

2

KURS

BUDDHISTISCHE ZUFLUCHT

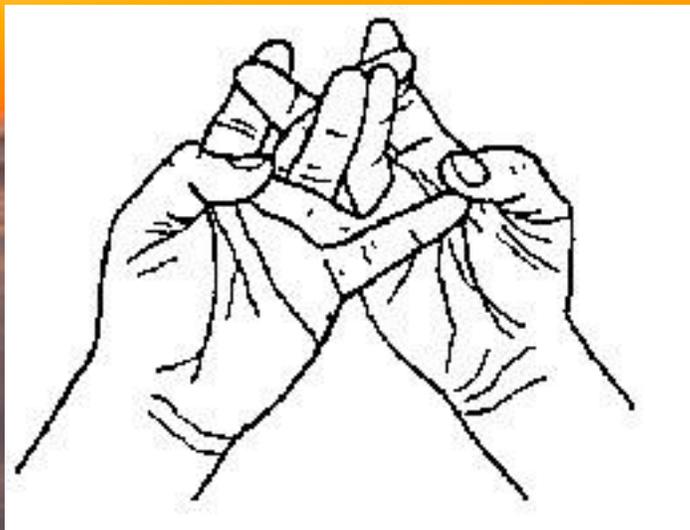
Die erste Stufe der Vollendung
der Weisheit (Prajna Paramita)



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.



+
• ◦ WOVON LEERHEIT LEER IST ◦ +
• ◦

Als Erstes werden wir beweisen:



Die Leerheit von einem oder vielen.



(bzw. heute schauen wir uns das erst einmal an und später machen wir uns noch vertrauter damit)

Als Zweites werden wir beweisen:

Dass Dinge weder aus sich selbst heraus entstehen

Noch aus etwas anderem

Noch aus beidem

Noch ohne Ursache

Das nennt sich die **Diamantsplitter-Beweisführung**.

(bzw. heute schauen wir uns das erst einmal an und später machen wir uns noch vertrauter damit)

Als Drittes werden wir beweisen/uns anschauen:

+ Dass Dinge entstehen könnten. +
• • ○

Das nennt sich **Verneinung, dass Dinge, die existieren oder nicht existieren, entstehen könnten.**

(bzw. heute schauen wir uns das erst einmal an und später machen wir uns noch vertrauter damit)

Als Viertes werden wir beweisen:

Dass Dinge durch eine der vier Möglichkeiten entstehen könnten.

- Das nennt sich **Verneinung**, dass Dinge durch eine der vier Möglichkeiten entstehen können.

(bzw. heute schauen wir uns das erst einmal an und später machen wir uns noch vertrauter damit)

Als Fünftes werden wir beweisen:

Dass Dinge durch abhängiges Entstehen (Interdependenz) existieren.

+

+

o

Das nennt sich **Beweisführung der Interdependenz (des abhängigen Entstehens)** – auch Königsargument

(bzw. heute schauen wir uns das erst einmal an und später machen wir uns noch vertrauter damit)

Jede Beweisführung hat ihr eigenes
Objekt, deren Leerheit bewiesen
werden soll



Die Leerheit von einem oder vielen.

Vergegenwärtige dir die drei Erkenntnisse:

- a.) *Grundlegende Erkenntnis:* Wahrnehmung, dass keine Selbstnatur existiert.
- b.) *Erkenntnis des Pfades:* Wahrnehmung der Leerheit durch einen Bodhisattva.
- c.) *Erkenntnis aller Dinge.*

Um nun weiterzugehen, braucht es an dieser Stelle eine Wiederholung aus ACI 1:

Die 2 Wahrheiten

DEN-PA
Wahrheit

NYI
zwei

= 2 Wahrnehmungs-/Realitätsebenen

= Wir können Objekte auf verschiedenen Wahrnehmungsebenen wahrnehmen

Wahrnehmungsebene 1

1.

KUN -
Komplett

DZOB
trägerisch

DEN-PA
Wahrheit

= unsere Wahrnehmung eines Objekts unterscheidet sich davon, wie das Objekt wirklich existiert.



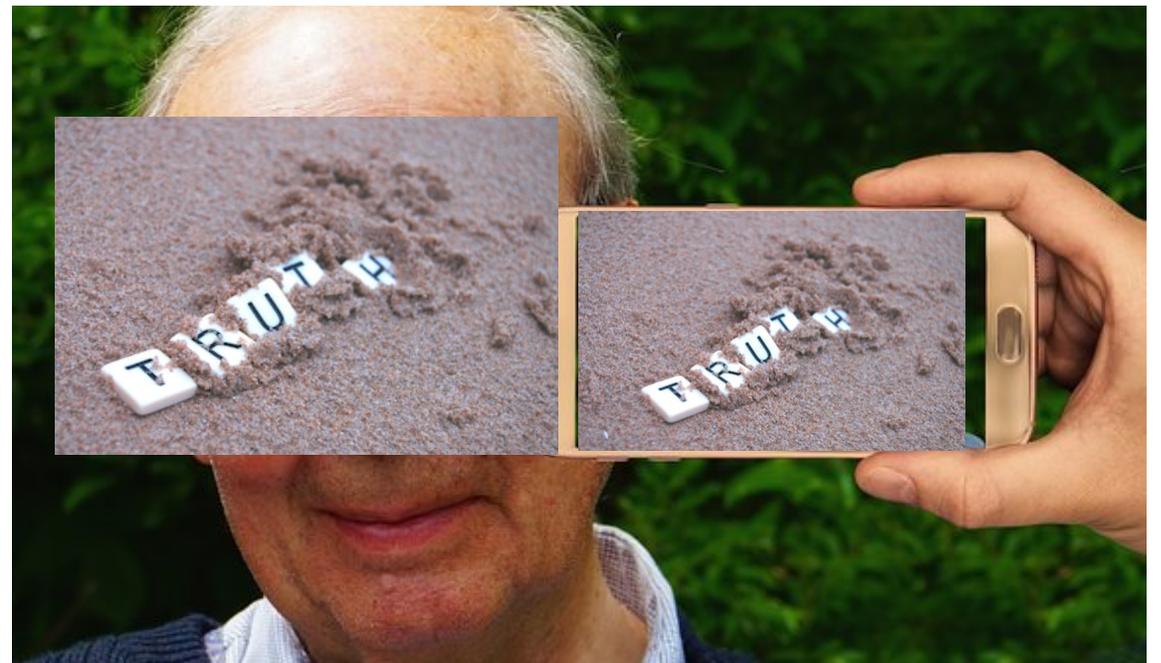
Wahrnehmungsebene 2

2.

