



THE ASIAN CLASSICS

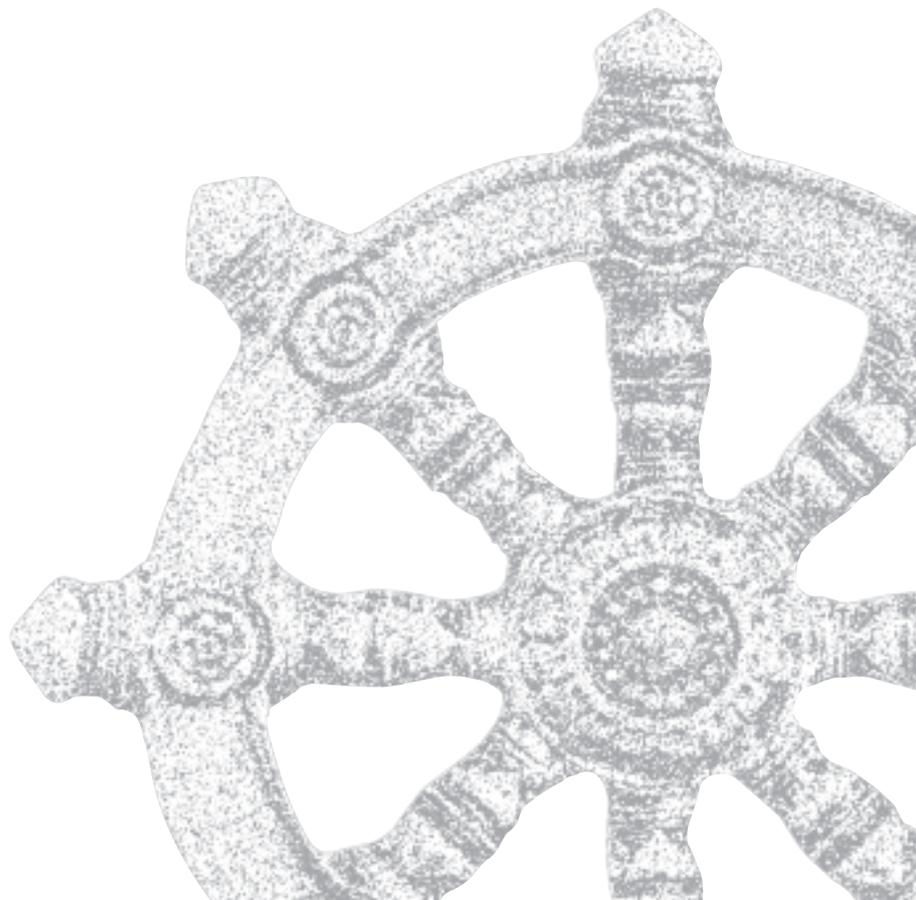
INSTITUTE

16

DIE GROSSEN IDEEN DES BUDDHISMUS, TEIL I

KURS

EINE WIEDERHOLUNG DER KURSE 1-5





Übersicht des offiziellen ACI Lehrer Studien Programmes

Die sechs großen Bücher des Buddhismus, die im Folgenden aufgeführt sind, sind Gegenstand des 18-jährigen klösterlichen Geshe-Programms. Das Asian Classics Institute hat diese sechs großen Bücher des Buddhismus zu einem 15-teiligen Studienkurs zusammengefasst.

DAS ERSTE BUCH

Geshe Studienfach: Die Perfektion der Weisheit (Prajnya Paramita)

Gelehrte Philosophieschule des Buddhismus:

Anfang des „Mittleren Weges“ (Madhyamika Svatantrika);

beinhaltet auch einige Auszüge der „Nur-Geist“ Schule (Chitta Matra)

Haupttext: *Das Juwel der Erkenntnis (Abhisamaya Alamkara)*

Von: Maitreya (dem künftigen Buddha)

Datierung aufgrund seiner Beziehung zu Meister Asanga, ca. 350 n. Chr.

Traditionelle Studiendauer in einem tibetischen Kloster: sechs Jahre

Zusammenfassung in den folgenden ACI Kursen:

Kurs II: Buddhistische Zuflucht

Kurs XV: Was der Buddha wirklich meinte

Die wichtigsten verwendeten klösterlichen Lehrbücher:

Analyse der Perfektion der Weisheit, Überblick über die Kunst der Interpretation, Überblick der zwanzig Praktizierenden, Überblick über abhängiges Entstehen, Überblick über das Formreich und das formlose Reich.

