



THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

1

DIE GRUNDLEGENDEN LEHREN DES BUDDHISMUS

KURS

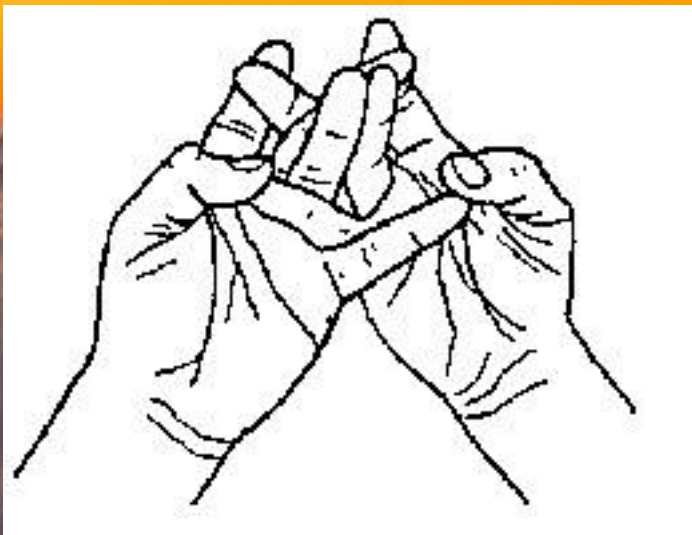
**DIE ERSTE STUFE AUF DEM WEG ZUR
BUDDHASCHAFT (LAM RIM)**



Was schauen wir uns heute an?



Hier ist die wunderbare Erde,
voller Weihrauchduft,
bedeckt mit einem Blütenteppich,
der große Berg, die vier Kontinente, sie trägt
ein Schmuckstück aus Sonne und Mond.
In meinem Geist mache ich daraus das
Paradies eines Buddhas, und bringe Dir
alles dar. Möge durch diese Tat jedes
Lebewesen die reine Welt erfahren.
Idam guru ratna mandalakam niryatayami.
(Ich reiche meinem Lehrer dieses
juwelengeschmückte Mandala dar.)



3 x

Ich suche Zuflucht bei Buddha, Dharma
und der höchsten Sangha, bis ich
Erleuchtung erlange. Durch die Kraft der
guten Dinge, die ich tue, durch das Geben
und alles Andere, möge ich ein Buddha
werden, um allen Lebewesen helfen zu
können.





THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

The Asian Classics Institute
Kurs I: Die grundlegenden Lehren des Buddhismus

- ☐ Klasse 1: „Die Drei Hauptpfade“, Überblick und Abstammung
- ☐ Klasse 2: „Mu-shi Mu-sum“, Was ist Buddha-Natur?
- ☐ Klasse 3: Was ist ein qualifizierter Lehrer?
- ☐ Klasse 4: Was ist ein authentischer Schüler und was ist authentisches Dharma?
- ☐ Klasse 5: Was ist Samsara und was ist Entsagung?
- ☐ Klasse 6: Die vier Gesetze des Karmas; Die sechs Probleme des Lebens
- ☐ Klasse 7: Bodhichitta und seine Vorteile
- ☐ Klasse 8: Wie man Bodhichitta entwickelt
- ☐ Klasse 9: Was ist die korrekte Sicht von Leerheit?
- ☐ Klasse 10: Karma und Leerheit: die Bedeutung von Weisheit und Befreiung

Zwei Seiten einer Münze

Abhängiges Entstehen



Leerheit

Was bringt mir diese Erkenntnis nun in meinem **alltäglichen Leben**?

Zwei Seiten einer Münze

Abhängiges Entstehen
= auch „Karma irrt sich nie“



Leerheit

Leerheit bedeutet nicht, dass etwas nicht existiert!

Zwei Seiten einer Münze

Abhängiges Entstehen
= auch „Karma irrt sich nie“



Leerheit

Und wie hilft mir diese Weisheit in **schwierigen Situationen**?

Immer die zwei Seiten einer Münze vor Augen haben:

Abhängiges Entstehen



Leerheit

Jedes Objekt, jede Situation in Deinem Leben ist wie eine leere Kino-Leinwand



Und wie hilft mir diese Weisheit in **schwierigen Situationen** - z.B. **Schmerzen**?

Immer die zwei Seiten einer Münze vor Augen haben:

Abhängiges Entstehen



Leerheit

Jedes Objekt, jede Situation in Deinem Leben ist wie eine leere Kino-Leinwand



Vier Schritte:

1. 🤔 Die Person oder Situation ist leer
2. 🤔 Diese Person oder Situation ist meine Wahrnehmung/Projektion
3. 🤔 Diese Wahrnehmung wird mir aufgezwungen durch meine vergangenen Handlungen
4. 🤔 Ich habe die Wahl: ich kann mich jetzt anders verhalten

Mit diesen Sichtweisen schauen wir uns jetzt nochmal die **trügerische und ultimative Realität**
an:

Immer die zwei Seiten einer Münze vor Augen haben:

Abhängiges Entstehen



Leerheit

Jedes Objekt, jede Situation in Deinem Leben ist wie eine leere Kino-Leinwand



Achtung: Verknotungs-Gefahr ;-)



S. 203

Nun gehen alle Schulen außer der „Implikations“-Schule davon aus, dass ein Verständnis der Erscheinung der Dinge dich davor bewahrt, in das zu verfallen, was wir die „extreme Vorstellung, dass Dinge nicht existieren“ nennen, während ein Verständnis der Leerheit dich davor bewahrt, in die „extreme Vorstellung zu verfallen, dass Dinge tatsächlich existieren.“

