einsichten, die in den Texten der betreffenden Frauen dann durchaus selbstironisch klingen können. In späteren Epochen des Buddhismus nutzen Frauen Sinnlichkeit als Weg zum Erwachen für sich und andere. In ihrer Körperlichkeit wirken sie nährend, heilend oder auch so betörend, dass man nicht anders kann, als ihnen einfach zum Erwachen zu folgen.

### ***Vorbilder im eigenen Geschlecht***

Weibliche Übende suchen sich Vorbilder im eigenen Geschlecht. Sie nehmen also andere Frauen in ihrem Umfeld wahr, von denen sie lernen können und denen sie vertrauen. Schon in den Liedern der ersten Frauen, die erwachten, ist oft voller Freude von einer anderen Frau die Rede, die geholfen hat, den entscheidenden Schritt zu tun. Ihre männlichen Zeitgenossen beziehen sich dagegen fast ausschließlich auf den Buddha als Vorbild. Im Mahayana drängen dann starke Gestalten wie die Königin Shrimala (S. 158) oder Miao-shan (S. 237), die später zur Bodhisattva Kuan-yin wurde, in den Vordergrund. Ihr Erscheinen und die Art und Weise, wie diese eigenwilligen Frauen in den Texten präsentiert werden, zeigt, dass es ein Umfeld von Frauen gegeben haben muss, das nach solchen weiblichen Vorbildern Ausschau hielt.

### ***Unsichtbarkeit***

Wo Frauen in buddhistischen Ländern wenig geachtet wurden, machten sich weibliche Übende das zunutze. Da sie selbst und ihre Aktivitäten

sowieso meistens nicht beachtet wurden, konnten sich Frauen gesellschaftlich »unsichtbar« machen und in diesem Freiraum ihrer Übung nachgehen. Besonders einfach war das für alte Frauen und Frauen aus sozialen Randgruppen. Hatten sie später Verwirklichung erreicht, konnten sie sich, wenn sie wollten, auch wieder »sichtbar« machen, wie es zum Beispiel in der Geschichte von Shunyatadevi, der Reiskuchenverkäuferin in diesem Buch erzählt wird.

### ***Frauen haben es schwer und auch wieder nicht***

In den Geschichten der Frauen kristallisiert sich folgendes Muster heraus: Weiblichen Übenden begegnen Widrigkeiten viel früher auf dem Weg als ihren männlichen Kollegen, meist noch bevor sie überhaupt einen Lehrer oder eine Lehrerin gefunden haben. Und die Schwierigkeiten kommen meistens von außen. Die Gesellschaft, ihre soziale Situation oder Menschen, die über sie Macht haben, versuchen die Frauen daran zu hindern, sich überhaupt der spirituellen Übung zuzuwenden. Sie sollen heiraten, das Haus führen und sich ansonsten an die geltenden Normen halten. Die schwersten Auseinandersetzungen handeln davon, der Fremdbestimmtheit zu entkommen. Haben Frauen aber diesen Konflikt für sich entschieden, mit dem Dharma Kontakt hergestellt und »angebissen«, kann ihr Erwachen erstaunlich schnell und mühelos sein. Das tiefe Vertrauen in den Lehrer oder die Lehrerin – sie ist als spirituelle Bezugsperson leider nur selten überliefert – können Frauen allem Anschein nach leichter aufbauen. Oft genügt ein kurzer Kontakt. »Frauen sind gegenüber Männern im Vorteil« – zu dieser Überzeugung gelangte auch die indische Meditationsmeisterin des 20. Jahrhunderts Dipa Ma. »Ihr Geist ist viel feiner und beweglicher ... für Männer ist das vielleicht schwer zu verstehen, weil sie Männer sind. Aber der Buddha war ein Mann, und Jesus war auch ein Mann, also gibt es auch für die Männer ein bisschen Hoffnung.«<sup>3</sup>

Viele Geschichten stellen weise und verwirklichte Frauen so dar, als seien sie immer schon auf diese Weise in der Welt gewesen, ohne ihre







