

Karma und Wiedergeburt – das Abenteuer des Sterbens

(erschienen unter dem Titel: „Gibt es mich im nächsten Leben?“ Ursache & Wirkung 84 (2013), S. 14-17)

Karl-Heinz Brodbeck

Der Buddhismus wird vielfach mit der Vorstellung in Verbindung gebracht, dass ein unerbittliches Karmagesetz das Leben und Sterben über den Tod hinaus regiert: Die vollbrachten Taten erzeugen durch ihre moralische Qualität ein „Karma“, das in einem späteren Leben „reift“ und zu einem neuen Körper in neuen Situationen führt. Was darin dann erlebt wird, ist verursacht durch vergangene Taten. Auch eine vorübergehend glückliche Wiedergeburt ist vergänglich, und so setzt sich der Kreislauf von Geburt und Sterben endlos fort (samsara), bis durch die Begegnung mit der Lehre des Buddha ein Ausweg gefunden wird. Andere Religionen, die keine Reinkarnation kennen, verwenden an Stelle eines anonymen Gesetzes die Vorstellung eines richtenden Gottes nach dem Tod, worin die Sünder verdammt werden, die Frommen aber in ein Paradies einkehren. Zwar kennt man auch im Buddhismus die Vorstellung von Höllen oder himmlischen Bereichen, fügt allerdings stets die Vergänglichkeit solcher Existenzformen hinzu. Die Idee einer moralischen Gerechtigkeit verbindet alle Religionen: Der Tod ist nicht ein Aufhören, sondern wird als Gericht und Verwandlung erklärt.

Bei der skizzierten Auffassung der Lehre von Karma und Reinkarnation handelt es sich allerdings um eine vor- oder außerbuddhistische Vorstellung. Sowohl die Lehre vom Karma wie auch die Vorstellung vom Weiterleben einer Seele, die sich einem göttlichen Urteil stellen muss, kann nur gedacht werden, wenn man sich eine vom menschlichen Körper unterschiedene Substanz vorstellt, die den Tod überdauert und in späteren Verkörperungen wiederkehrt. Der Begriff Seele, verbunden mit einer Reinkarnationslehre, findet sich im alten Griechenland. Im Hinduismus wurde dieser dauernde Persönlichkeitskern Atman genannt. Der Buddha hat nun aber diese Vorstellung in seiner An-Atmanlehre mit durchaus scharfen Worten bekämpft: „Nach dem Tode werde ich beständig, ewig, immerwährend und unvergänglich sein und immer als derselbe fortleben – ist diese Theorie nicht eine ganz und gar närrische Lehre?“ (MN 22). Gleichwohl gibt es im Buddhismus eine Karmalehre und eine Vorstellung von Wiedergeburt. Ein Widerspruch? In seiner berühmten Rede an die Kalamer (AN III, 66) hat der Buddha aufgefordert, nur als Lehre anzunehmen, was man jeweils selber erkennen kann. Gleichwohl hält sich oft der Gedanke, dass man Karma und Reinkarnation nicht unmittelbar verstehen, sondern nur glauben könne. Man müsse der Erleuchtung des Buddha vertrauen. Doch gegen diesen Gedanken steht das Buddhawort selbst; es ist zudem für einen westlich erzogenen Geist kaum akzeptabel, den Glauben an einen richtenden Gott durch den Glauben an ein richtendes Karma zu ersetzen. Tatsächlich wurden auch innerhalb des Buddhismus, vor allem in der Madhyamaka-Philosophie, durchaus kritische Töne laut. Daran anknüpfend möchte ich einige Überlegungen skizzieren, um den scheinbaren Widerspruch in der Lehre des Buddha etwas aufzuklären.

Wenn die Lehre von Samsara, vom endlosen Kreislauf der Wiedergeburten im naiven Sinn genommen wird, dann können wir unmittelbar die eigene Erfahrung heranziehen: Wir alle sind nach dieser Vorstellung schon vielfach wiedergeboren worden. Auch das aktuelle Leben ist eine Reinkarnation. Doch wer erinnert sich an frühere Leben? Es gibt immer wieder Berichte über solch eine Wiedererinnerung; tatsächlich tauchen gelegentlich in uns Empfindungen auf, die man als Bilder aus früheren Leben deuten könnte (Déjà vu). Doch all dies bleibt seltsam fremd, wie ein Traum, kaum zu vergleichen mit der Erinnerung, dass ich heute

Morgen Tee getrunken habe. Wenn es zum Leben gehört, sich so gut wie gar nicht an frühere Existenzen erinnern zu können, so fügt die These der Wiedergeburt unserer Alltagserfahrung kaum etwas hinzu. Wie Christen oder Atheisten, die nicht an Reinkarnation glauben, müssen auch Buddhisten einfach das Beste aus ihrem aktuellen Leben machen.

