

2

KURS

BUDDHISTISCHE ZUFLUCHT

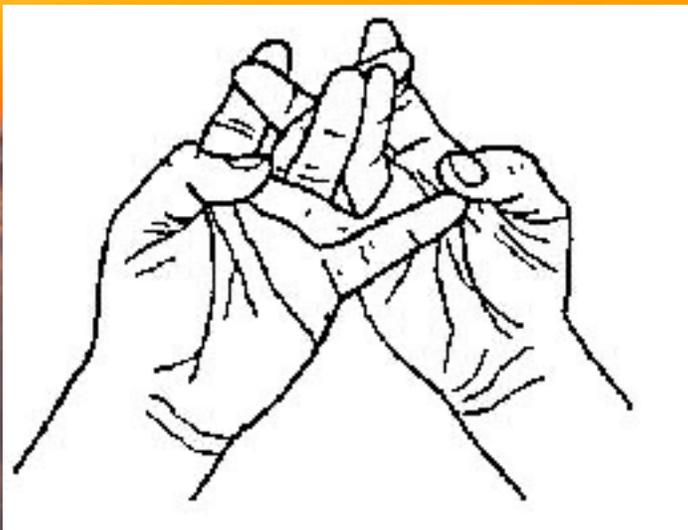
Die erste Stufe der Vollendung
der Weisheit (Prajna Paramita)



Überblick über den Kurs

- ✓ Klasse 1: Die Vollendung der Weisheit und die drei Juwelen
- ✓ Klasse 2: Die fünf Arten von Zuflucht und die acht Qualitäten eines Buddha
- ✓ Klasse 3: Bodhichitta und der Geist
- ✓ Klasse 4: Arten von Bodhichitta
- ✓ Klasse 5: Was ist Nirvana? Teil 1
- ✓ Klasse 6: Arten von Nirvana – Teil 2
- Klasse 7: Beweis der Leerheit
- Klasse 8: Fünf weitere Beweise der Leerheit
- Klasse 9: Beweis der Leerheit: Eins oder viele?
- Klasse 10: Wer ist Maitreya?

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.



2

BUDDHISTISCHE ZUFLUCHT

KURS

**Die erste Stufe der Vollendung
der Weisheit (Prajna Paramita)**



THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs II: Buddhistische Zuflucht

Lektüre Vier (Session Sieben): Das Objekt, das wir verneinen

GAKJA - ein tibetisches Wort für etwas,
das nicht existiert.



ACI DACH



GAKJA - ein tibetisches Wort für etwas,
das nicht existiert.