## Die Frauen der ersten Stunde

## 1

## Wie die Frauen des frühen Buddhismus lebten und übten

*»... da fand ich eine Frau, der ich vertraute.«*

VAIDEHI, ZEITGENOSSIN DES BUDDHA

### Die Therigatha und die Frauen, die Befreiung erlangten

Frauen waren von Anfang an dabei, schon in den ersten Augenblicken der buddhistischen Bewegung, als der Buddha unter dem Bodhi-Baum erwachte. Sie hatten dieses Ereignis mit vorbereitet und es möglich gemacht. Sie prägten als seine ersten Schülerinnen die Geschichte und die Lehren des Buddhismus. Die Frauen, von denen in diesem Kapitel die Rede ist, übten allesamt zu Lebzeiten des Buddha, erwachten und begleiteten ihn. Ihre Lieder und die Geschichten ihrer inneren und äußeren Befreiung sind in einer für die buddhistische Welt einmaligen Textsammlung bis zum heutigen Tag überliefert: in den Therigatha, den Versen der Frauen, die in Weisheit alt wurden. Diese weibliche Weisheit gehört also zum Fundament buddhistischer Sichtweise. Die Sammlung umfasst dreiundsiebzig Gedichte oder Lieder von Frauen, die ihren Weg zur Befreiung beschreiben.<sup>18</sup> Das Wort *Gatha* bedeutet »Vers« oder »Lied«. Der Pali-Begriff *Theri*, »die Alten«, steht für die »Frauen, die in Weisheit alt wurden«. Man könnte auch sagen, Frauen, denen nachkommende Generationen für ihre Weisheit Respekt erweisen und von denen sie lernen können. Diese Texte von Frauen gehören zu den allerersten Zeugnissen buddhistischen Lebens.<sup>19</sup> Die Autorinnen der Therigatha, die Theris, lebten am Ursprung der buddhistischen Lehre, und mit ihren Versen sind Frauen als Mitbegründerinnen des buddhistischen Lebens dokumentiert. Durch ihre Verse haben wir Zugang zu

ihren spirituellen Errungenschaften und den Lebenswegen, die sie dahin führten. Es sind Frauen, die den Buddha persönlich kannten und in seiner Gegenwart und zu seiner Lebenszeit Befreiung erlangten. Einige sind sogar mit ihm verwandt: seine Ziehmutter Mahaprajapati, seine Cousine Sundari-Nanda und seine Ehefrau Yasodhara. Auch andere Frauen aus dem Haushalt des Siddhartha Gautama, seine Nebenfrauen und die seines Vaters sind Übende der ersten Stunde. Über fünfhundert Frauen aus der Sippe der Shakya treten allein mit Mahaprajapati, die als erste Frau vom Buddha ordiniert wird, in den neu gegründeten Nonnenorden ein.

Einige von ihnen wird der Buddha später als spirituell gleichwertig bezeichnen, wie zum Beispiel die Lehrerin Dhammadinna. Aus den Texten der Therigatha strömt eine Fülle von Informationen über das Leben dieser Frauen, die das Gesicht des Buddhismus von Anfang an mitprägten. Ihre Lebensgeschichten, die Hindernisse, mit denen sie zu kämpfen hatten, ihre Freuden und ihr Erwachen sind heute, 2500 Jahre später, immer noch lebendig. Dreiundsiebzig Geschichten sind erhalten, aber sicherlich gab es weit mehr Frauen, die zu dieser Zeit übten, erwachten und ihre Lieder sangen. Die Verse, die wir heute kennen, wanderten zunächst 600 Jahre lang in mündlicher Überlieferung von Mund zu Ohr. Erst im 1. Jahrhundert nach Chr. wurde überhaupt damit begonnen, buddhistische Texte aufzuschreiben. In den Hunderten von Jahren dazwischen sangen die Übenden die Verse und Lieder, lernten sie auswendig und gaben sie auf diese Weise sorgfältig an die nachfolgende Generation weiter.