Ein ähnlich ernüchterndes Resultat ergibt sich, wenn man den Begriff von Karma ein wenig kritisch analysiert. Ich möchte hier nur einige Punkte erwähnen (mehr in: „Was ist Karma?“, Ursache&Wirkung 80, 2012). Wenn man sich das Karmagesetz als eine Art Naturgesetz der Moral vorstellt, so wird man z.B. sagen: Wenn ich heute negative Erfahrungen mache – jemand belügt mich –, so ist das ein Ergebnis früheren Handelns, worin ich selbst gelogen habe. Diese „Erklärung“ besitzt drei Schönheitsfehler: Erstens gibt es dafür keinen Hinweis, wiederum nur einen Glauben; zweitens ist der Gedanke widersprüchlich. Derjenige, der mich heute belügt, erfüllt ja nach dieser Vorstellung nur das Karmagesetz. Er handelt also gar nicht negativ, vielmehr gehorcht er einfach einem Gesetz, schafft also kein eigenes Karma. Nun existiert aber Samsara schon seit anfangsloser Zeit. Also auch meine Lüge im früheren Leben war nur eine Erfüllung des Karmagesetzes – es gab also gar kein negatives Karma. Drittens, wie schon erwähnt, ist vorausgesetzt, dass durch alle Verkörperungen hindurch eine Bewusstseinssubstanz wandert, die das Karma aktiv erzeugt, später passiv erlebt. Wenn wir ein Leben durchlaufen, haben wir aber viele Egos: das des Säuglings, des Teenagers, des reifen Erwachsenen, schließlich vielleicht als dementer Pflegefall – welches Ich soll eigentlich wiedergeboren werden?

Die Vorstellung, dass ein Ich Karma schafft und erlebt, wurde vom Buddha ausdrücklich abgelehnt (SN XXII, 47). Das Ich ist eine vergängliche Illusion. Zu sagen, „ich“ habe in früheren Leben dies oder das vollbracht, werde in künftigen Leben (als Mensch, Tier, in Himmel oder Hölle) dies oder das erleben, beruht auf dem grundlegenden Denkfehler „Ich“. Man versteht die Lehre des Buddha vielleicht besser, wenn man sie auch als Kritik früherer Auffassungen im Hinduismus erkennt. Die Vorstellung einer ewigen Seele, die Taten steuert und Lohn oder Strafe dafür erntet (durch das Karmagesetz oder einen Gott), setzt eine Dualität von Geist und Körper voraus; in den Upanishaden „nama-rupa“ (Geist-Körper) genannt. Der Buddha hat nun diese Auffassung nicht einfach abgelehnt, sondern differenziert. Er lehrte, dass „nama“, das Geistige, unter vier Aspekten zu betrachten sei: Gefühle, Wahrnehmungen, Gewohnheitsmuster und Gedanken. Zusammen mit rupa, dem Körper, ergeben sich fünf Aspekte des menschlichen Daseins: die fünf Skandhas. Sie bilden einen unaufhörlichen Prozess, worin Körper, Gefühle, Gewohnheiten, Gedanken und Sinneserfahrungen endlos verflochten sind. Dieser Prozess wird durch unaufhörliches „Ich-Sagen“ kontaminiert. Tatsächlich ist er aber gar nicht individuell zurechenbar: Wir blicken auf eine gemeinsame Welt, teilen Gedanken (durch die Sprache), auch Gefühle können ganze Gruppen ergreifen (etwa im Fußballstadion). Es ist also eine Illusion, sagt der Buddha, dass ein Körper (rupa) durch einen Geist (nama) bewohnt wird, der sich dann wieder vom Körper trennen kann. Die Dynamik der fünf Skandhas verknüpft uns Menschen untereinander und mit anderen Lebewesen. Es ist eine gegenseitige Abhängigkeit, in die sich allerdings fast unausrottbar immer wieder der Gedanke einnistet, alle Handlungen seien die Tat eines „Ich“. Das sicherste Mittel, diese Ich-Illusion zu durchschauen und unsere gegenseitige Abhängigkeit zu erkennen, ist die Praxis des Mitgefühls, die diese Wahrheit in eine moralische Regel verwandelt.

Das illusionäre Ich wird tatsächlich geboren und stirbt – in einer Minute vielfach. Es ist nicht so, dass zu einer Ich-Substanz wechselnde Gedanken oder Gefühle hinzukommen. Wenn meine Stimmung von traurig auf freudig umschlägt – aus welchem Grund immer –, dann bin Ich ein anderer. Sicher, unser Körper verändert sich dabei langsamer als Gedanken und Ge-

fühle, aber durchaus bemerkbar – als 64-jähriger Autor dieser Zeilen kann ich das bezeugen. Stirbt ein Mensch, so setzt sich der Prozess der fünf Skandhas, die nicht trennbar und individualisierbar sind, einfach fort. An anderer Stelle sagt ein anderes Lebewesen wieder „Ich“ zu sich selber.