ACI DACH





CREDIT CARD



1234 5678 9876 5432

VALID THRU 09/19

YOUR NAME

2^{A/B}
3[%]
5^{J/K}
6^{M/N}
8^{T/U}
9^{W/X/Y/Z}
0

Stop

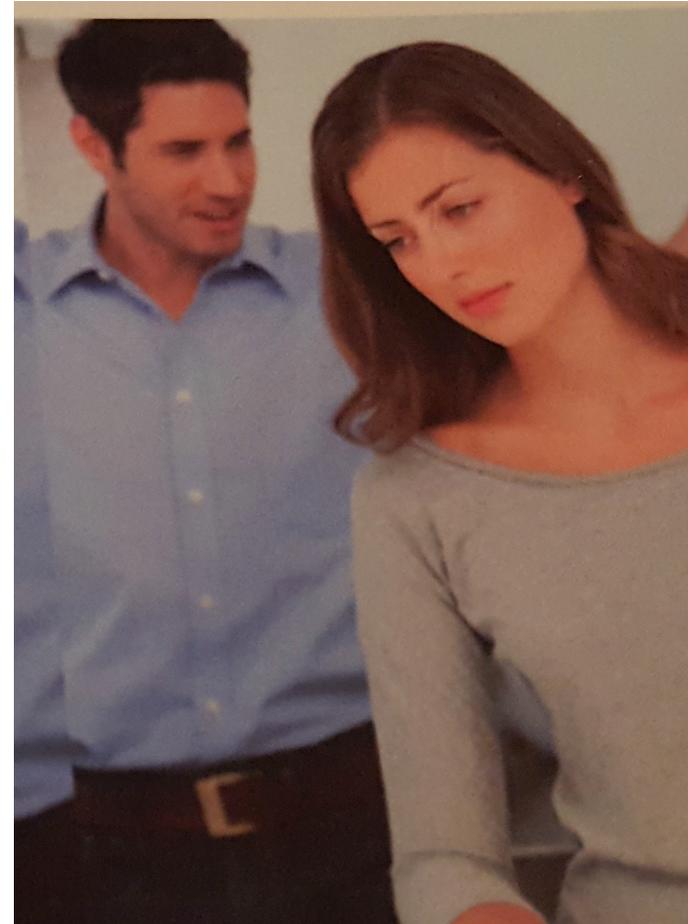
Clear

0







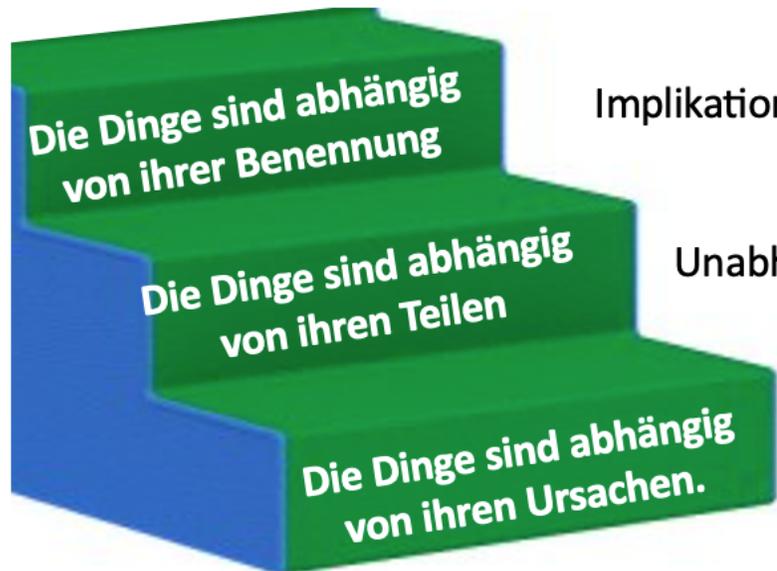


GAKJA - ein tibetisches Wort für etwas,
das nicht existiert.



ACI DACH





Implikations-Schule

Unabhängigen-Schule

Funktionalisten-Schule

4. Madhyamika (Mittlerer Weg)
b. Prasangika (Konsequenz)

4. Madhyamika (Mittlerer Weg)
a. Svatantrika (Unabhängigkeit)

1. Abhidharma Schule (Wissen) / Vaibashikas
2. Sautrantika oder Sutra Schule (Logik)
3. Chittamatra oder Yogachara (Nur-Geist)

Mahayana

Mahayana

Hinayana

Mahayana

In Kurs 1 nicht eindeutig
In der Graphik

In allen Schulen ist das Gakja, das Gegenteil von Abhängigen Entstehen.

GAKJA - ein tibetisches Wort für etwas,
das nicht existiert.