Um ein Lied ohne Textvorlage auswendig zu lernen, muss man es viele Male hören und mitsingen. So kann es sich tief in das Gedächtnis eingraben. Dennoch sind vermutlich viele Verse verloren gegangen. Nicht alle Lieder wurden gleich oft gesungen, Teile wurden vergessen oder eine bestimmte Überlieferungslinie verkümmerte. Die Verse, die dann aufgeschrieben wurden und bis heute erhalten geblieben sind, gehören sicherlich zu denjenigen, die Übende vieler Generationen für besonders wichtig und bedeutsam hielten; sei es, weil sie eine wichtige

Belehrung enthalten, sei es, weil sie an eine ganz bestimmte Frau, eine Lehrerin und ein Vorbild erinnern oder weil die Geschichte der jeweiligen Frau für andere eine besondere Inspiration darstellte, schwierige Situationen in ihrem Leben zu meistern.

Wie in mündlichen Überlieferungstraditionen üblich, folgen die Verse in der Originalsprache einem bestimmten Rhythmus und einem Versmaß, damit man sie sich besser merken kann. In der Übersetzung ist es schwierig, diesen Aspekt wiederzugeben, aber manchmal wird sogar in der deutschen Sprache ein Rhythmus daraus.

In diesem Kapitel erzähle ich Geschichten der Frauen der Therigatha und stelle einige ihrer Lieder vor. Natürlich musste ich dabei eine Auswahl treffen. Der Anfang war leicht. Hier muss Mahaprajapati stehen, die Ziehmutter des Buddha, die durch ihre Entschlossenheit den Frauen einen Platz in der neuen Bewegung verschaffte. Dann wurde es schon schwieriger – es gibt so viele schöne Geschichten. Weil aber nicht alle Frauen in diesem Buch Platz haben konnten, habe ich einerseits Frauen ausgewählt, die mir besonders gut gefallen, und solche, die jeweils eine ganze Gruppe der Frauen der Therigatha repräsentieren können. Es treten auch zwei Frauen auf, deren Geschichten nicht in den Therigatha aufgeschrieben sind, ohne die das Erwachen des Buddha aber nicht hätte stattfinden können: Maya, die leibliche Mutter des späteren Buddha, und Sujata, die ihm zu essen gab, bevor er sich unter den Bodhi-Baum setzte, um zu erwachen.

## **Alle Wesen können erwachen, auch Frauen?**

Nach seinem Erwachen unter dem Bodhi-Baum hielt es der Buddha anfangs für unmöglich, das, was er erkannt hatte, an andere weiterzugeben. Es schien gleichzeitig zu einfach und zu tiefgründig zu sein. Aus Mitgefühl für alle Wesen entschied er sich, es dennoch zu versuchen, und begegnete seinen ersten Schülern. Damit setzte er etwa 2500 Jahre vor unserer Zeit das Rad der Lehre in Bewegung. Dieses »erste Drehen

des Rads« umfasst das, was der Buddha innerhalb seiner fünfzigjährigen Lehrtätigkeit an Schülerinnen und Schüler weitergab. Diese Lehren werden unter den Begriffen »Hinayana« oder auch »Theravada«, die Lehre der »Alten«, zusammengefasst.<sup>20</sup>