Nun ist diese Auskunft, wie sie aus dem buddhistischen Lehrsystem des Abhidharma abzuleiten ist, nicht sehr befriedigend. Wir halten ja faktisch an einem Ich fest, glauben an dessen wünschbare Existenz. Zwar kann die Praxis des Mitgefühls diese Illusion langsam verringern. Es bleibt aber der Gedanke, dass der eigene Tod doch noch etwas ganz anderes ist, als die alltägliche Wandlung des Ichs. Und diese Empfindung ist keineswegs grundlos. In der Madhyamaka-Philosophie bezeichnet man den Prozess der fünf Skandhas als „relative“ Wahrheit von Ursache und Wirkung. Auch der Gedanke an karmische Vergeltung ist nur eine relative Wahrheit. „Relativ“ bedeutet hier, dass solche Vorstellungen in einem alltäglichen Kontext durchaus eine hilfreiche Funktion erfüllen können. Wer seine Situation karmisch auslegt, seine Handlung nach ihrer moralischen Wirkung abwägt, der nähert sich schrittweise der Erkenntnis gegenseitiger Abhängigkeit aller Phänomene, damit auch der Einsicht, dass jedes Individuum untrennbar mit anderen Menschen und Lebewesen verbunden bleibt. Das Ich dagegen ist leer. Diese Erkenntnis wird „absolut“ genannt, wie auch die Einsicht, dass letztlich alle Phänomene leer und ohne Identität sind.

Diese Leerheit ist aber nicht Nichts. Wir sterben in diese Leerheit hinein, wie wir aus ihr herkommen. Diese Leerheit hat keine Eigenschaften, die wir durch weltliche (materielle, wissenschaftlich bestimmbare) Versatzstücke erklären könnten. Dennoch erfahren und erleben wir diese Leerheit; wir geben ihr nur andere Namen. Wenn im Schweigen die konventionellen Wahrheiten verstummen, so wird in dieser Stille ein reines Bewusstsein offenbar. Wenn wir einen Verlust erleiden und loslassen müssen, so offenbart sich nicht Nichts, sondern wiederum ein leeres Bewusstsein, das seiner Inhalte beraubt wurde. In der Liebe überschreiten wir Ichgrenzen problemlos und gelegentlich auch lustvoll. Wir kennen zudem ganz andere Erfahrungswelten, vielleicht aus der Meditation, sicher aber von den nächtlichen Träumen. Die relative Welt der Erfahrungen wird im Buddhismus deshalb einem Traum verglichen, aus dem wir im Sterbeprozess erwachen können.

Die wissenschaftliche Wahrheit über die Welt ist keine absolute und letzte, auch wenn sie viele Erfahrungen des Alltags erklärt, daran aber auch immer wieder scheitert. Es ist nicht ohne Ironie, dass gerade die Fortschritte in der Medizin bei vorübergehendem Hirntod und Reanimation eine ganz neue Erfahrungsgrundlage eröffnet haben. Das, was z.B. das tibetische Totenbuch über den Sterbeprozess aus vielen Meditationserfahrungen heraus lehrt, lässt sich durch zahlreiche Nah-Tod-Erfahrungen (NTE) Reanimierter bestätigen. Naturalistisch orientierte Mediziner und Psychologen beeilen sich, hier kausale Erklärungen vorzutragen: Sauerstoffmangel, restliche Gehirnprozesse, Projektionen im Nachhinein usw. Doch die Fülle der inzwischen gemachten und gesammelten Daten (z.B. durch Pim van Lommel oder Gary Habermas) spricht eine andere Sprache. Wenn Reanimierte nachprüfbar Vorgänge von entfernten Orten berichten, dann handelt es sich um objektivierbare Fakten, nicht psychologisch erklärbar Zustände: Die lokale und zeitliche Begrenzung des Bewusstseins durch den Körper erweist sich darin als Illusion.

Viele Menschen mit NTE berichten, dass sie in einem Lebensrückblick selbst entfernteste Wirkungen ihrer Handlungen sahen und nacherlebten, allerdings aus der Perspektive der Betroffenen. Diese Erfahrung lässt sich doppelt deuten: Einmal so, dass die Vorstellung eines Täter-Ichs illusionär ist; jede Handlung umfasst auch das Bewusstsein aller daran Beteiligten.