DON-DAM
Ultimative

DEN-PA
Wahrheit

= unsere Wahrnehmung eines Objekts ist identisch damit, wie das Objekt wirklich existiert (unveränderlich).



4) Glaubst Du es ist wahr, wenn wir sagen, dass sie nicht wirklich existieren?

Dinge erscheinen täuschend (sie erscheinen anders als sie tatsächlich existieren) weil sie mit einem getäuschten Geist wahrgenommen werden.



Der Geist sieht etwas, was einfach so da zu sein scheint – aus sich selbst heraus. Und der Geist geht davon aus, dass die Art wie er es sieht auch die Art ist, wie es existiert. Weil der Geist keine gegenteilige Anhaltspunkte hat. Er sieht etwas aus sich selbst heraus (unabhängig existierend) und er glaubt daran, dass es so auch existiert.

Ein weiteres anschauliches Beispiel, wie alles durchdrungen wird von entweder einer korrekten Weltsicht oder eben einer falschen Weltsicht



Wir wollen uns jetzt die **Beweise** anschauen, die uns zeigen, **dass das Gakja gar nicht existiert**

Wir wollen **unseren Geist überzeugen**, dass er das Objekt, das er getäuscht wahrnimmt, widerlegen kann. Nicht annimmt/verneint. **Sich nicht weiter** davon (von der täuschenden Erscheinungsweise) **täuschen** lässt.

Wir brauchen unseren Geist in einem reinen Zustand - frei von Täuschungen.

So dass wir die Dinge klar und rein wahrnehmen können, wie sie wirklich existieren.

Wir brauchen diesen klaren und reinen Geist, um Nirvana und Buddhaschaft erreichen zu können.

Und deshalb müssen wir die Verwirrung/die Täuschungen aus unserem Geist beseitigen.
Nur dann kann er uns mit seiner Klarheit wirklich dienlich sein auf unserem Weg zur Buddhaschaft.



Bitte denkt daran, wer uns diese Beweise gelehrt hat: Das war Buddha.

Weil er wusste/weiß, dass wir diese Beweise auf unserem Weg brauchen werden.

NOTIZEN
Kurs II: Buddhistische Zuflucht
Session Acht: Fünf Beweise für Leerheit

Fünf Arten, Leerheit zu beweisen: (Genauere Ausführungen folgen im nächsten Abschnitt)

1. CHIK - DU DREL
einer viele leer

Die Leerheit von einem oder vielen: existieren sie als eins oder als viele?

2. DORJE SEKMA
Diamant Splitter

Diamantsplitter: Dinge können weder aus sich selbst heraus entstehen noch aus etwas anderem noch aus beidem noch ohne Ursache (d.h. weder aus sich selbst heraus noch aus etwas anderem).

3. YU - ME KYE - GOK
existieren nicht entstehen verneinen

Verneinung, dass Dinge, die existieren oder nicht existieren, entstehen könnten. Verneinung, dass ein Ding aus einem existierenden Ding, oder aus etwas, das nicht existiert, oder aus beiden, oder aus keinem von beiden wachsen oder entstehen könnte.

4. MU - SHI KYE - GOK
Möglichkeiten vier entstehen verneinen

Verneinung, dass Dinge durch eine der vier Möglichkeiten entstehen könnten. Verneinung, dass multiple Ergebnisse aus multiplen Ursachen entstehen. Verneinung, dass Einzelergebnisse aus multiplen Ursachen entstehen. Verneinung, dass multiple Ergebnisse aus Einzelursachen entstehen. Verneinung, dass Einzelergebnisse aus Einzelursachen entstehen.

5. TEN - DREL GYI - RIKPA (also called RIK-PAY GYALPO)
Interdependenz von Beweisführung (Beweis König)

Beweisführung der Interdependenz (des abhängigen Entstehens) (auch Königsargument genannt). Die Dinge existieren nicht aus sich selbst heraus, da sie von anderen Dingen abhängig sind.

Logik der Beweisführung:

Jede logische Aussage hat drei (manchmal vier) Teile.

Logik der Beweisführung:

Jede logische Aussage hat drei (manchmal vier) Teile.

1. Der erste Teil ist das Subjekt.

2. Der zweite Teil einer logischen Aussage ist die Eigenschaft, die wir behaupten

3. Der dritte Teil einer logischen Aussage ist die Begründung:

4. Der vierte Teil einer logischen Aussage ist ein illustrierendes Beispiel

Weder eins noch viele

Als Zweites legen wir hier nun unseren Standpunkt dar.

(consider)

Logik der Beweisführung:

Jede logische Aussage hat drei (manchmal vier) Teile.

1. Der erste Teil ist das Subjekt.

Vergegenwärtige dir diese drei: Grundlegende Erkenntnis, Erkenntnis des Pfades, Erkenntnis aller Dinge.

Vergegenwärtige dir die drei Erkenntnisse:

- a.) *Grundlegende Erkenntnis*: Wahrnehmung, dass keine Selbstnatur existiert.
- b.) *Erkenntnis des Pfades*: Wahrnehmung der Leerheit durch einen Bodhisattva.
- c.) *Erkenntnis aller Dinge*.

Sie existieren nicht wirklich.

2. Der zweite Teil einer logischen Aussage ist die Eigenschaft, die wir behaupten

Denn sie existieren weder als eins noch als viele.

3. Der dritte Teil einer logischen Aussage ist die Begründung:

Sie sind wie die Reflektion einer Gestalt in einem Spiegel.

4. Der vierte Teil einer logischen Aussage ist ein illustrierendes Beispiel

- a) Direkte Wahrnehmung der Leerheit
- b) Wahrnehmung der 4 Arya Wahrheiten
- c) Allwissenheit

Das *Juwel des Mittleren Wegs* unterstützt diese Argumentation wie folgt:

Das Selbst und alles andere
sind frei davon, rein eins
oder rein viele zu sein.