Der frühe Buddhismus setzte der herrschenden Gesellschaftsordnung eine Vision entgegen, in der sich Menschen als gleichwertig begegnen können; in ihrem Streben nach Erwachen sind alle gleich. Ein ähnlicher Ansatz findet sich auch im Urchristentum und im frühen Islam. Auf dem Weg zum Erwachen werden alle Standesunterschiede aufgehoben. Alle weltlichen Orientierungen werden zurückgelassen und damit auch alle gewohnten Ansichten über sich und andere. Das gilt für Menschen, die ein Leben als Ordinierte wählen, ebenso wie für alle anderen. Ob König, Mörder, Hetäre oder Asketin, alle behandelte der Buddha gleich, mit gleichem Respekt und mit gleichem Klarblick. Der buddhistischen Auffassung nach können alle fühlenden Wesen erwachen, unabhängig von ihrer Rasse, ihrem Status und auch unabhängig von ihrem Geschlecht – ein provokanter Ansatz in einer Gesellschaft wie der indischen, deren Fundamente auf dem Kastensystem und der patriarchalen Bevormundung der Frau ruhten. Für die Frauen war es eine Chance, Wege zu finden, der Sehnsucht nach einem spirituellen Leben nachzugehen. Der Brahmanismus, Vorläufer des Hinduismus, der Religion Indiens, aus der der Buddhismus hervorging, bot Frauen kaum Möglichkeiten, ein religiöses Leben außerhalb der Familie zu führen oder eine religiöse Ausbildung zu erhalten. Das sollte sich mit dem Buddhismus – nach ein paar Startschwierigkeiten – ändern. Nach anfänglichem Widerstand gelang es einer Gruppe von fünfhundert Frauen unter der Führung von Mahaprajapati, einen Nonnenorden in der buddhistischen Bewegung zu etablieren. Somit hatten sie auch ein Recht auf Ausbildung und Betreuung gewonnen und eine Lebensvision außerhalb der Familie geschaffen.

Außerdem hatte der Buddha in der Auseinandersetzung um die Gründung dieses Nonnenordens deutlich und unumstößlich erklärt, Frauen seien in der Lage, vollständig zu erwachen. Sich mit so einer

Perspektive auf den buddhistischen Weg machen zu können eröffnete allen Frauen ganz neue Möglichkeiten. Dennoch war es keineswegs so, dass es in dieser Phase nur als Ordinierte möglich gewesen wäre, den Weg zu gehen oder zu erwachen. Von einer ganzen Reihe von Frauen wird berichtet, dass sie erwachten, bevor sie überhaupt in den Orden eintraten. Gleichwertig zum Ordensleben übten Männer und Frauen außerdem von Anfang an als Waldasketinnen und -asketen, selbst dann, wenn sie vom Buddha vorher in den Orden aufgenommen worden waren.<sup>21</sup> Dies war ja die traditionelle Form des Asketentums, und auch der Buddha ist, als er erwachte, kein Mönch gewesen. Der »Wald« ist dabei sowohl wörtlich wie auch symbolisch zu verstehen. Er bedeutet zunächst, dass die Übenden abseits der Zivilisation in der Einsamkeit lebten. Im Weiteren steht er aber auch dafür, dass dies ein geistiger Ort sein kann, ein Ort, an dem die Werte der buddhistischen Lehre gelten und nicht Werte, die ein Festhalten an Samsara fördern. Die Theri Dantika war so eine »Wald-Yogini«. Sie erlebte tiefe Einsicht und wusste genau, was sie zu tun hatte: »Ich ging in den Wald und richtete mein Herz aus.«<sup>22</sup>

## Weibliche Übende vor dem Buddha

Als der Buddha auf die viermaligen Bitten Mahaprajapatis hin einen Nonnenorden zuließ, war das allerdings nicht die erste Gelegenheit für indische Frauen, ihr Leben ganz einem spirituellen Weg zu widmen.<sup>23</sup>

In vorbuddhistischer Zeit gibt es bereits vereinzelt Hinweise auf Frauen, die spirituelles Ansehen genossen. Es werden Rishikas, Seherinnen und Brahnavadinis, weise Frauen erwähnt. »Die Hinweise sind rar, und diese Frauen kommen einem wie Meteore vor. Sie tauchen plötzlich aus dem Nirgendwo auf und verschwinden wieder, ohne eine Spur zu hinterlassen. Aber Frauen werden ja nicht in einem Vakuum Seherinnen, spirituelle Lehrerinnen oder Weise genannt, sondern in einem Kontext, der unterstützt, was sie leisten«<sup>24</sup>, heißt es bei Susan

Murcott. Ich denke, sie hat recht: Wenn auch nur einzelne Hinweise erhalten sind, so kann man doch davon ausgehen, dass es eine ganze Tradition weiser Frauen gab, obwohl ihre Namen und die Details der Tradition verdeckt oder verschwunden sind. Wir stehen vor dem Gewebe weiblicher Geschichte, und auf den ersten Blick scheint es nur aus Lücken zu bestehen. Aus dem richtigen Blickwinkel betrachtet, füllen sich die Lücken jedoch mit Farben und Mustern.