Der Nebel des Ichs verdeckt dies aber. Es gibt eine innere Verbundenheit aller Lebewesen. Man kann diese NTE auch als Richterspruch interpretieren. Die vollkommene Gerechtigkeit ist erreicht, wenn ein Täter exakt auch das erlebt, was der/die Betroffene seiner Tat empfand: Der Mörder erleidet die Hölle, die er seinem Opfer bereitete; wer andere glücklich machte, erlebt deren Glück als Himmel. Ferner sprechen viele NTE von einem erweiterten Bewusstsein, das nicht mehr in die Enge des Ichs und des Körpers eingesperrt ist. Christen deuten dies als Nähe zu Gott, andere als Teilhabe an einem „endlosen Bewusstsein“ (Pim van Lommel), das weit über das hinausgeht, was durch das verblendete Fenster der fünf Skandhas erfahren wird. Hier mag die Sprache in den Religionen differieren. Das Phänomen, dass das ursprüngliche Gewahrsein nicht bedingt, sondern nur begrenzt ist durch die materielle Verkörperung, ist in allen spirituellen Lehren bekannt. NTE bestätigen dies.

Es gibt eine innere Verbundenheit aller Lebewesen, nicht nur eine äußere, über den Körper aktualisierte gegenseitige Abhängigkeit. Die Lehre von Karma und Wiedergeburt ist dafür ein relatives, vielleicht auch etwas einfaches Bild. Aber wenn im Hinduismus geglaubt wird, dass man für böse Taten durchaus auch als Tier wiedergeboren werden kann, so ist die moralische Botschaft für jene, die Tiere in Labors oder in der Massentierhaltung quälen, bestehend und im tiefsten Sinn auch wahr: Das gequälte Tier könnte auch ich sein.

Die Frage, ob es „mich“ in einem nächsten Leben oder in einer anderen Existenzweise (Himmel, Hölle) „gibt“, lässt sich nicht beantworten, weil das Ich, das dies erleben soll, eine Illusion ist. Das, was im Phänomen des Bewusstseins jedermann und auf die unmittelbarste Weise erfahrbar ist, besitzt weder einen Charakter, der materiell (durch Genetik oder Neurowissenschaft) zu erklären wäre, noch ist das Bewusstsein die Eigenschaft einer illusionären Ichsubstanz (Seele, Atman). Die großen Erfolge der modernen Wissenschaften haben einen neuen Glauben begünstigt: Die Welt lasse sich vollständig physikalisch, chemisch, biologisch oder neurowissenschaftlich erklären und beruhe letztlich auf einer rein physischen Grundlage. Doch bislang ist es noch keinem Hirnforscher gelungen, die erlebten Qualitäten wie Farben, Töne etc. neurologisch verständlich zu machen. Zu schließen, dass das Gehirn das Bewusstsein kausal erzeugt, ist ein Fehlschluss. Mein Philosophielehrer Reinhard Lauth meinte einmal: Zu sagen, „Ich denke mit dem Gehirn“, ist auch nur ein Gedanke. Wer im Radio Musik hört, kommt nicht auf den Gedanken, das Gerät erzeuge die Musik, auch wenn ein defektes Radio nichts hervorbringt. Auch sind die Theorien des Bewusstseins der Neuropsychologen höchst verschieden, teils widersprüchlich. Zudem lebt ein Gehirn in einem Körper, der mit der Gesellschaft und der Natur untrennbar verbunden ist. Welches Gehirn soll in diesem gegenseitig abhängigen Konzert des Lebens Bewusstsein und Sprache ursächlich erzeugen? Bewusstsein ist verkörpert, aber nicht genetisch bedingt.

Das Geheimnis des Bewusstseins wird weder durch Vorstellungen von einer Bewusstseinssubstanz, noch durch naturwissenschaftliche Modelle erklärt. Es ist umgekehrt: Alle diese Vorstellungen sind ihrerseits gegenseitig abhängige Bewusstseinsprozesse, im Alltag, in der Wissenschaft, in den Religionen. Bewusstsein ist ein ursprüngliches Phänomen, unabhängig von seinen Inhalten – wie ein Spiegel. Das ursprüngliche Gewahrsein kennt, anders als die Ich-Illusion, keine Zeit, ist weder individuell (Ich), noch ein getrennter Geist (Seele). Dennoch zeigt es sich: in der Achtsamkeit, in der Stille, im Mitgefühl, in der Liebe – vor allem im Sterbeprozess. Will man es er- oder begreifen, so fasst man ins Leere. Gleichwohl hat sich darin fast unausrottbar die Ich-Illusion eingenistet, die abgrenzen und festhalten möchte. Sterben heißt aber loslassen. Das Ich lässt sich nicht festhalten; Illusionen können Illusionen nicht ergreifen. Ebenso todsicher, wie wir im Sterbeprozess aus der Ich-Illusion erwachen, ebenso gewiss setzen die fünf Skandhas an anderem Ort, in anderer Zeit ihren Prozess fort. Diese

fortgeführte Illusion ist dann aber weder dasselbe, noch ein anderes Ich: Es ist nur ein weiterer Traum.