Und so haben sie keine Selbstnatur:
sie sind nur eine Reflektion.

Einführung der Idee: wie eine Reflektion

= **Beweisführung für Leerheit (=**
Beweisführung, dass etwas, von dem wir
dachten, dass es da ist, gar nicht da ist =
abwesend ist. Leerheit ist immer die
Abwesenheit von etwas)
Anhand der Betrachtung von einem oder
vielen.



Ok – zurück zu unseren
Beweisen

Wir werden nicht alle im Detail
behandeln.

Den ersten werden wir uns
genauer anschauen und den
letzten.

Die anderen werden wir uns nur
ganz kurz anschauen und ihr lest
sie bitte in der Lektüre.

NOTIZEN
Kurs II: Buddhistische Zuflucht
Session Acht: Fünf Beweise für Leerheit

Ideen/Betrachtungen/Fragestellungen:

Fünf Arten, Leerheit zu beweisen: (Genauere Ausführungen folgen im nächsten Abschnitt)

1. CHIK - DU DREL
einer viele leer

Die Leerheit von einem oder vielen: existieren sie als eins oder als viele?

2. DORJE SEKMA
Diamant Splitter

Diamantsplitter: Dinge können weder aus sich selbst heraus entstehen noch aus etwas anderem noch aus beidem noch ohne Ursache (d.h. weder aus sich selbst heraus noch aus etwas anderem).

3. YU - ME KYE - GOK
existieren nicht entstehen verneinen

Verneinung, dass Dinge, die existieren oder nicht existieren, entstehen könnten. Verneinung, dass ein Ding aus einem existierenden Ding, oder aus etwas, das nicht existiert, oder aus beiden, oder aus keinem von beiden wachsen oder entstehen könnte.

4. MU - SHI KYE - GOK
Möglichkeiten vier entstehen verneinen

Verneinung, dass Dinge durch eine der vier Möglichkeiten entstehen könnten. Verneinung, dass multiple Ergebnisse aus multiplen Ursachen entstehen. Verneinung, dass Einzelergebnisse aus multiplen Ursachen entstehen. Verneinung, dass multiple Ergebnisse aus Einzelursachen entstehen. Verneinung, dass Einzelergebnisse aus Einzelursachen entstehen.

5. TEN - DREL GYI - RIKPA (also called RIK-PAY GYALPO)
Interdependenz von Beweisführung (Beweis König)

Beweisführung der Interdependenz (des abhängigen Entstehens) (auch Königsargument genannt). Die Dinge existieren nicht aus sich selbst heraus, da sie von anderen Dingen abhängig sind.

Eins oder Viele?

Können Dinge mit einer
Funktion (z.B. ein Stift)
ULTIMATIV entstehen

Können Ergebnisse (z.B.
Schreiben können)
ULTIMATIV entstehen?

Kann ein funktionierendes
Ding aus Ursachen und
Ergebnissen ULTIMATIV
entstehen?

Abhängiges Entstehen

Nochmal:

Was wollen wir beweisen?



NOTIZEN

Kurs II: Buddhistische Zuflucht

Session Acht: Fünf Beweise für Leerheit

Ideen/Betrachtungen/Fragestellungen:

Fünf Arten, Leerheit zu beweisen: (Genauere Ausführungen folgen im nächsten Abschnitt)

1. CHIK - DU DREL

einer viele leer

Die Leerheit von einem oder vielen: existieren sie als eins oder als viele?

2. DORJE SEKMA

Diamant Splitter

Diamantsplitter: Dinge können weder aus sich selbst heraus entstehen noch aus etwas anderem noch aus beidem noch ohne Ursache (d.h. weder aus sich selbst heraus noch aus etwas anderem).

3. YU - ME KYE - GOK

existieren nicht entstehen verneinen

Verneinung, dass Dinge, die existieren oder nicht existieren, entstehen könnten. Verneinung, dass ein Ding aus einem existierenden Ding, oder aus etwas, das nicht existiert, oder aus beiden, oder aus keinem von beiden wachsen oder entstehen könnte.

4. MU - SHI KYE - GOK

Möglichkeiten vier entstehen verneinen

Verneinung, dass Dinge durch eine der vier Möglichkeiten entstehen könnten. Verneinung, dass multiple Ergebnisse aus multiplen Ursachen entstehen. Verneinung, dass Einzelergebnisse aus multiplen Ursachen entstehen. Verneinung, dass multiple Ergebnisse aus Einzelursachen entstehen. Verneinung, dass Einzelergebnisse aus Einzelursachen entstehen.

5. TEN - DREL GYI - RIKPA (also called RIK-PAY GYALPO)

Interdependenz von Beweisführung (Beweis König)

Beweisführung der Interdependenz (des abhängigen Entstehens) (auch Königsargument genannt). Die Dinge existieren nicht aus sich selbst heraus, da sie von anderen Dingen abhängig sind.