Von: Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568);

Gyalwang Trinley Namgyal (viel publiziert um 1850)

Klassische Studienfächer:

Die drei Arten der Zuflucht; Der Wunsch nach Erleuchtung; Was ist Nirwana?; Die Beweise für Leerheit; Wer ist Maitreya?; Die zwölf Verbindungen des abhängigen Entstehens im Rad des Lebens; Tiefe Ebenen der Meditation; Wie wissen wir, wann der Buddha es im übertragenen Sinne meint?; Der Weg zur Befreiung.

DAS ZWEITE BUCH

Geshe Studienfach: Der „Mittlere Weg“ (Madhyamika)

Gelehrte Philosophieschule des Buddhismus:

Fortgeschrittener „Mittlerer Weg“ (Madhyamika Prasangika);

beinhaltet auch einige Auszüge der „Nur-Geist“ Schule (Chitta Matra)

Haupttext: *Betreten des Mittleren Wegs (Madhyamaka Avatara) und Leitfaden für die Lebensweise eines Bodhisattvas (Bodhisattva Charya Avatara)*

Von: Das erste von Meister Chandrakirti, ca. 650 n. Chr. als Erklärung von Meister Nagarjuna, etwa 200 n. Chr.; und das zweite von Meister Shantideva, ca. 700 n. Chr.

Traditionelle Studiendauer in einem tibetischen Kloster: vier Jahre

Übersicht des offiziellen ACI Lehrer Studien Programmes

Zusammenfassung in den folgenden ACI Kursen:

Kurs VI: Das Diamantschneider-Sutra

Kurs VII: Die Bodhisattva-Gelübde

Kurse X, XI, XII: Leitfaden für die Lebensweise eines Bodhisattvas

Die wichtigsten verwendeten klösterlichen Lehrbücher:

Überblick des Mittleren Weges; Ein Kommentar zum Diamantschneider-Sutra; Die Kette strahlender Juwelen, über die drei Arten von Gelübden; Der Einstieg für Bodhisattvas, ein Kommentar zum „Leitfaden für ein Lebensweise eines Bodhisattvas“

Von: Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364–1432); Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568); Choney Lama Drakpa Shedrup (1675–1748); Geshe Tsewang Samdrup (ca. 1830)

Klassische Studienfächer:

Leerheit und der Wunsch nach Erleuchtung; Leerheit und die Körper eines Buddhas; Die Zukunft der Lehre des Buddhas; Leerheit und Karma; Die direkte Erfahrung von Leerheit; Leerheit und das Paradies; Wie leere Dinge immer noch funktionieren; Die Haupt- und Nebengelübde eines Bodhisattvas; Wie man die Gelübde einhält; Wie man schlechte Taten reinigt; Freude haben; Wie man Geistesgifte bekämpft; Die Perfektion des Gebens; Wie Wut gutes Karma zerstört; Die Natur des Ärgers; Woher die schlechten Dinge wirklich kommen; Der Umgang mit Eifersucht; Ruhe; Das Ende des Anhaftens; Über die Freude der Einsamkeit; Sich der Meditation verschreiben; Über die Notwendigkeit, Leerheit zu sehen; Die zwei Wirklichkeiten; Die Leerheit von Gefühlen; Der Diamantsplitter.

DAS DRITTE BUCH

Geshe Studienfach: Die Höheren Lehren (Abhidharma)

Gelehrte Philosophieschule des Buddhismus:

Detailisten-Schule (Vaibhashika)

Haupttext: *Schatzkammer des Höheren Wissens (Abhidharma Kosha)*

Von: Meister Vasubandhu, ca. 350 n. Chr.

Traditionelle Studiendauer in einem tibetischen Kloster: zwei Jahre

Zusammenfassung in den folgenden ACI Kursen:

Kurs V: Wie Karma funktioniert

Kurs VIII: Der Tod und die Reiche der Existenz

Die wichtigsten verwendeten klösterlichen Lehrbücher:

Licht auf dem Pfad zur Freiheit, ein Kommentar zur Schatzkammer

Von: Gyalwa Gendun Drup, dem Ersten Dalai Lama (1391–1474)

Klassische Studienfächer:

Die Natur von Karma; Die Rolle von Motivation; Die Korrelation von Taten und ihren Ergebnissen; Wie Karma „aufbewahrt“ wird; Der relative Schweregrad von Taten; Die drei Reiche der Existenz; Die Natur des Bardos (der Zwischenzustand zwischen Tod und Wiedergeburt); Eine Beschreibung von Zeit und Raum; Die Zerstörung der Welt; Wie man über den Tod meditiert.