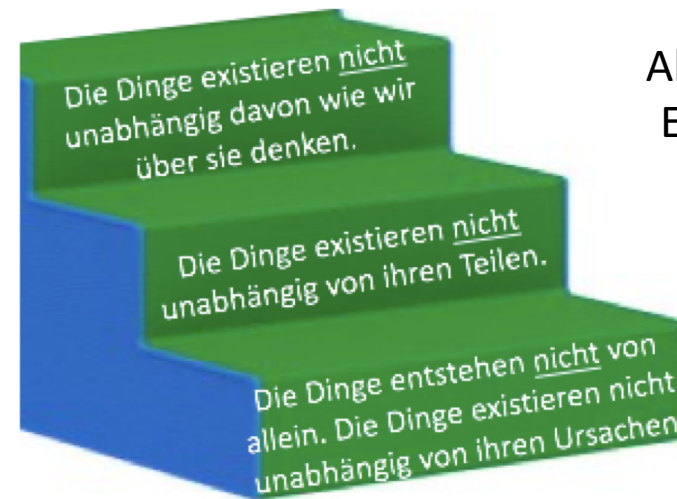
Die Meinung der Implikations-Schule ist jedoch, dass kein einziges Objekt wahrhaft existiert, sondern dir nur so erscheint. Wenn du das verstehst, bewahrt dich dies vor der extremen Vorstellung, dass Dinge ultimativ existieren. Und weil diese Erscheinung nicht aus sich selbst heraus existieren kann, verhindert das Verständnis der Leerheit, dass du der extremen Vorstellung anhängst, dass Dinge nicht in herkömmlicher Weise existieren.



Implikations-Schule

Unabhängigen-Schule

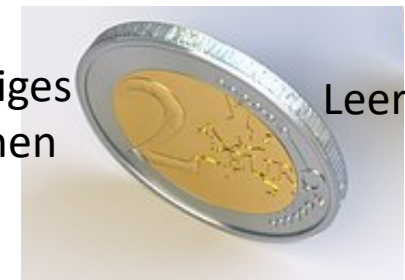
Funktionalisten-Schule



Implikations-Schule

Abhängiges
Entstehen

Leerheit



Ich habe nichts gemacht !!!!



Hat Samsara ein Ende?

Also diese 2 Ideen von heute:

**Karma (abhängiges Entstehen) irrt sich nie + Es gibt nichts, was aus sich selbst
entstanden ist = Leerheit**

Schöne Übung 😊

„Was zur Leerheit geht hier eigentlich vor?“

In der Lektüre heißt es:

„Dadurch, dass ihr versteht, warum das Abhängige Entstehen unfehlbar ist, wird die alte falsche Sichtweise wegschmelzen“





Eine Übung:



Schließt die Augen und denkt an...



Bitte lest die Lektüre

Hausaufgabe zum Auswendiglernen: Lerne den zwölften Vers der *Drei Hauptpfade* auswendig (In Tibetisch für das tibetische Zertifikat)

Meditationshausaufgabe: 15 Minuten pro Tag, zehn Atemzüge und anschließend eine analytische Meditation über die „Hochzeit von Ethik und Leerheit“.

(12) Es kommt der Tag, an dem sie nicht mehr getrennt sind, eins werden;
Zu verstehen, dass diese Abhängigkeit immer wirkt,
Weckt die Erkenntnis, die Eure bisherige Sicht der Dinge zerstört;
Dann habt Ihr korrekte Weltsicht erreicht.

Nochmal zum Abschluss:

Warum tun wir das alles hier? Warum kommen wir zu diesen Kursen?

Um Buddhaschaft zu erreichen und damit uns selbst und andere aus dem Leiden zu befreien und einen Zustand dauerhaften Glücks zu erreichen.

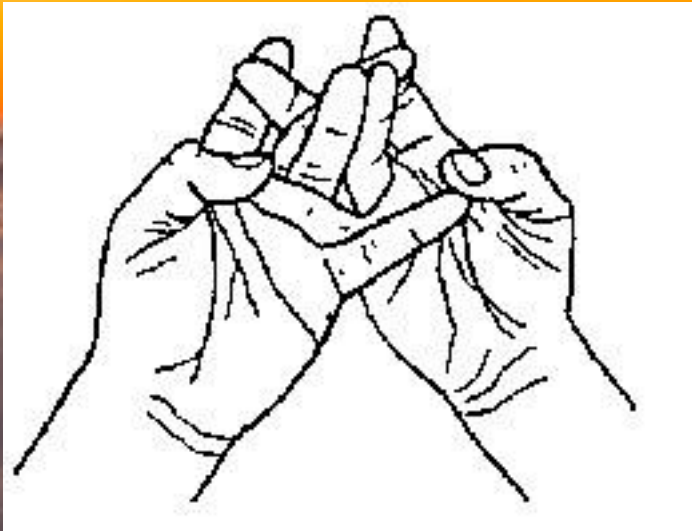


Was nehmen wir aus dem Gehörten mit ?



Was wollen wir anwenden?

Hier ist die wunderbare Erde,
voller Weihrauchduft,
bedeckt mit einem Blütenteppich,
der große Berg, die vier Kontinente, sie trägt
ein Schmuckstück aus Sonne und Mond.
In meinem Geist mache ich daraus das
Paradies eines Buddhas, und bringe Dir
alles dar. Möge durch diese Tat jedes
Lebewesen die reine Welt erfahren.
Idam guru ratna mandalakam niryatayami.
(Ich reiche meinem Lehrer dieses
juwelengeschmückte Mandala dar.)



Durch das Gute, das ich gerade getan
habe, mögen alle Lebewesen die Anhäufung
von Verdiensten und Weisheit vollenden,
und dadurch die zwei ultimativen Körper
erlangen, welche von Verdiensten und
Weisheit hervorgebracht werden.