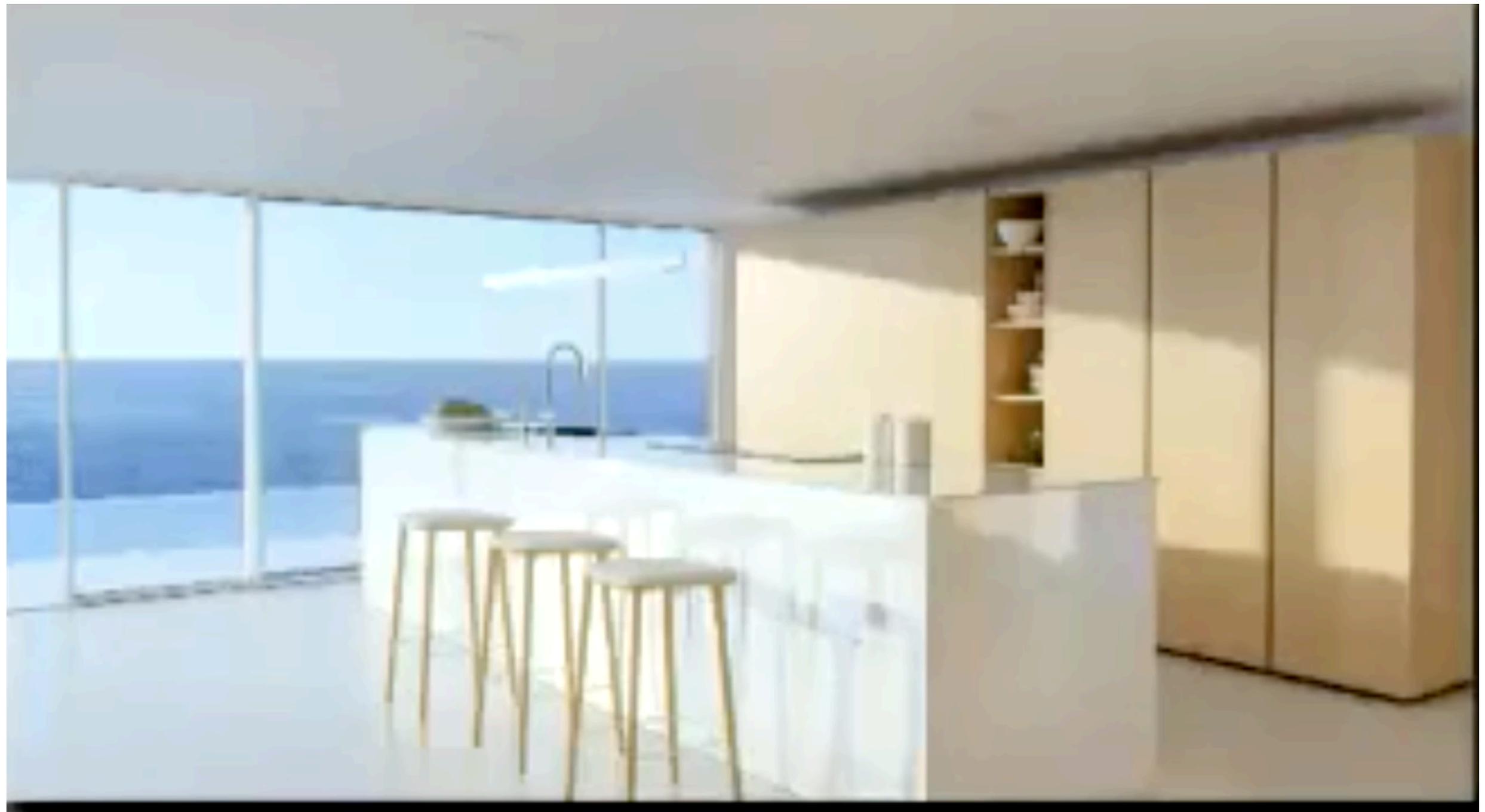
Eins oder Viele?

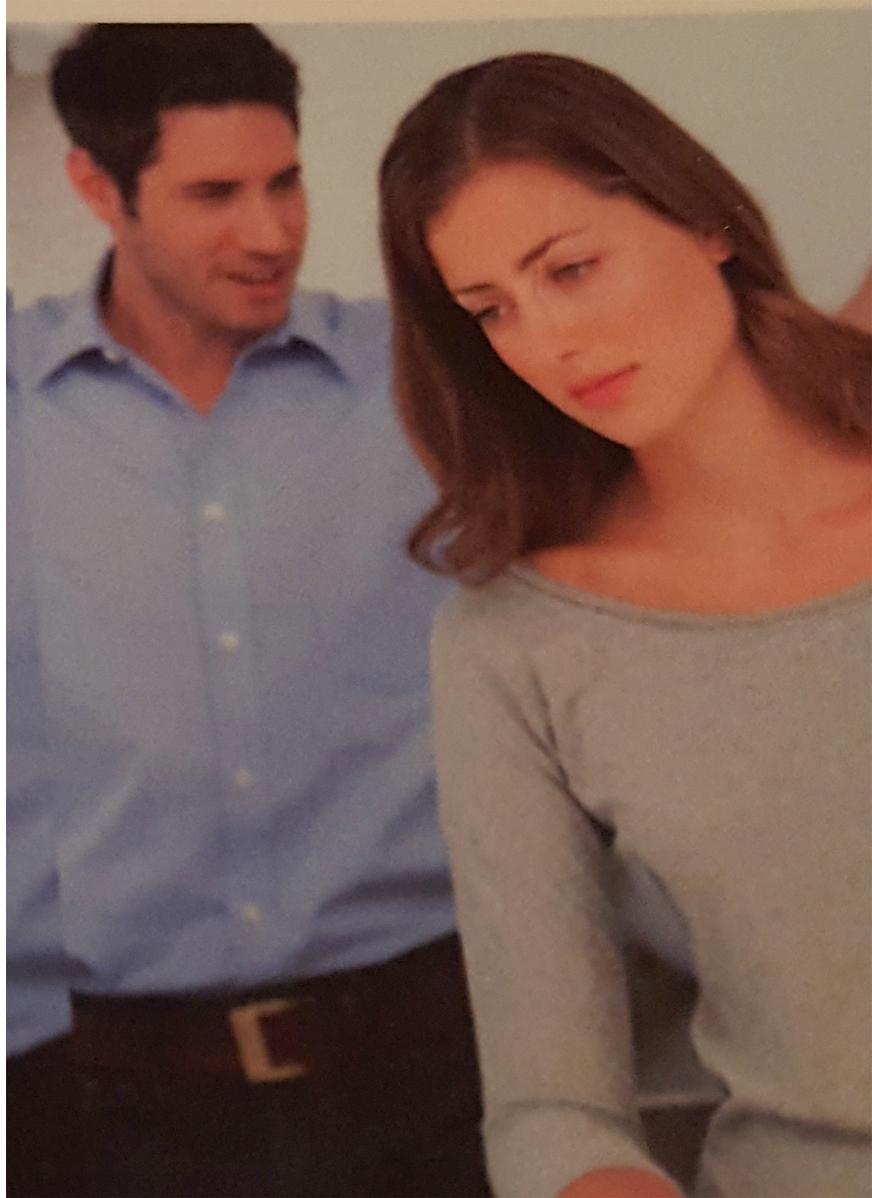
Können Dinge mit einer Funktion (z.B. ein Stift) ULTIMATIV entstehen

Können Ergebnisse (z.B. Schreiben können) ULTIMATIV entstehen?