Übersicht des offiziellen ACI Lehrer Studien Programmes

DAS VIERTE BUCH

Geshe Studienfach: Auf Gelübden basierende Moral (Vinaya)

Gelehrte Philosophieschule des Buddhismus:

Detailisten-Schule (Vaibhashika)

Haupttext: *Eine Zusammenfassung der auf Gelübden basierenden Moral (Vinaya Sutra)*

Von: Meister Gunaprabha, ca. 500 n. Chr.

Traditionelle Studiendauer in einem tibetischen Kloster: zwei Jahre

Zusammenfassung in den folgenden ACI Kursen:

Kurs IX: Das ethische Leben

Die wichtigsten verwendeten klösterlichen Lehrbücher:

Die Essenz des Ozeans der Disziplin;

Starte den Tag: Ein Kommentar zu „Die Essenz des Ozeans“

Von: Je Tsongkapa (1357–1419), Meister Ngulchu Dharma Bhadra (1772–1851)

Klassische Studienfächer:

Die Natur der Freiheitsgelübde; Ihre Teile; Die spezifischen Gelübde: (Notiz: Die Gelübde der Nonnen und Mönche werden nur Ordinierten erklärt); Wer kann Gelübde nehmen; Wie man Gelübde verliert; Die Vorteile, wenn man Gelübde einhält.

DAS FÜNFTE BUCH

Geshe Studienfach: Buddhistische Logik (*pramana*)

Gelehrte Philosophieschule des Buddhismus: Sutra-Schule (Sautrantika)

Haupttext: *Der Kommentar zur gültigen Wahrnehmung (Pramanavarttika)*

Von: Meister Dharmakirti, ca. 650 n. Chr., zu Meister Dignaga, ca. 450 n. Chr.

Traditionelle Studiendauer in einem tibetischen Kloster: Drei Monate pro Jahr für 15 Jahre

Zusammenfassung in den folgenden ACI Kursen:

Kurs IV: Der Beweis für zukünftige Leben

Kurs XIII: Die Kunst der Beweisführung

Die wichtigsten verwendeten klösterlichen Lehrbücher:

Die vier Argumente; Licht auf dem Weg zur Freiheit; Eine Erläuterung zum „Kommentar zur gültigen Wahrnehmung“; Juwel des wahren Gedankens; Eine Erklärung zur „Kunst der Beweisführung“; Eine Erklärung zu „Der Pfad der Beweisführung“; Die gesammelten Themen des spirituellen Sohnes; Die Sammlung von Rato; Eine klare Darstellung des Geistes und der geistigen Funktionen

Von: Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin (1921–2004); Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364–1432); Der Erste Panchen Lama, Lobsang Chukyi Gyaltsen (1567?–1662); Geshe Yeshe Wangchuk (1928–1997); Meister Tutor Purbuchok Jampa Tsultrim Gyatso (1825–1901); Meister Ngawang Trashi (ca. 1700); Meister Chok-hla U-ser (ca. 1500).

Klassische Studienfächer:

Die Bedeutung der gültigen Wahrnehmung; Die Natur der Allwissenheit; Beweise für vergangene und zukünftige Leben; Die Eigenschaften eines Buddha; Warum die Kunst der Beweisführung studieren?; Die Definition eines Arguments; Wie debattieren Buddhisten?; Die Teile einer logischen Aussage; Ursache und Wirkung; Die Natur des subjektiven Geistes; Das Konzept Negativität und Positivität; Die Natur von Definitionen; Das Konzept von Zeit.