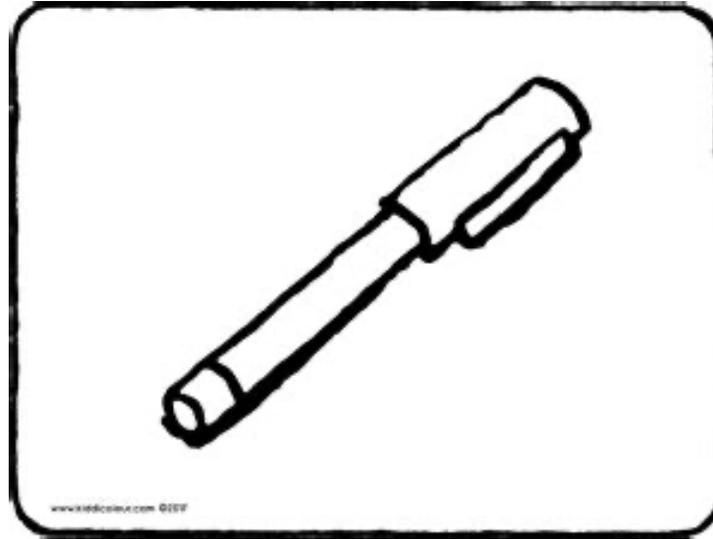


ACI DACH

Grundlage für die Zuschreibung



Geistige Bezeichnung/Kategorie



Das Objekt, das ich bezeichne



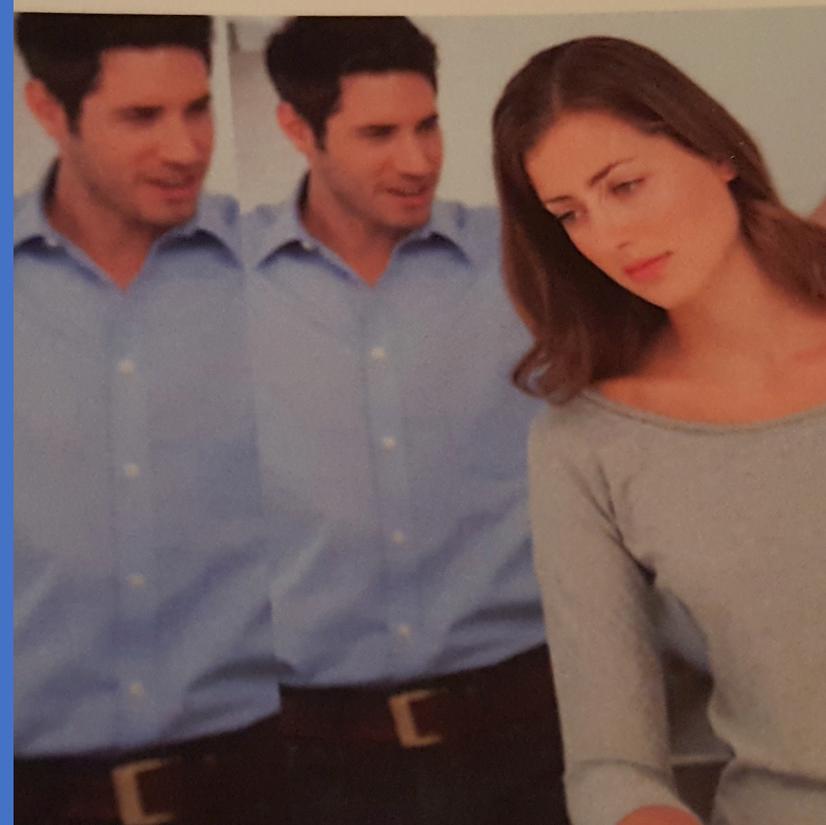
Was beim Erfassen eines Objekts zusammenkommt:





Der Magier und die Illusion





Definition von Illusion:

Es erscheint auf eine gewisse Weise aber es existiert nicht in dieser Weise.



Diskrepanz



Es besteht eine Diskrepanz zwischen dem, was ich erwarte/erhoffe und dem was ich erfahre.