Kann etwas, dessen Funktion sich aus Ursachen und Ergebnissen ULTIMATIV entstehen?

Abhängiges Entstehen



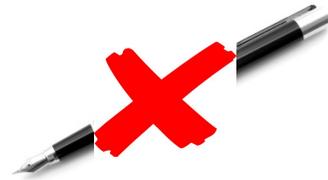




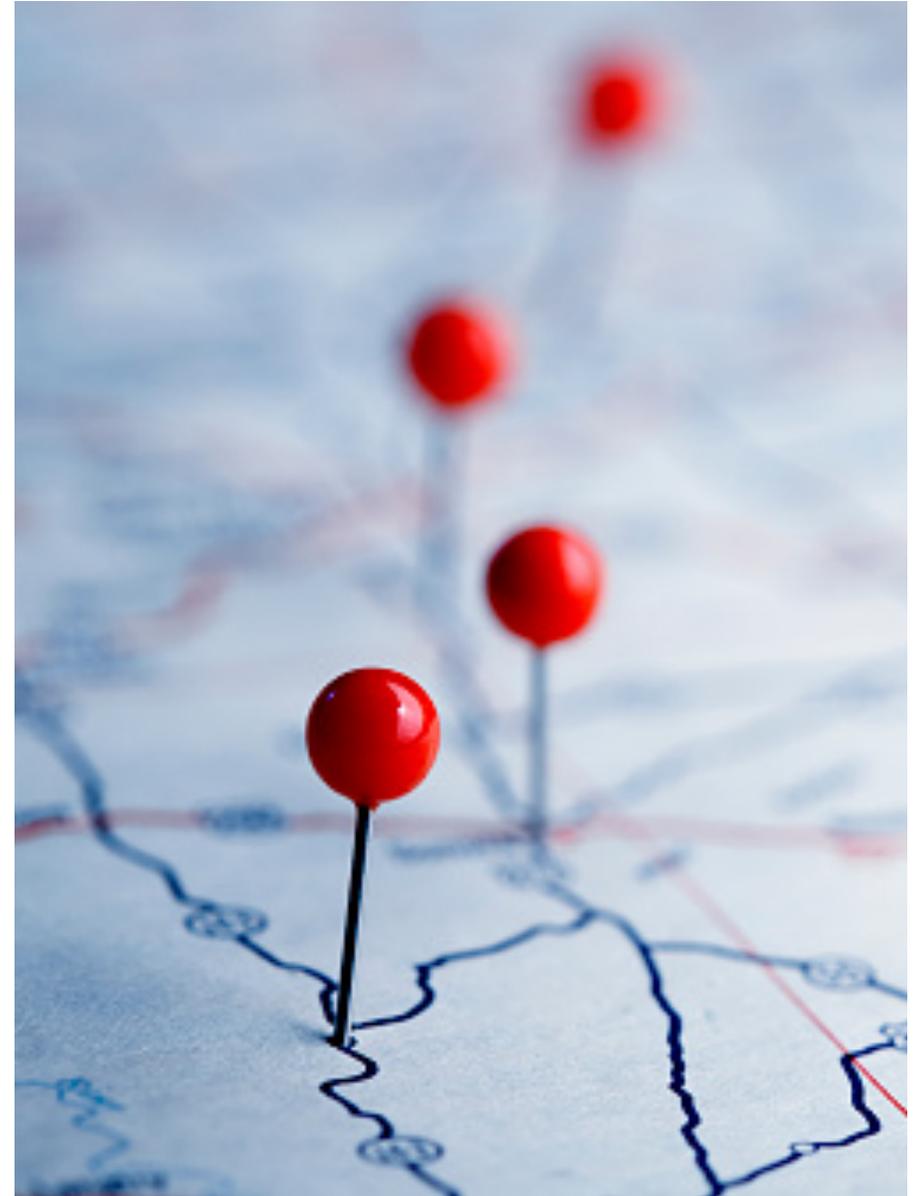
Vergegenwärtige dir diese gleichen Dinge.

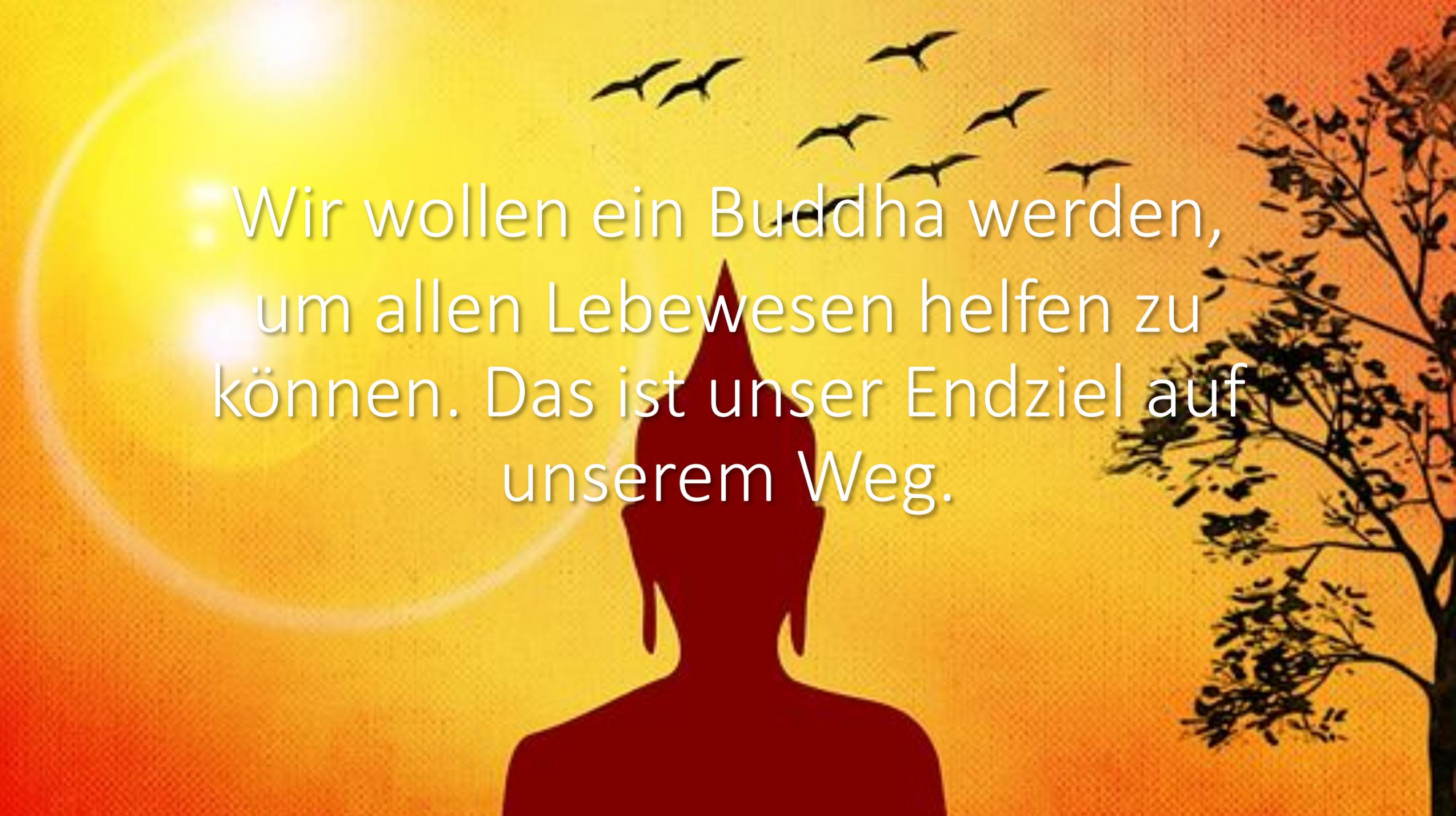
Sie existieren nicht als ein Ding, das wirklich existiert.