Übersicht des offiziellen ACI Lehrer Studien Programmes

DAS SECHSTE BUCH

Geshe Studienfach: Die Stufen zur Buddhaschaft (Lam Rim)

Gelehrte Philosophieschule des Buddhismus:

Fortgeschrittener „Mittlerer Weg“ (Madhyamika Prasangika)

Haupttext: *Das große Buch über die Stufen zur Buddhaschaft (Lam Rim Chenmo)*

Von: Je Tsongkapa (1357–1419)

Traditionelle Studiendauer in einem tibetischen Kloster: In loser Folge über 15 Jahre

Zusammenfassung in den folgenden ACI Kursen:

Kurs I: Die wichtigsten Lehren des Buddhismus

Kurs III: Angewandte Meditation

Kurs XIV: Lojong, Ein gutes Herz entwickeln

Die wichtigsten verwendeten klösterlichen Lehrbücher:

Befreiung in unseren Händen; Die wichtigsten Lehren des Buddhismus; Ein Kommentar zu den wichtigsten Lehren des Buddhismus; Tausend Engel im Himmel der Glückseligkeit (Ganden Hlagyama); Vorbereitung zu Tantra (Die „Quell all meines Glücks“ und sein Kommentar); Eine Sammlung von Lojong-Texten; Darbringung des Mandalas; Wie man das Mandala in 37 Teilen darbringt

Von: Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin (1921–2004); Je Tsongkapa (1357–1419); Pabongka Rinpoche (1878–1941); Meister Ngulchu Dharma Bhadra (1772–1851)

Klassische Studienfächer:

Die Bedeutung von Entsagung, der Wunsch nach Erleuchtung und korrekte Weltsicht; Die Durchführung der täglichen Praxis; Wie man meditiert; Über was man meditiert; Wie man bei der Arbeit und in anderen alltäglichen Situationen praktiziert; Wie man das Mandala darbringt; Wie man Liebe und Mitgefühl praktiziert; Eine kurze Darstellung des kompletten Pfades zur Erleuchtung; Wie man sich auf die geheimen Lehren vorbereitet.

༄༅། །མཇུག། །

mandel

།ས་གཞི་སྣོས་ཀྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཟམ།

saschi pukji dschugsching metog tram,

།རི་རབ་སྤིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།

rirab lingschi njinde gjenpa di,

།སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་དབུལ་བར་བགྱི།

sangje schingdu mikte ulwar gji,

།འབྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག །།

drokun namdak schingla tschöpar schog.

།ཨི་དྲི་གུ་རུ་རྩ་མཇུག་ལ་ཀེ་ནི་རྩ་ཏ་ཡ་མི། །

Idam guru ratna mandalakam nirjatajami. (sanskrit)

Darbringen des Mandalas

Hier ist die wunderbare Erde.
Sie ist eingehüllt in den Duft von Räucherwerk,
Und bedeckt mit einem Blütenteppich.

Der große Berg,
Und die vier Kontinente,
Tragen die Sonne und den Mond
Als Schmuck.

In meinem Geist mache ich daraus
Das Paradies eines Buddhas,
Und dann bringe ich Dir alles dar.

Möge durch diese Tat
Jedes Lebewesen
Die reine Welt erfahren.

Idam guru ratna mandalakam nirjatajami.
(Ich reiche meinem Lehrer dieses juwelengeschmückte Mandala dar.)

༄༅། །སྐབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད། །
kjabdro semkje

།སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ།

sangje dschödang tsokji tschognam la,

།བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐབས་སུ་མཆིས།

dschangtschub bardu dagni kjabsu tschi,

།བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

*daggi dschinsog gjipäsönam kji, (-> Lehrer oder Schüler)
(daggi tschönjen gjipä sönam kji,) (-> Schüler einer Klasse)*

།འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག །།

drola penschir sangje druppar schog.

Zuflucht und der Wunsch

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.

༄༅། །བསྐྱེ་བ། །

ngowa

།དག་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན།

gewa diji kjewo kun,

།བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་ཚུགས་ཤིང་།

sönam jesche tsog-dzog sching,

།བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།

sönam jesche ledschung wej,

།དམ་པ་སྐྱེ་བའི་འཕྲོ་པར་ཤོག །།

dampa kunji topar schog.

Widmung einer guten Tat

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,
Die von Verdiensten und Weisheit hervorgebracht werden.

༄༅། །མཚོད་པ། །
tschöpa

།སྟོན་པ་སྣ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ།
tonpa lame sangje rinpotsche,

།སྟོབ་པ་སྣ་མེད་དམ་ཚེས་རིན་པོ་ཆེ།
kjoppa lame damtschö rinpotsche,

།འབྲེན་པ་སྣ་མེད་དག་འདུན་རིན་པོ་ཆེ།
drenpa lame gendunrinpotsche,.

།སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མཚོད་པ་འབྲུལ།
kjabnä kotschog sumla tschöpa bul.