Illusion erklärt mit den Svatantrikas

- Thema: Wahrnehmungen -
(mehr dazu in ACI 4: Logik und Wahrnehmung)





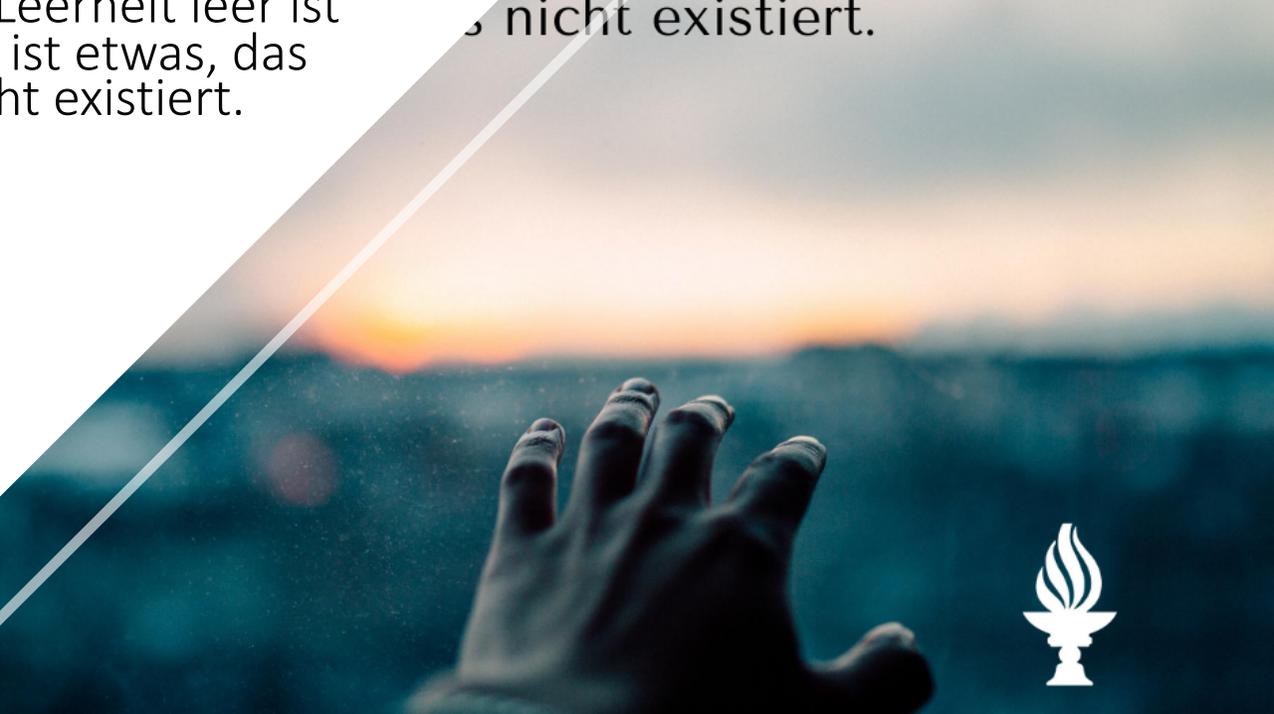


Zusammenfassung



Zusammenfassung:

- Das wovon Leerheit leer ist (das Gakja), ist etwas, das sowieso nicht existiert.



**Leerheit ist die Abwesenheit unmöglicher
Arten zu existieren**

Ein Gakja ist ein Objekt, das wir verneinen. Weil die Art, wie es zu existieren scheint ein Ding der Unmöglichkeit ist.

GAKJA - ein tibetisches Wort für etwas,
das nicht existiert.



ACI DACH

Zusammenfassung:

- Dinge, die real sind, kannst du mit den 4 Schritten beeinflussen
- Dinge, die nicht real sind (Gakjas) kannst du nicht mit den 4 Schritten beeinflussen

4 Schritte zum Erfolg

1. Sag in einem einzigen kurzen Satz was Du erreichen möchtest.
2. Finde jemanden, der das Gleiche will und überlege, wie Du ihm oder ihr helfen kannst, diesen Wunsch zu erfüllen.
3. Tu tatsächlich etwas, um ihm/ihr zu helfen.
4. Mach die Kaffee-Meditation: Erfreue Dich jeden Abend an dem Guten, das Du tust, um dem anderen zu helfen.