Denn sie sind Dinge, die Teile haben.



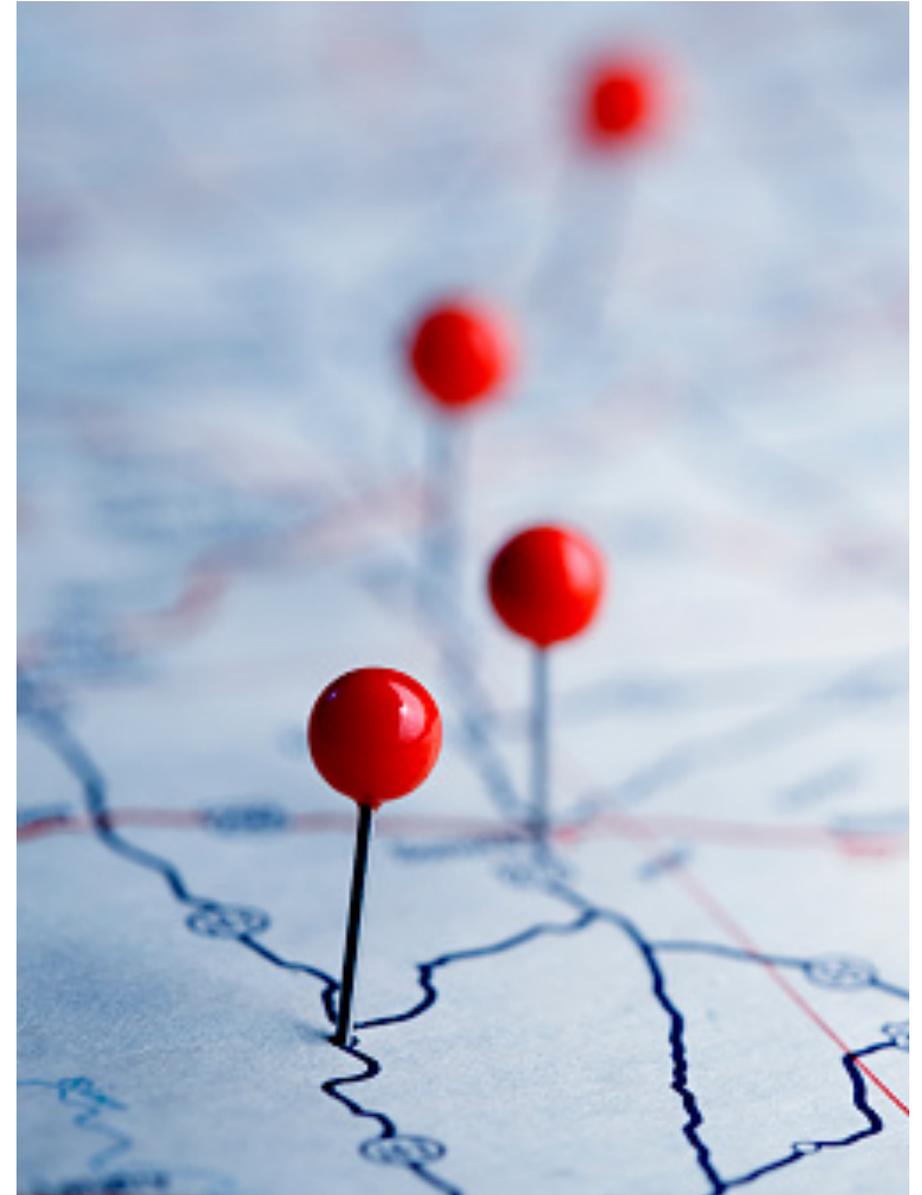
Zusammenfassung/Überblick unseres Weges in diesem Kurs





Wir wollen ein Buddha werden,
um allen Lebewesen helfen zu
können. Das ist unser Endziel auf
unserem Weg.

Wo befinden wir uns gerade auf diesem Weg?





impossible

Wo führt uns der Weg lang?

- **Entsagung** entwickeln (einen Ort/Geisteszustand definitiv verlassen wollen)
- **Bodhichitta** entwickeln (auch anderen helfen wollen, diesen schrecklichen Ort/Geisteszustand verlassen zu können)
- Bereitschaft, sich dafür die nötige **Weisheit** anzueignen



Welche Zwischenstationen werden wir auf diesem Weg erreichen?