Buddhistisches Tischgebet

Ich bringe dies
Dem höchsten Lehrer dar,
Dem unvergleichlichen Buddha.

Ich bringe dies
Dem höchsten Schutz dar,
Dem unschätzbaren Dharma.

Ich bringe dies
Der höchsten Gemeinschaft dar,
Der wertvollen Sangha.

Ich bringe dies
Den Orten der Zuflucht dar,
Den Drei Juwelen,
Außergewöhnlich und unübertroffen.



KURS XVI: DIE GROSSEN IDEEN DES BUDDHISMUS, TEIL I

KURS ÜBERSICHT

KLASSE EINS

Thema: Die wichtigsten Lehren des Buddhismus, Teil Eins

Diese und die nächste Klasse repräsentieren Level Eins der Tradition der Stufen zur Erleuchtung, auch bekannt als *Lam Rim*. Die Klasse wird eine Überprüfung der Richtlinien sowie einen Überblick über den Kurs beinhalten.

Lektüre: Auszüge aus *die Drei Hauptpfade* von Je Tsongkapa (1357–1419 und aus dem Kommentar dazu mit dem Titel *die Hauptlehren des Buddhismus* von Pabongka Rinpoche (1878–1941).

KLASSE ZWEI

Thema: Die wichtigsten Lehren des Buddhismus, Teil Zwei

Lektüre: Weitere Auszüge aus *die Drei Hauptpfade* und aus *die Hauptlehren des Buddhismus*

KLASSE DREI

Thema: Buddhistische Zuflucht, Teil Eins

Diese und die nächste Klasse repräsentieren Level Eins der Tradition der Perfektion von Weisheit, auch bekannt als *Prajna Paramita*.

Lektüre: Auszüge aus den klösterlichen Kommentaren zum *Schmuck der Verwirklichungen* von Lord Maitreya, wie sie Meister Asanga (350 n. Chr.) übermittelt wurden. Diese Kommentare sind *die Übersicht über die Perfektion von Weisheit* und die *Analyse der Perfektion von Weisheit*, beide von Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568), einem herausragenden Meister des Sera Mey Klosters in Tibet.

KLASSE VIER

Thema: Buddhistische Zuflucht, Teil Zwei

Lektüre: Weitere Auszüge aus den beiden klösterlichen Kommentaren zum *Schmuck der Verwirklichungen*

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Teil I

Kurs Übersicht

KLASSE FÜNF

Thema: Angewandte Meditation, Teil Eins

Diese und die nächste Klasse repräsentieren Level Zwei der Tradition der Stufen zur Erleuchtung, auch bekannt als *Lam Rim*.

Lektüre: Auszüge aus zwei der größten Werke der *Lam-Rim*-Tradition: *dem Großen Buch über die Stufen zur Erleuchtung (Lamrim Chenmo)* von Je Tsongkapa (1357–1419) und *Ein Geschenk der Befreiung* von Pabongka Rinpoche (1878–1941).

KLASSE SECHS

Thema: Angewandte Meditation, Teil Zwei

Lektüre: Auszüge aus *Tausend Engel des Himmels des Glücks (Ganden Hlagyama)* und aus *Quell all meines Glücks (Yunten Shirgyurma)*, beide verfasst von Je Tsongkapa.

KLASSE SIEBEN

Thema: Der Beweis für zukünftige Leben, Teil Eins

Diese und die nächste Klasse repräsentieren Level Eins der Tradition der buddhistischen Logik und Wahrnehmung, auch bekannt als *Pramana*.

Lektüre: Auszüge aus den folgenden Werken:

Licht auf dem Pfad zur Freiheit, ein Kommentar zu den Werken von Meister Dignaga (440 n. Chr.) und Meister Dharmakirti (630 n. Chr.) von Gyaltsab Je (1364–1432), dem berühmten Schüler von Je Tsongkapa.

Juwel des wahren Denkens, ein Kommentar zu denselben Werken von Geshe Yeshe Wangchuk (1928–1997) aus dem Sera Mey Kloster in Tibet.

Eine Übersicht über die Ebenen der Realität, zusammengestellt von dem Ersten Dalai Lama, Gyalwa Gendun Drup (1391–1474); Kedrup Je (1385–1438); und Purbuchok Jampa Gyatso (1825–1901).