DIAMOND MANAGEMENT
SuccSeed your Life

**Was auch immer Du Dir
vom Leben wünschst,
musst Du zuerst für
jemand anderen tun.**

Je Tsongkapa (1375-1419), Lehrer des ersten Dalai Lama
(Auszug aus Karmic Management, Geshe Michael Roach)



DIAMOND MANAGEMENT
SuccSeed your Life

Zusammenfassung:

- Die unterschiedlichen Schulen oder Gruppen von Schulen haben teilweise unterschiedlich tiefe Sichtweisen ABER im Wesentlichen stimmen sie überein
 - So sind z.B. die 4 edlen Wahrheiten die Grundlage von allen
 - Genauso wie die Sichtweise, dass die Art und Weise, wie wir uns gegenüber anderen verhalten, bestimmt, wie wir unsere Realität erleben.
 - Und dass wir unsere Welt in Abhängigkeit von unseren geistigen Samen wahrnehmen



Hausaufgaben

Hausaufgabe: Session Sieben

- 1) Warum ist es wichtig, das Objekt, das wir verneinen, zu identifizieren?
- 2) Es wird gesagt, wenn etwas wirklich existieren würde, müsste es auf entgegengesetzte Art und Weise existieren, als es irreführend existiert. Welche beiden Dinge sind gemäß der Svatantrika Schule erforderlich, damit etwas auf eine irreführende Weise existiert? (Kurze
- 3) Beschreibe die drei unterschiedlichen Wahrnehmungen der drei verschiedenen Menschen in der Metapher der „Vorstellung des Zauberers“. Welche drei Arten realer Menschen repräsentieren diese drei? (Die letzten drei auf Tibetisch für das tibetische Zertifikat)

Hausaufgaben

Hausaufgabe: Session Sieben

1) Warum ist es wichtig, das Objekt, das wir verneinen, zu identifizieren?