- Die **direkte Wahrnehmung der Leerheit**
- **Nirvana** (einen Geisteszustand, in dem keine Geistesgifte mehr vorhanden sind und auch nicht mehr auftauchen können)



Welche Werkzeuge/Ausrüstungsgegenstände bekommen wir auf diesem (schwierigen) Weg mit:

- Unter anderem das **Verständnis von Leerheit**



Aus Klasse 6

Dinge, die benötigt werden, um Nirvana zu erreichen (Alle zusammen sind erforderlich):

1. **DAK - ME** **TOK - PAY** **SHE - RAB** **KYI** **LAP - PA**
keine eigene Natur Erkenntnis Weisheit der Übung

Sich in der Weisheit der Erkenntnis von Leerheit üben. Das Training der Weisheit, die erkennt, dass nichts eine Natur aus sich selbst heraus hat (d.h. Weisheit, die die Leerheit erkennt).

= studiere weiter ACI (evtl. auch DCI)

2. **LAP - PA** **DAN - PO** **NYI - KYI** **SIN - PA**
Übung erster zwei von unter Einfluss

Obiges Training unter dem Einfluss hoch entwickelter Moral und Konzentration (die ersten beiden Trainings).

= meditiere regelmäßig + sei freundlich zu anderen, sei ein Vorbild einer glücklichen Person

3. **TOK - SIN** **GOM - PA**
Erkenntnis schon sich daran gewöhnen

Den Geist an das gewöhnen, was du bereits über Leerheit erkannt hast.

= Tipp von GesheHla: Führe eine Liste/ein Buch mit Durchbrüchen/Einsichten, die Du bzgl. Leerheit hattest.





Dinge, die benötigt werden, um Nirvana zu erreichen (Alle zusammen sind erforderlich):

- | | | | | | |
|----|--------------------|------------|-----------|-----|----------|
| 1. | DAK - ME | TOK - PAY | SHE - RAB | KYI | LAP - PA |
| | keine eigene Natur | Erkenntnis | Weisheit | der | Übung |

Sich in der Weisheit der Erkenntnis von Leerheit üben. Das Training der Weisheit, die erkennt, dass nichts eine Natur aus sich selbst heraus hat (d.h. Weisheit, die die Leerheit erkennt).

= studiere weiter ACI (evtl. auch DCI)



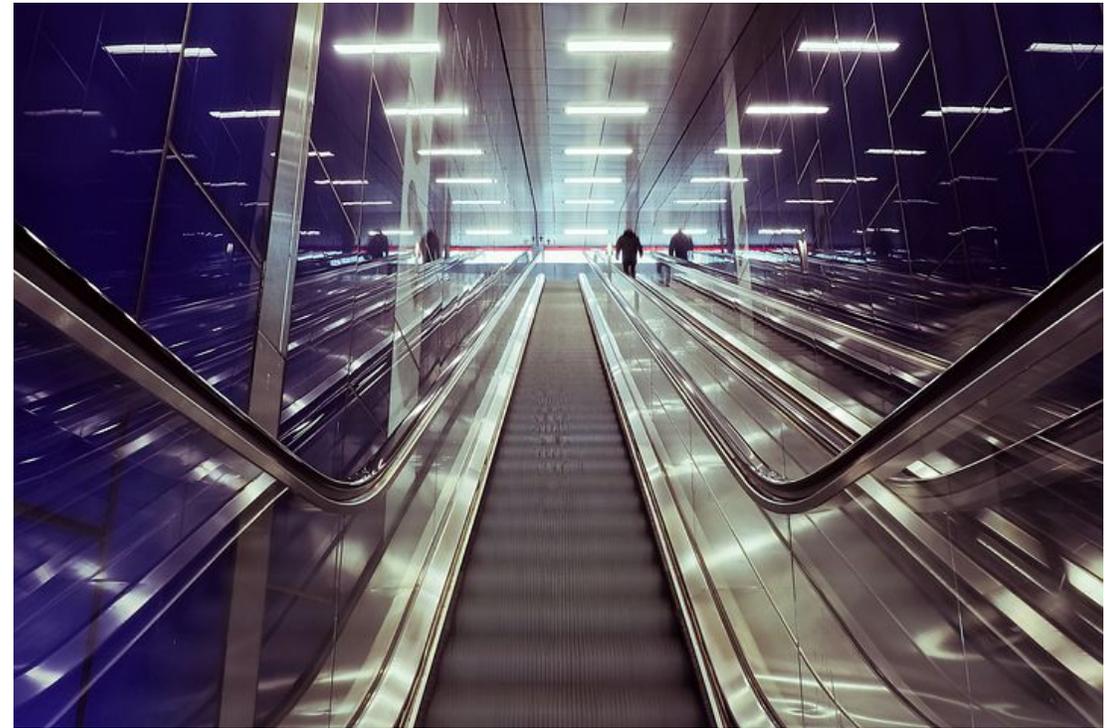
Wo befinden wir uns jetzt gerade mit diesen Klassen 7-9?

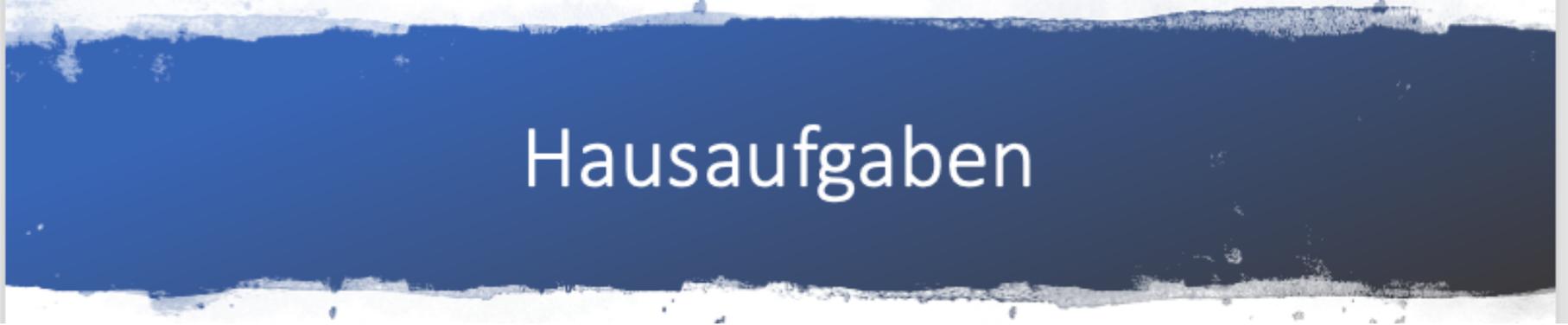
- Wir bereiten uns darauf vor, Leerheit direkt zu sehen



Wo befinden wir uns jetzt gerade mit diesen Klassen 7-9?