Die arischen Einwanderer, die ungefähr um 1500 v. Chr. nach Indien eindringen, errichteten eine patriarchale Gesellschaft und ein männliches Pantheon über der ursprünglich matrifokalen Gesellschaft im Indus. Während dieser Umbruchphase war das kulturelle Klima für Frauen noch günstig. Mädchen wurden genauso wie Jungen in der Pubertät initiiert und konnten danach die heiligen Texte, die Veden, studieren. Als verheiratete Frauen teilten sie die vedischen Rituale mit ihren Männern. Sogar unverheiratete Frauen konnten Opferrituale vollziehen. All das natürlich nur, wenn es sich um Frauen der höchsten Kaste handelte.

Einige dieser Frauen waren Dichterinnen, Gelehrte oder Lehrerinnen und verfassten Hymnen des Rig Veda, der ältesten religiösen Schriften Indiens. Wir kennen die Namen von Apala, Vishvavara und Gosha. Aus den Texten der Veden wissen wir von Gargi und Maitreyi, die im 9. vorchristlichen Jahrhundert lebten. In ihnen begegnen wir zwei Frauen, die ihren Wissensdurst nicht zähmen wollten. Gargi, so wird erzählt, war dem großen Weisen Yajñavalkya ebenbürtig. Wahrscheinlich hatten die beiden im selben Ashram studiert. In einer Versammlung stellt sie ihm so viele bohrende Fragen, dass er zuletzt bittet: »Gargi, frag mich nicht mehr, du fragst das, wonach man nicht fragen soll.« Gargi gab vorerst nach, kam aber später wieder und forderte Yajñavalkya erneut heraus: »O Yajñavalkya, so wie ein Sohn eines Kriegers von Kasti oder Videha seinen Bogen spannt, zwei spitze Pfeile ansetzt und in die Schlacht zieht, so habe ich mich erhoben, um dich mit den zwei besten Fragen anzugreifen.«<sup>25</sup> Sie wollte eben genau nach dem fragen, wonach man nicht fragen soll!

Maitreyi war Yajñavalkyas Frau. Als er ihr mitteilte, er habe beschlossen, von nun an als Wanderasket durchs Leben zu gehen, fragte

sie ihn: »Was weißt du über das, was jenseits des Todes ist?« Und Yajñavalkya gab alles an seine Frau Maitreyi weiter, was er darüber wusste.

In der Zeit zwischen 1000 und 500 v. Chr., also in den Jahrhunderten vor der Geburt des Buddha, verschlechterte sich die Situation für die Frauen. Die drawidische Urbevölkerung war in die unterste der vier Hauptkasten<sup>26</sup> bzw. Gesellschaftsgruppen, die Shudras, gedrängt worden und verrichtete als Bedienstete in den arischen Haushalten jetzt die Arbeit, die zuvor Frauensache gewesen war. Das bedeutete Statusverlust sowohl für die Arbeitsbereiche, die traditionell bisher von Frauen verrichtet wurden, wie auch für die Frauen selbst, die mit diesen Arbeiten auch ihre Kompetenzbereiche verloren: Einerseits verschlechterte sich das Ansehen dieser Tätigkeiten, weil es jetzt »nur« Dienertätigkeiten waren, die früher der Hausfrau zustanden, andererseits verloren Frauen Bereiche, in denen sie bestimmen und gestalten konnten, das heißt auch sichtbar dazu beitragen konnten, dass es der Familie gut ging. Die drawidische Kultur, die matrifokal ausgerichtet war und in der Frauen eine starke Verehrung genossen, wurde immer weiter in den Untergrund gedrängt. Es herrschte Apartheid der Bevölkerungsgruppen. Mischen zwischen der drawidischen und der arischen Bevölkerung waren verboten. Diese Ghettoisierung unterstützte aber andererseits den Erhalt der matrifokalen Inhalte über die folgenden Jahrhunderte hinweg. Später wurden sie in den tantrischen Strömungen Indiens wieder lebendig.