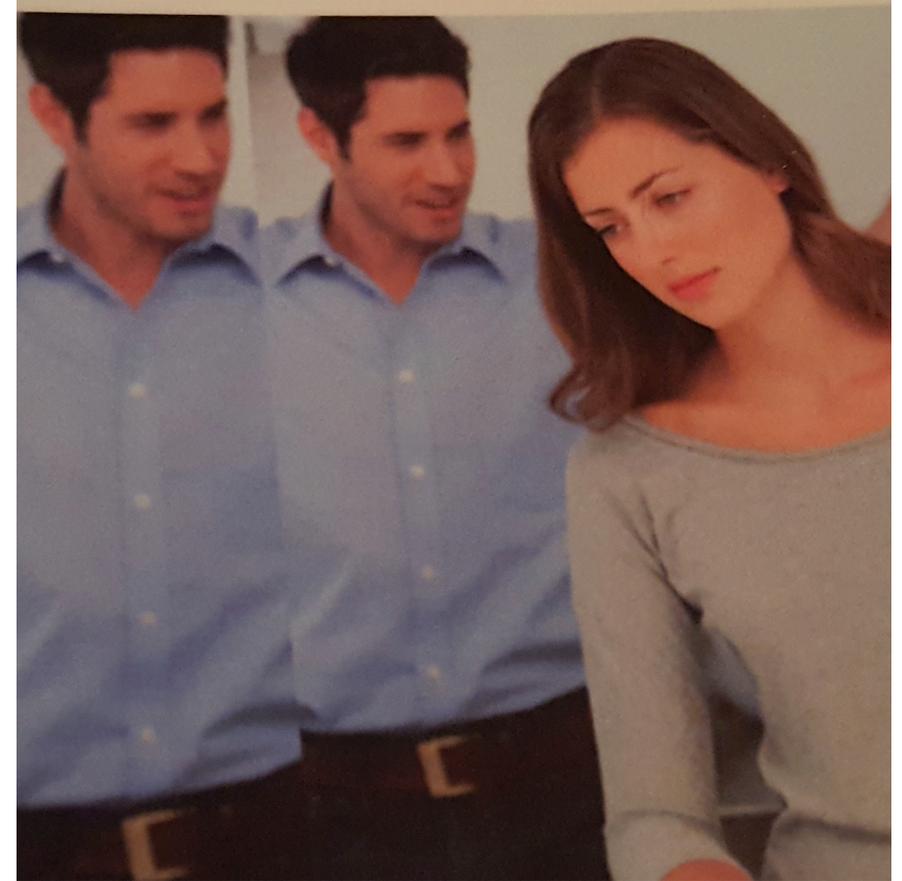
Zusammenfassung

Solange du nicht das Ding findest, von dem du glaubst, dass es da ist, kannst du nicht verstehen, dass es nicht existiert.

Du musst ein klares Verständnis haben, von dem Ding, dass wir verneinen
= in der Küche ist das der “Ich habe nichts gemacht – Ehemann“

Nur dann kannst Du bei genauer Betrachtung feststellen, dass diese Ding (dieses Gakja) gar nicht da ist.

Nur dann kannst Du die Abwesenheit dieses Dings (des Gakja) feststellen/sehen/wahrnehmen.



Textstellen



S. 15

Bevor eine Person in ihrem Geist jene korrekte, die Leerheit erfassende Weltsicht entwickeln kann, muss sie zuvor das endgültige Objekt identifizieren, das verneint wird, mit einer Begründung, die auf dem Ultimativen basiert. Wie *Die Anleitung für ein Leben als Bodhisattva* darlegt:

Solange du nicht das Ding findest, von dem du glaubst, dass es da ist, kannst du nicht verstehen, dass es nicht existiert.

Nehmen wir an, wir möchten die Existenz eines Wasserkruges an einem bestimmten Ort verneinen. Wenn wir zu Beginn kein geistiges Bild davon hätten, wie ein Krug aussieht, könnten wir niemals mit präziser Wahrnehmung verifizieren, dass er nicht da ist. Genauso funktioniert es auch hier: Was wir verneinen wollen, ist, dass Dinge wirklich existieren können. Wenn wir zu Beginn kein geistiges Bild davon haben, wie ein Ding wäre, das wirklich existiert, dann können wir niemals eine klare Vorstellung von Leerheit entwickeln: schlicht die Abwesenheit, bei der das Objekt, das wir verneinen, nicht da ist.

Aus sich selbst heraus/selbstexistent

Hausaufgaben

- 2) Es wird gesagt, wenn etwas wirklich existieren würde, müsste es auf entgegengesetzte Art und Weise existieren, als es irreführend existiert. Welche beiden Dinge sind gemäß der Svatantrika Schule erforderlich, damit etwas auf eine irreführende Weise existiert? (Kurze

Textstellen



S. 15

täuschend

Nun kommt die eigentliche Identifizierung des Objektes, das wir verneinen. Nehmen wir an, etwas würde auf eine Art und Weise erscheinen, die entgegengesetzt zu der Art und Weise ist, wie alle Phänomene physikalischer Form etc. irreführend existieren. Alles, was so erscheinen könnte, wäre genau jenes endgültige Objekt, das wir verneinen, mit einer Begründung, die auf dem Ultimativen basiert. Daher müssen wir zuerst erklären, wie alle Phänomene physikalischer Form etc. irreführend existieren.

täuschend

Textstellen



S. 15

Daher müssen wir zuerst erklären, wie alle Phänomene physikalischer Form etc. irreführend existieren.

täuschend

Textstellen



S. 15

Nochmal:

Bevor eine Person in ihrem Geist jene korrekte, die Leerheit erfassende Weltsicht entwickeln kann, muss sie zuvor das Objekt identifizieren, das verneint wird,

Daher müssen wir zuerst erklären, wie alle Phänomene physikalischer Form etc. irreführend existieren.

täuschend

Textstellen



S. 16

Es gibt einen besonderen Grund, warum wir sagen, dass alle diese Phänomene, physikalische Form etc., auf trügerische Art existieren. ~~Dieser irregeführte Geisteszustand ist jedoch nicht die eigentliche Anhaftung an reale Existenz, denn der Geist erfasst ein Objekt so, wie es wirklich ist.~~

Sie werden auf diese Weise beschrieben, weil ihre Existenz durch einen trügerischen Geisteszustand festgestellt wird, der nicht durch einen vorübergehenden Faktor beeinflusst wird, der zu einem Irrtum führen würde.