KLASSE ACHT

Thema: Der Beweis für zukünftige Leben, Teil Zwei

Lektüre: Auszüge aus den zuvor genannten Werken, einschließlich des Textes von *Die vier Argumente*, verfasst von Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Teil I Kurs Übersicht

KLASSE NEUN

Thema: Wie Karma funktioniert, Teil Eins

Diese und die nächste Klasse repräsentieren Level Eins der Tradition des Höheren Wissens, auch bekannt als *Abhidharma*.

Lektüre: Auszüge aus den folgenden Werken:

Das Schatzhaus des Höheren Wissens (Abhidharmakosha) von Meister Vasubandhu (350 n. Chr.).

Licht auf dem Weg zur Freiheit, ein Kommentar zu Meister Vasubandhus Werk von Seiner Heiligkeit Gendun Drup, dem Ersten Dalai Lama (1391–1474).

Die Schulen der Philosophie von Meister Changkya Rolpay Dorje (1717–1786).

Die Erleuchtung des wahren Denkens von Je Tsongkapa.

KLASSE ZEHN

Thema: Wie Karma funktioniert, Teil Zwei

Lektüre: Auszüge aus den zuvor genannten Werken sowie aus den folgenden:

Betreten des Mittleren Weges (Madhyamakavatara) von Meister Chandrakirti (650 n. Chr.)

Übersicht über den Mittleren Weg von Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568).

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Eins: Die wichtigsten Lehren des Buddhismus, Teil Eins

Die folgenden Auszüge stammen aus die Drei Hauptpfade (Lam-gtzo rnamgsum), verfasst vom unübertroffenen tibetischen Meister Je Tsongkapa (1357–1419). Der Kommentar wurde von Pabongka Rinpoche (1878–1941) verfasst, der Lehrer unseres Ursprungslamas, Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin, und auch Lehrer des Lehrers des heiligen Dalai Lamas war.

1

Über das Leben des Lehrers von unserem Lehrer

Zu diesem Zeitpunkt trat der berühmte Pabongka Rinpoche in mein Leben, der Autor des Kommentars, den wir in diesem Kurs studieren. Wie auch ich hatte er als junger Mann an der Sera Mey Universität im Kloster Sera studiert, er hatte sogar im selben Haus gelebt, in Gyalrong.

Pabongka Rinpoche wurde 1878 in der Stadt Tsawa Li, im Distrikt Yeru Shang im Staate Tsang, nördlich von Lhasa geboren. Seine Familie entstammte einem Adelsgeschlecht und besaß ein bescheidenes Anwesen namens Chappel Gershi. Er war ein ungewöhnlich talentiertes Kind. Mit sieben Jahren wurde er Sharpa Chuje Lobsang Dargye vorgestellt, einer der führenden religiösen Persönlichkeiten seiner Zeit. Der Lama erkannte in dem Jungen die Reinkarnation eines Heiligen und untersuchte ihn sogar, ob er die Wiedergeburt seines eigenen Lehrers sei. Das war er nicht, aber der weise Mann sagte voraus, sollte das Kind ins Gyalrong Haus an der Sera Mey Universität kommen, dann würde ihm Wunderbares widerfahren.

Später fand man heraus, dass der Junge eine Reinkarnation aus der Changkya Linie war, der auch der illustre Gelehrte Changkya Rolpay Dorje (1717–1786) angehört hatte¹. Die Lamas dieser Linie hatten viel in der Mongolei und in China gelehrt, sogar am Hof des chinesischen Kaisers. Daher war der Name „Changkya“ eng verbunden mit China.

In jenen Tagen spürten die tibetische Regierung und das Volk schon den Druck unseres mächtigen östlichen Nachbarn, daher entschied man sich gegen den Namen „Changkya“. Stattdessen wurde der Name „Pabongka“ gewählt.

