

Mudras

(Quelle: Aziatischekunst.com)

Die symbolischen **Handgesten** (Handstellung oder Handbewegung) von **Buddha-Statuen** werden **Mudras** genannt.

In der Ikonographie gibt es verschiedene **Mudras von Buddha**. Die am häufigsten vorkommenden **Mudras** finden Sie auf den Abbildungen.

Während die **Buddhas** diese **Mudras** vollziehen, sitzen sie meistens im Lotossitz (**Padmasana**). Dabei sind die Beine übereinander verschränkt und die Füße liegen auf den Oberschenkeln des anderen Beines.

Eine andere bekannte Sitzhaltung ist die Heldenpose (**Virasana**).

Abhaya Mudra



Diese Geste ist die **Ermutigungsgeste**. Dabei wird die rechte Hand bis zur Brusthöhe angehoben. Die Hand ist zum Betrachter hin geöffnet.

Andere Namen für die Geste sind Segnungs- oder Furchtlosigkeits-**Mudra**.

Die Geste deutet auf eine Geschichte aus dem **Leben von Buddha**. Bei einem Besuch an den Asketen **Kassapa** gelingt es **Buddha**, einen über die Ufer getretenen Fluss zu bändigen. Der Fluss zieht sich wieder in sein normales Flussbett zurück. Darauf hin schlossen **Kassapa** und tausend seiner Jünger sich bei der **Mönchsgemeinschaft** von **Buddha** an.

Bhumisparsa Mudra



Diese Geste ist die **Geste der Erdberührung**. Dabei hängt der Arm über das Knie und die Handflächen zeigen nach innen. Alle Finger weisen nach unten. Die linke Hand liegt mit der nach oben geöffneten Handfläche auf dem Schoß. Der sitzende **Buddha** berührt mit den Fingerspitzen die Erde um sie als Zeugin für die Wahrheit seiner Worte anzurufen.

Die **Mudra** hat ihren Ursprung in einer Legende. Diese Geste erinnert an den Sieg **Buddhas** über **Mara** (Prinzip der Versuchung und des Todes). Bei der **Meditation** unter dem **Bodhibaum** versucht **Mara Buddha** in seiner Konzentration zu stören indem er **Buddha** seine schönen Töchter schickt. Einige Blicke aus den Augen **Buddha's** liessen jedoch ihre Schönheit verwelken.

Die Töchter sind zwar in ihrer Äußerlichkeit schön, aber diese Schönheit hat nichts mit den innerlichen Werten zu tun. Mara der Gott der sinnlichen Begierde, der Herrscher über die Welt stellt Buddha noch einmal auf die Probe. Er will Buddha überzeugen, das dieser kein Recht hat auf dem Boden zu sitzen und dort zu meditieren.

Buddha verweist auf zahlreiche gute Taten aus seinem früheren Leben, die ihm das Recht geben auf das Stück Erde, auf dem er meditiert. Dabei ruft Buddha die Erde auf als Zeugin, für die Wahrheit seiner Worte, durch diese mit den Fingerspitzen zu berühren. Diese bezeugte die Aussagen von Buddha und erklärte, das er alle Pflichten einen **Bodhisattva** erfüllt hat. Dadurch hat Buddha das Recht auf der Erde zu bleiben und seine Lehre zu verkünden.

Dharmachakra Mudra



Dharmachakra Mudra wird auch die **Prediger Geste** genannt. Beide Hände werden vor die Brust gehalten. Die rechte Hand liegt bei leicht angewinkelm Arm auf der Brust, die Handfläche nach außen. Die linke Hand bedeckt sie, Handfläche nach innen, dabei berühren sich einige Fingerspitzen, wie wenn man an den Fingern abzählt. Daumen und Zeigefinger beider Hände (in Brusthöhe) bilden einen Kreis. Die restlichen Finger sind ausgestreckt. Dies ist die **Geste** des Andrehens des Rades (**Chakra**) der Lehre (**Dharma**). Die Geste erinnert an die erste Predigt von Sarnath, in der **Buddha** die vier Edlen Wahrheiten erläuterte.

Dhyana Mudra



Die **Dhyana Mudra** nennt man auch die **Meditationsgeste**.

Der **Meditierende** ist im Ruhezustand und die materielle Welt ist ihm gleichgültig. Er versucht seine Gedanken völlig los zu machen, um das Unbegrenzte, Unbewusste zu erfahren.

Bei dieser **Meditations-Haltung** liegen beide Hände locker aufeinander im Schoß. Die Handflächen zeigen nach oben. Diese Haltung symbolisiert den Zustand der tiefen Meditation.

In dieser Haltung saß **Buddha** wenn er unter einem Feigenbaum meditierte.

Varada Mudra



Varada Mudra ist die **Geste der Wunschgewährung**. Sie wird auch die **Geste** der Segensgewährung und Gnadenerweisung genannt.

Bei der **Varada Mudra** hängt der rechte Arm mit nach außen gerichteten Handflächen herab.

Sie steht für das Versprechen von **Buddha** allen Menschen den Weg zur Erlösung zu zeigen.

Die Geste der geöffneten Hand ist das Symbol für "das Geschenk der Wahrheit" das **Buddha** der Welt angeboten hat.

Vitarka Mudra



Die **Vitarka Mudra** wird auch **Geste der Diskussion** oder auch **Argumentationsgeste** genannt.

Bei **Vitarka Mudra** ist der rechte Arm gebeugt. Die Hand ist erhoben und die Handflächen sind nach außen gerichtet. Daumen und Zeigefinger formen das **Rad der Lehre**. Die anderen Finger sind nach oben gerichtet und leicht gebogen bis gestreckt.

Der **Buddha** wird durch diese Geste als Lehrer charakterisiert. Bei Lehrreden und Diskussionen wurden sie durch **Buddha** angewandt um seine Worte zu untermauern.

Namaskar Mudra



Die **Geste** ist eine Form eines Grußes, eines Gebetes oder einer Anbetung. Auch wird sie **Anjali Mudra** genannt. Das ist eine Abwandlung des Wortes Anj. Das bedeutet anbeten, ehren, feiern und salben.

Bei der Gebetsgeste **Namaskar Mudra** sind beide Handflächen vor der Brust gefaltet. Die Finger liegen flach und ausgestreckt aufeinander und weisen nach oben in Richtung Kinn. Die Geste findet man nicht bei **Buddha's**, weil sie niemanden mehr anbeten oder verehren. Diese **Mudra** sieht man bei Statuen von **Mönchen**, Nonnen oder anderen Jüngern.