Textstellen



S. 17

Es gibt eine lehrreiche Metapher, die wir nutzen können, um zu beschreiben, wie physikalische Form und alle gleichgearteten Phänomene von unserer Seite als existierend erschaffen werden durch die Tatsache, dass sie einem Geisteszustand erscheinen, der nicht beeinträchtigt ist; während zur gleichen Zeit diese Objekte unseres Geistes aus sich selbst heraus, auf ihre eigene Art, existieren.

Wir halten fest:

1. Unser Geist ist nicht beeinträchtigt (z.B. keine Halluzinationen) – sondern voll funktionstüchtig
2. Unser Geist sieht das Objekt – z.B. einen Stift.

Hausaufgaben

- 3) Beschreibe die drei unterschiedlichen Wahrnehmungen der drei verschiedenen Menschen in der Metapher der „Vorstellung des Zauberers“. Welche drei Arten realer Menschen repräsentieren diese drei? (Die letzten drei auf Tibetisch für das tibetische Zertifikat)

Hausaufgaben

Bitte lest die Lektüre 4 und die Notizen eines Schülers dazu durch.

Hausaufgabe zum Auswendiglernen: Lerne die kurze Beschreibung auswendig, was in der Svantrantika Schule als irreführte Existenz beschrieben wird.

Meditationshausaufgabe: 15 Minuten pro Tag, zehn Atemzüge und dann gehe in deinem Geist noch einmal das Beispiel der Vorstellung des Zauberers und der drei Menschen dort durch.

Sie werden auf diese Weise beschrieben, weil ihre Existenz durch einen trügerischen/irreführten Geisteszustand festgestellt wird, der nicht durch einen vorübergehenden Faktor beeinflusst wird, der zu einem Irrtum führen würde.

Hausaufgaben

Hausaufgabe zum Auswendiglernen: Lerne die kurze Beschreibung auswendig, was in der Svantrantika Schule als **trügerisch** irregeführte Existenz beschrieben wird.

Prägen Sie sich die kurze Beschreibung dessen ein, was es in der Svantrantika Schule heißt, in trügerischer Weise zu existieren.

Sie werden auf diese Weise beschrieben, weil ihre Existenz durch einen trügerischen/irregeführten Geisteszustand festgestellt wird, der nicht durch einen vorübergehenden Faktor beeinflusst wird, der zu einem Irrtum führen würde.

Alles, was nicht zu 50% aus Rohdaten und zu 50% aus Deinen Samen kommt.

Hausaufgaben

Bitte lest die Lektüre 4 und die Notizen eines Schülers dazu durch.

Hausaufgabe zum Auswendiglernen: Lerne die kurze Beschreibung auswendig, was in der Svantrantika Schule als irreführte Existenz beschrieben wird.

Meditationshausaufgabe: 15 Minuten pro Tag, zehn Atemzüge und dann gehe in deinem Geist noch einmal das Beispiel der Vorstellung des Zauberers und der drei Menschen dort durch.

Textstellen



Trügerische/irreführte Geisteszustand

S. 17

Es existieren drei mögliche Kombinationen von Sehen und Glauben bei Phänomenen, physikalische Form etc. Die Art von Menschen, die wir als „normale“ Menschen bezeichnen, jene, die keine direkte Erfahrung der Leerheit hatten, sehen und glauben gleichermaßen, dass Objekte physikalischer Form etc. wirklich existieren. Bodhisattvas, die sich auf einer der reinen Stufen befinden, sehen Phänomene in der Zeit nach der Meditation über Leerheit noch als aus sich selbst heraus existierend, aber sie glauben nicht mehr daran. Verwirklichte Wesen, die noch keine Buddhas sind, und die sich in dem Zustand befinden, wo sie direkt erfahren, wie Dinge wirklich sind, sehen weder diese Objekte als wirklich existierend, noch glauben sie daran, dass sie wirklich existieren.