- Wir bereiten uns darauf vor, Leerheit direkt zu sehen
 - Unseren Fuß auf die Rolltreppe zu setzen/in das Boot zu steigen
 - Wir wollen ein Strom-Eintreter werden. Der Strom, der uns geradewegs zu Nirvana bringt bzw. zur Buddhaschaft (ganz automatisch)





Hausaufgaben

- 1) Nenne die Bezeichnungen der fünf Beweise für Leerheit.
- 2) Was sind die Dinge, deren Nicht-Existenz wir in der „Leerheit von einem oder vielen“ genannten Beweisführung versuchen zu beweisen?
- 3) Glaubst Du diese Dinge existieren als eines oder als viele, als keines von beidem, oder als beides?
- 4) Glaubst Du es ist wahr, wenn wir sagen, dass sie nicht wirklich existieren?
- 5) Welches Beispiel wird benutzt, um diese Beweisführung zu illustrieren, und was bedeutet es?
- 6) Zitiere die Beweisführung von der „Leerheit von einem oder vielen“.

Hausaufgabe zum Auswendiglernen: Lerne die Beweisführung, die „*Leerheit von einem oder vielen*“ genannt wird, auswendig.

**Vergegenwärtige dir die drei Erkenntnisse.
Sie existieren nicht wirklich.
Weil sie nicht wirklich als eins existieren,
existieren sie nicht wirklich als viele.
Sie sind, zum Beispiel, wie ein Spiegelbild.**

Meditationshausaufgabe: 15 Minuten pro Tag, zehn Atemzüge und wiederhole dann in deinem Geist die Beweisführung der „Leerheit von einem oder vielen“.



Zusammenfassung

Lest die Lektüre

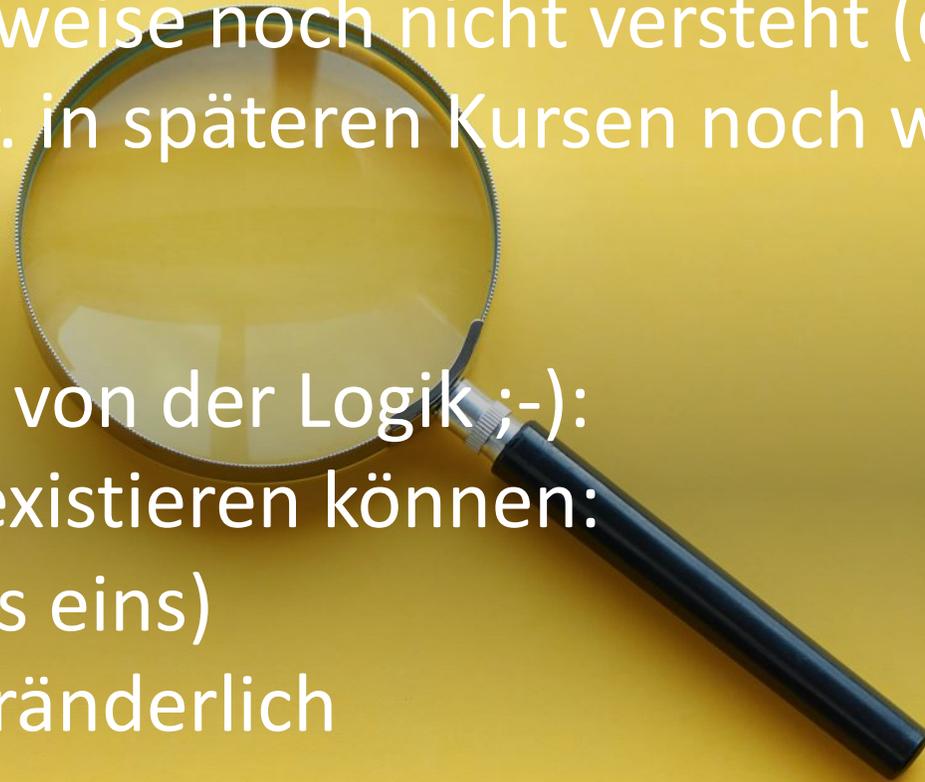
Auch wenn ihr die einzelnen Beweise noch nicht versteht (darauf wird in der nächsten Klasse bzw. in späteren Kursen noch weiter eingegangen).

Lasst euer Denken beeinflussen von der Logik ;-):

- z.B. wie Dinge ausschließlich existieren können:
 - Als eins oder viele (mehr als eins)
 - Als Veränderlich oder unveränderlich

Themen, die in weiteren Kursen noch vertieft werden:

- Dinge mit Funktionen



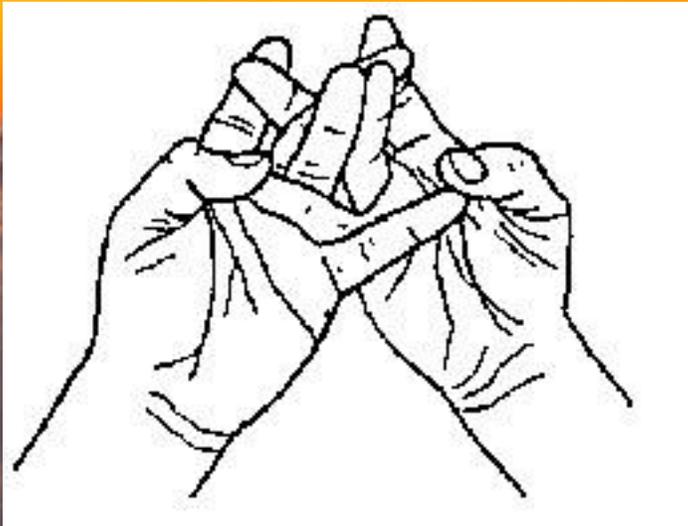
ASK



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 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.