Pabongka, auch als Parongka bekannt, ist eine mächtige, weit bekannte Felsformation fünf Kilometer vom Sera-Kloster entfernt. Das Wort „pabong“ heißt Felsblock in unserer Sprache. Der Ort ist von großer historischer Bedeutung für die Tibeter, denn oben auf dem Fels liegt der Palast des Songtsen Gampo, des Königs aus dem siebten Jahrhundert, der Tibet zu einer der führenden Nationen Asiens in jener Zeit gemacht hatte, und mit dessen Hilfe die ersten buddhistischen Lehren aus Indien nach Tibet gebracht worden waren.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Vor Songtsen Gampos Zeit hatten die Tibeter keine Schriftsprache. Der König wollte die großartigen buddhistischen Texte in unsere Sprache übersetzt sehen und sandte daher mehrere Delegationen nach Indien mit dem Auftrag, ein schriftliches Alphabet zurückzubringen. Viele der jungen Männer, die auszogen, starben in der furchtbaren feuchten Hitze der indischen Tiefebene und des Dschungels, die so anders ist als das Klima im tibetischen Hochland, aber der Minister Tonmi Sambhota kam schließlich zurück. Er schuf ein Alphabet und eine Grammatik, die bis auf den heutigen Tag Bestand haben. Und es wird gesagt, dass er diese große Aufgabe im Palast von Songtsen Gampo vollendete, auf den Klippen von Pabongka.

Pabongka Rinpoche war der zweite Pabongka, weil er als Reinkarnation des Kenpo (Abtes) des kleinen Klosters auf dem Felsen erkannt wurde. Daher wird er manchmal auch „Pabongka Kentrul“ genannt, oder die „Reinkarnation des Abtes von Pabongka“. Pabongka Rinpoches voller Name ist Kyabje Pabongkapa Jetsun Jampa Tenzin Trinley Gyatso Pel Sangpo, was man übersetzen kann als „Herr des Schutzes von Pabongka, der ehrwürdige und ruhmreiche Meister, dessen Name auch der Liebevoller, der Hüter der Lehren des Buddhas, Meer der Großartigen Taten des Buddhas ist“. Er ist auch bekannt als „Dechen Nyingpo“, was „Essenz der Glückseligkeit“ bedeutet; dies deutet darauf hin, dass er die geheimen Lehren des Buddhismus gemeistert hat. Wir Tibeter empfinden es als respektlos, einen großen geistlichen Führer nur mit seinem „nackten“ Namen – also als „Tsongkapa“ oder „Pabongka“ zu benennen. Aber hier haben wir versucht, die tibetischen Namen zu vereinfachen, um es dem westlichen Leser leichter zu machen.

Pabongka Rinpoches Laufbahn an der Sera Mey Universität war nicht außergewöhnlich; er erlangte seinen Geshe Titel, aber nur im Rang eines „Lingse“, womit gemeint ist, dass er nur in seinem eigenen Kloster geprüft wurde und keinen höheren Rang anstrebte, wie den eines „hlarampa“. Das *hlarampa*-Level verlangt eine anstrengende Reihe öffentlicher Prüfungen und Debatten in verschiedenen Klöstern, die schließlich in einer Sitzung vor dem Dalai Lama und seinen Lehrern im Sommerpalast Norbulingka ihren Höhepunkt findet. Erst nach seiner Abschlussprüfung in Sera Mey und erfolgreichen Lehrreisen auf dem Land, nicht in der Hauptstadt, wurde er berühmt. Nach und nach fand er eine große Anhängerschaft und zeigte enorme Fähigkeiten als öffentlicher Lehrer. Er war nicht groß (wenn ich von meiner Größe ausgehe, und ich bin nur 1 Meter 65 groß), aber er hatte eine breite Brust und schien den gesamten Lehrerstuhl auszufüllen, wenn er ihn bestieg, um seine Diskurse zu beginnen.

Seine Stimme war unglaublich kraftvoll. Oft sprach er vor Tausenden von Menschen, und doch konnte ihn jeder klar und deutlich hören (in jenen Tagen kannten wir in Tibet noch keine Mikrophone oder Lautsprecher). Teil des Tricks war natürlich, die Zuschauer auf tibetische Art und Weise zu platzieren, dicht an dicht, im Schneidersitz auf dem Boden, während der Lama auf einer erhöhten Plattform saß. Und die Zuhörer zwängten sich auch noch auf die Veranda und saßen auf dem Dach, um ihn durch die Fenster zu sehen.

Pabongka Rinpoche hatte eine unglaubliche Fähigkeit, seine Zuhörer zu fesseln, und deshalb wurde er sowohl für das normale Volk als auch für uns Mönche ein Lehrer. Im Allgemeinen ist der Großteil der Lehren, wie wir sie im Kloster lernen, extrem detailliert, tief Sinnig und

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

manchmal auch technisch. Um in unseren Klassen weiter zu kommen, benutzen wir darüber hinaus komplizierte Texte formeller Logik zur Analyse. Diese Methoden sind wichtig, um die höchsten Ziele der buddhistischen Praxis in systematischer Art und Weise zu erreichen und um diese Lehren an andere weitergeben zu können. Aber sie übersteigen die Fähigkeiten vieler tibetischer Laien und sind zudem auch extrem zeitaufwändig. Die große Leistung des Rinpoche war, dass er einen Weg fand, Zuhörer aus allen Schichten anzuziehen und zu führen.

