

Wer ein tibetisch-buddhistisches Kloster, egal ob nun in Ladakh, Tibet oder Bhutan, besucht, wird fast immer im Eingangsbereich auch das buddhistische Lebensrad – auch Samsara genannt – treffen. Diese Darstellung ist wie kaum eine andere eine Zusammenfassung dessen, wofür der Buddhismus steht, und eine Erinnerung daran, dass jede unserer Handlungen auch Folgen hat. Nicht von ungefähr also, dass schon Kindern das Lebensrad sehr früh erklärt wird.

Das buddhistische Lebensrad: Teil 1



Das Lebensrad wird von einem furchterregendem Wesen getragen, das meist als der Totengott Yama, gelegentlich aber auch als Mara, der Gott der Verführung oder als Srinpo, ein Riese, interpretiert wird.

Der innere Kreis



Im Zentrum des Lebensrades befindet sich ein innerer Kreis. Das Rad wird dort von drei Tieren angetrieben: vom **Hahn**, der **Schlange** und einem **Schwein**. Sie beißen sich gegenseitig in den Schwanz und stehen symbolisch für die **drei Gifte** unseren Lebens: der Hahn steht für die **Gier**, die Schlange für den **Hass** und das Schwein für die **Ignoranz oder Verblendung**. Diese drei Gifte sind es, die uns vorrangig im Rad des Lebens gefangen halten. Denn das Ziel ist es, sich aus diesem Kreis der Wiedergeburten zu befreien.

Der innere Kreis wird von einem weiteren Kreis umschlossen, der sich in einen hellen und einen dunklen Bereich teilt: der dunkle zeigt aneinander gefesselte Wesen, die von Dämonen getrieben werden. Der hellere Bereich zeigt Menschen, die ein besseres und weniger grauenvolles Dasein zu fristen haben.

Die sechs Bereiche des Lebensrades

Rund um den inneren Kreis finden wir die sechs Bereiche, in die wir wiedergeboren werden können. Wir beginnen mit den nicht gerade idealen Bereichen:

1. Die Welt der Hungergeister



Die Hungergeister können wegen ihres engen Halses nichts essen und müssen daher zeit ihres Lebens Hunger und Durst leiden. Es ist vor allem die Gier, die sie in diesen Bereich gebracht hat. Der Buddha, der in der Darstellung des Reiches der unbefriedigenden Begierden gezeigt wird, setzt der Gier und dem Geiz symbolisch mit dem Nektargefäß in seinen Händen die Tugend der Freigiebigkeit entgegen. Ganz simpel also, will uns diese Darstellung sagen: Bist du gierig, sieht so dein Karma aus. Willst du das nicht, sei großzügig und bringe Opfer.

2. Die Hölle



Wer hier landet, muss die schlimmsten Qualen, furchtbare Hitze und Kälte erleiden. Die Darstellungen variieren und erinnern in vielerlei Hinsicht christlichen Höllenvorstellungen. Da brennt man im Feuer, es werden einem Glieder und Genitalien abgehackt, man wird gekocht und verspeist. Auch hier findet sich ein Buddha, der mit Wasser den Weg zur Reinigung den Pfad aus der Hölle weist. Die simple Erklärung: Rein kommst du durch Zorn und Hass, raus durch Geduld.

3. Die Welt der Tiere



Hier landest du, wenn sich dein voriges Leben insbesondere durch Unwissenheit und Willensschwäche ausgezeichnet hat. Auch als Tier hat man es nicht leicht, werden sie doch von den Menschen gejagt und verspeist (oder sie verspeisen sich gegenseitig). Ebenso in diesem Bereich findet sich ein Buddha, der meist mit dem Schwert - dem Symbol zur Zerstörung der Unwissenheit - den Weg aus diesem Lebensbereich weist.

4. Die Welt der Menschen



Im Bereich der Menschen leiden die Menschen durch ihren Egoismus und ihre Leidenschaften an Krankheit, Alter und Tod. Generell aber ist dieser Lebensbereich der günstigste aller sechs, da der Mensch hier Zugang zur buddhistischen Lehre hat, und so die Möglichkeit hat, aus dem Lebensrad auszutreten (=Nirvana). Der historische Buddha, der hier dargestellt wird, steht für diese Möglichkeit.

5. Die Welt der Götter



Die Welt der Götter steht für Genuss und die Illusion des ewigen Glücks. Klingt doch ganz verführerisch, möchte man meinen. Doch von hier droht die Wiedergeburt in niedere Daseinsbereiche, denn man läuft in diesem Bereich nur zu leicht Gefahr dem Stolz und Leichtsinn zu verfallen. Der Bodhisattva Avalokiteshvara weist hier den Weg aus diesem Bereich, indem er die Tugend der Meditation verkündet.

6. Die Welt der Halbgötter oder Krieger



Im letzten der sechs Lebensbereiche befinden wir uns in der Welt der Halbgötter und Krieger, die sich in ständigem Kampf und Streit mit den Göttern befinden. Sie streiten über den Besitz des Wunschbaumes, dessen Wurzeln sich auf der Seite der Titanen, seine Krone mit reifen Früchten sich aber auf der Seite der Götter befindet. Voller Neid kämpfen sie um den Besitz des Baumes. Es ist also die Eifersucht, die sie im Samsara, dem Kreislauf der Geburten, gefangen hält. Der Buddha, der in diesem Bereich erscheint, weist sie darauf hin.

Auch wenn die Welt der Menschen die erlösungsgünstigste ist, ist keine der sechs Bereiche auswegslos. Um dies zu verdeutlichen finden sich in allen sechs Welten Buddhas, die einem den Welt aus dem selbstgeschaffenen Dilemma weisen.

Der **äussere Ring der 12 Abhängigkeiten** wird in einem der nächsten Beiträge erklärt.

Lies auch unsere beiden vorigen Beiträge zum großen Thema buddhistische Ikonografie:

[Die 10 wichtigsten Mudras](#)

[Die 10 wichtigsten Buddhas & Gottheiten](#)

Diese Reisen mit Schwerpunkt auf dem Buddhismus könnten dich interessieren



Basics of Ladakh

Kulturreise mit Tageswanderungen

Die Einstiegsreise für Ladakh-Neulinge, die in relativ kurzer Zeit die klassischen Highlights Ladakh zeigt, trotzdem aber mit Geheimtipps nicht spart. Eindrucksvolle Wanderungen runden das Programm ab.

Gegen Terminanfrage auch für Einzelpersonen möglich

Beste Zeit: **Juni-Oktober**



Mystisches Ladakh

Zu den spirituellen Wurzeln Ladakhs

Auf dieser Reise besuchst du nicht nur Klöster, sondern auch besondere spirituelle Plätze und Menschen, wie Orakel, Schamanen und Heiler, die einen besonderen Bezug zur Religion oder

spezielle Funktionen innehaben.

Gegen Terminanfrage auch für Einzelpersonen möglich

Beste Zeit: **Juni-Oktober**



Kultur & Wandern in Sikkim

Kulturerleben & Tageswanderungen

Diese Reise ist ideal zum Kennenlernen des ehemaligen Königreichs Sikkims und der Kolonialstadt Darjeeling. Schöne Unterkünfte verbunden mit den eindrucksvollsten Kulturstätten und reizvollen Wanderungen.

Gegen Terminanfrage auch für Einzelpersonen möglich

Beste Zeit: **März-Mai & Oktober-Dezember**