## Die Jains

Die Ausgrenzung von Frauen und den unteren Kasten im Brahmanentum bereitete den Boden dafür, dass sich nichtbrahmanische Sekten bildeten, unter ihnen die Jains und später die Sangha des Buddha. Der Buddha kannte die Jain-Sekte gut. Er hatte jahrelang selbst als Wanderasket unter ihnen gelebt. Beide Gruppen, die Jains und die Buddhisten, vertraten offensiv ein Menschenbild, das allen unabhängig von Kaste und Geschlecht die gleiche Würde zusprach. Menschen aller gesellschaftlichen Schichten sollten gleichberechtigt zusammenleben – Kaufleute,



Brahmanen, Kurtisanen neben Witwen und Fürstensöhnen. Auf der Suche nach der Befreiung galten keine weltlichen Kategorien und Rollenbilder. Frauen konnten in der Gruppe der Jains (fast) alle Funktionen einnehmen und ihre Fähigkeit zu erwachen wurde nicht in Frage gestellt.<sup>27</sup>

Das indische Trainingssystem für Yogis und Yoginis funktionierte noch bis in die Neuzeit nach demselben althergebrachten Muster: Lehrer und Lehrerinnen der Jains oder auch anderer Gruppierungen scharten für Belehrungen Schüler und Schülerinnen um sich, die dann später allein oder in kleinen Gruppen weitertrainierten.

Die Anfänge der Jain-Sekte liegen schon etwa zweihundert Jahre vor dem Erscheinen des Buddha Gautama. Frauen strömten in Scharen zu den Jains, denn einer ihrer Meister, Parsavantha, hatte ausdrücklich bestätigt, dass Frauen fähig sind, das höchste Ziel der Vervollkommenung zu erreichen.<sup>28</sup>

Eine Aussage, die der Buddha zunächst ebenfalls unterstrich, an der die buddhistische Doktrin in den darauffolgenden Jahrhunderten aber immer wieder ins Stottern kam. In der Sekte der Jains konnten Frauen Sadvis, also Wanderasketinnen, sowie Lehrerinnen und Predigerinnen sein. Als Praktizierende der Jain-Sekte traten sie in der Öffentlichkeit uneingeschränkt auf.<sup>29</sup>

In diesem Zusammenhang macht es wirklich stutzig, dass es der aufkeimenden buddhistischen Bewegung so schwerfiel, den Frauen einen Platz in ihrer Ordensgemeinschaft zu geben. Oder wollten sich die Männer um den Buddha, zumindest im Nachhinein, dezidiert von der Jain-Sekte abgrenzen?<sup>30</sup>

## Frauen in der frühen buddhistischen Bewegung

Welche Bedingungen fanden Frauen zu Lebzeiten des Buddha vor, wenn sie sich für seinen Weg entschieden?

Das Leben in einem Frauenkörper galt als schwierige Bedingung. Zwar hatte der Buddha ohne Zweifel bestätigt, dass Frauen Arhatschaft

erreichen können, was sie in der Folge dann auch in Scharen taten. Trotzdem sind ihnen durch ihren weiblichen Körper bestimmte Schritte auf der »Karriereleiter« eines Erwachten versagt: Es herrscht die Ansicht vor, dass sie nicht Lehrbuddha eines Zeitalters werden können. Dessen Körper wird explizit als ein männlicher beschrieben.<sup>31</sup>

Allgemein herrscht in der Frühzeit des Buddhismus die Auffassung vor, die auch noch bis in die heutige Zeit quer durch alle Schulen vertreten wird, dass Frauen durch das Leben, das ihnen ihr Geschlecht auferlegt, eine sehr viel schwierigere Ausgangsposition auf dem Weg zum Erwachen haben. Sie sind an ihre Kinder, die Familie und in der patriarchalen Gesellschaft an den Schutz und die Bevormundung durch Männer gebunden. Es ist für sie dadurch viel schwieriger, sich von sozialen Zwängen zu befreien, sich vom weltlichen Leben abzuwenden und sich ganz dem Weg zum Erwachen zu widmen. Erst mit dem Mahayana gewinnt die Überzeugung an Gewicht, dass das alltägliche Leben ein Teil des Weges ist und viele gute Möglichkeiten zum Üben und Erwachen bietet. Die tantrischen Lehren werden diesen Weg dann noch ausdrücklicher formulieren.