Siehe auch nochmal Graphik aus Klasse 4

Klassifizierung von Bodhichitta nach Grad des spirituellen Verständnisses (vier Arten)

	Name	Direkte Wahrnehmung der Leerheit	Wahrnehmung	Angeborene Gewohnheit, die Dinge aus sich selbst heraus existierend anzusehen.	Potenzial (Same) im Geist, die Dinge als selbstexistierend zu sehen
	1. Mupa Chupay Semkye Der überzeugte Wunsch	Nein	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es fühlt sich noch so an, als ob die Dinge aus sich selbst heraus existieren. 2. Und die Dinge erscheinen auch so. 3. Aber man ist überzeugt (glaubt daran), dass sie nicht aus sich selbst heraus existieren. 	Existiert noch	Existiert noch
	2. Hlaksam Dakpay Semkye Wunsch mit persönlicher Verantwortung	Ja	<ol style="list-style-type: none"> 1. Im meditativen Zustand nimmt man die Dinge <u>nicht</u> mehr aus sich selbst heraus existierend wahr. 2. Aber außerhalb der Meditation ist man noch gezwungen, sie als selbstexistierend wahrzunehmen. 	Existiert noch	Existiert noch
	3. Nampar Minpay Semkye Der gereifte Wunsch	Ja	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es fühlt sich <u>nicht</u> mehr so an, als ob die Dinge aus sich selbst heraus existieren (man glaubt nicht mehr daran). 2. Man sieht die Dinge auch <u>nicht</u> mehr als selbstexistierend (immer) 	Existiert <u>nicht</u> mehr	Existiert noch
	4. Druppa Pakpay Semkye Wunsch in dem alle Hindernisse beseitigt sind	Ja	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es fühlt sich <u>nicht</u> mehr so an, als ob die Dinge aus sich selbst heraus existieren. 2. Man sieht die Dinge <u>nicht</u> mehr als selbstexistent an (immer). 	Existiert <u>nicht</u> mehr	Existiert <u>nicht</u> mehr ➤ Buddha 😊

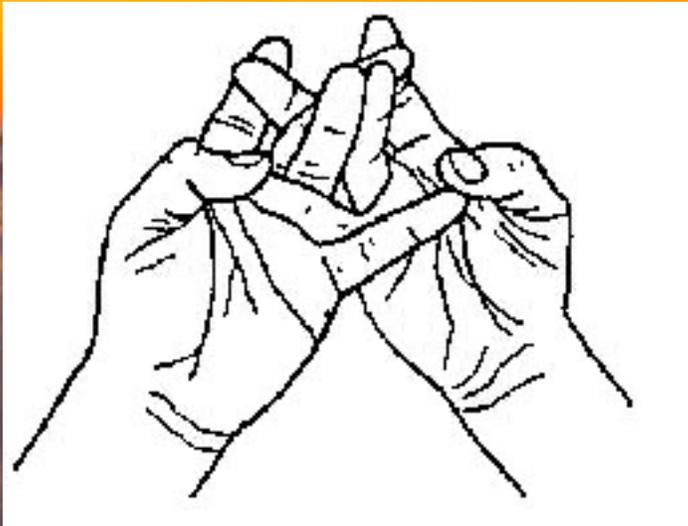
Hausaufgaben



A sunset scene with a large, bright sun on the left, casting a warm orange and yellow glow. In the center, a dark silhouette of a Buddha's head and shoulders is visible. Above the Buddha, several birds are flying in the sky. On the right side, the silhouette of a tree with leaves is partially visible. The text is centered over the Buddha silhouette.

Wir wollen ein Buddha werden,
um allen Lebewesen helfen zu
können.

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.