Die indische Gesellschaft sagte Frauen außerdem nach, emotional instabil zu sein. Auch das würde den Weg zum Erwachen erschweren. Es ist ein Vorwurf gegenüber Frauen, den wir ebenso aus der westlichen Welt kennen. Emotionale Unausgeglichenheit kann man wohl jeder unterdrückten Gruppe nachsagen, die nicht schon in Apathie verfallen ist.

Es ist wahr, in den Lebensgeschichten der Theris spiegeln sich oft herzerreißende Lebensdramen mit allen dazugehörenden Gefühlen: Glücksrausch, Heulen und Zähneklappern. Haben die Frauen aber erst einmal an der Angel des Dharma angebissen, kann von Instabilität keine Rede mehr sein.

Welche Übungen und Lehren erwarteten die suchenden Frauen, die sich der buddhistischen Bewegung anschlossen? In den Meditationen und Kontemplationen des frühen Buddhismus steht das achtsame Betrachten der Vergänglichkeit, des Leidens und des Nicht-Ich im Mittelpunkt. Auch die Einhaltung der Shilas, der ethischen Regeln, ist eine

zentrale Lehre. Es ist ein Übungsweg der Weltabkehr. Ein betont einfaches, asketisches Leben reduziert die Erfahrungen der Sinneswelt so weit wie möglich, um Ablenkungen aus der Übung herauszuhalten und den Geist nicht aufzuwühlen. Das Ziel des Weges ist, frei von den geistigen Giften, Gier, Hass und Unwissenheit, zu werden. Wer diese Freiheit erlangt hat, wird als ein oder eine »Arhat« bezeichnet<sup>32</sup>, jemand, für den oder die das Leiden beendet ist. Die Texte des Pali-Kanons bezeichnen das Erreichen der Freiheit oft als »Aufhören der Begierden«. Diese ernüchternde Aussage drücken die Frauen in den Befreiungsliedern der Therigatha in poetischen Bildern aus: Die Lampe erlischt, das große Dunkel ist zerrissen, das ist mein letzter Körper, das Feuer ist erstickt, der Pfeil ist herausgezogen, oder die Bürde ist abgelegt.

### **Das Ideal der Weltabkehr**

Die Übungen des frühen Buddhismus behandeln das Leben in der Welt als Hindernis auf dem Weg zum Erwachen. Dieses Hindernis wird oft als Schlingen dargestellt, die – von Frauen, Sexualität und Familienleben ausgehend – den Mann, der all das hinter sich lassen will, festhalten und fesseln. Das Beste ist, einen klaren Schnitt zu machen. Siddhartha Gautama ließ seine Familie und damit auch sein früheres bequemes Prinzenleben im Palast in einer Nacht hinter sich, um sich ganz seiner spirituellen Suche zu widmen, und kreierte damit ein Ideal für den frühen Buddhismus. Der Aufbruch in die »Hauslosigkeit« galt für einen wahrhaft Suchenden als einer der wichtigsten Schritte in das spirituelle Leben hinein. Das ist für alle monastischen Traditionen immer noch so. Man lässt damit alle Bindungen und Verpflichtungen hinter sich, die vom Übungsweg ablenken könnten. Andererseits muss man sich auch von allen Annehmlichkeiten und Sicherheiten trennen.

Die Lehren waren ja in erster Linie an den Adressaten »Mann und Mönch« gerichtet, und um diesem zu helfen, die Entscheidung wirklich zu vollziehen, heben die Texte den trügerisch gefährlichen Charakter der Beziehungen zu Frauen besonders hervor. Sie stehen symbolhaft für die