Seine größte Waffe war sein Humor. Öffentliche Diskurse in Tibet dauern manchmal zehn Stunden ohne Unterbrechung, und nur ein großer Heiliger kann so lange aufmerksam bleiben. Zwangsläufig fingen die Zuhörer irgendwann an, wegzunicken oder in Träumerei zu verfallen. Dann erzählte Pabongka Rinpoche eine lustige Geschichte oder einen Witz mit einer nützlichen

Moral, die seine Zuhörer zum Lachen brachte. Das schreckte die Träumer aus ihren Gedanken, sodass sie ihre Umgebung wieder wahrnahmen und ihre Nachbarn baten, das Gesagte zu wiederholen.

Seine Wirkung auf die Zuhörer war gewaltig und unmittelbar. Ich erinnere mich besonders an den Tag, an dem der Adelige Dapon Tsago, der eine wichtige Position, ähnlich der des Verteidigungsministers, innehatte, teilnahm. Öffentliche Lehren waren in Tibet sowohl eine soziale als auch eine religiöse Angelegenheit, und die Aristokraten kamen in ihrer besten Robe. Oft schien es, dass sie eigentlich weniger den Dharma Lehren zuhören, als vielmehr einen großen Auftritt zelebrieren wollten. So schritt der große General eines Tages in die Halle, ganz in Seide gekleidet, sein langes Haar sorgsam in Locken gelegt (was im alten Tibet als männlich und sehr modern galt). Ein großes zeremonielles Schwert hing von seinem Gürtel und rasselte wichtig bei jedem Schritt.

Am Ende des ersten Teils der Lehr-Rede sah man ihn, wie er leise die Halle verließ, tief in Gedanken versunken. Er hatte seine Kriegswaffe in ein Tuch gewickelt, um sie zu verbergen und brachte sie nach Hause. Später sahen wir, dass er tatsächlich seine Kriegerlocken abgeschnitten hatte, und schließlich warf er sich eines Tages vor dem Rinpoche zu Boden und bat ihn, ihm die lebenslangen Laiengelübde zu gewähren. Danach folgte er Pabongka Rinpoche überall hin, zu jedem öffentlichen Auftritt.

Der Rinpoche hatte niemals viel Zeit in dem kleinen Kloster auf dem Pabongka Felsen verbracht, und sein Ruhm nahm bald solche Ausmaße an, dass die Ngakpa-Universität im Kloster Sera ihm ein großes Anwesen am Berghang über dem Pabongka Felsen als Ort der spirituellen Einkehr anbot. Der Name dieser Klause war Tashi Chuling, oder auch „glücksverheißende spirituelle Insel“. Dort lebten an die 60 buddhistische Mönche, und ich erinnere mich an etwa 16 persönliche Assistenten, die dem Lama bei seinen zahlreichen Terminen und Aufgaben halfen: zwei Sekretär Mönche, ein Finanzmanager usw. Der Rinpoche verbrachte seine Zeit teilweise in seinen Räumlichkeiten dort und teilweise in einer kleinen Meditationszelle am Eingang einer Höhle, weiter oben am Berg.

Die Höhle war auch als Takden bekannt. Dorthin zog sich Pabongka Rinpoche über längere Zeiträume zur Meditation und Ausübung seiner persönlichen Praxis zurück. Die Hauptkammer hatte eine hohe gewölbte Decke, so hoch, dass das Licht einer gewöhnlichen Fackel sie nicht erhellen konnte, und die Dunkelheit schien überall zu sein. In der Mitte der Decke war ein merkwürdiges Dreieck im Felsen, das den äußeren Umriss einer der mystischen Welten hatte, die in unseren Geheimlehren beschrieben werden.

In der Ecke dieser wundervollen Höhle entsprang eine unterirdische Quelle dem Felsen. Darüber war ein weiteres Muster im Felsen, das aussah wie das Dritte Auge auf der Stirn eines weiblichen Buddhas. Übrigens ist dieses Dritte Auge hauptsächlich metaphorisch gemeint und steht für das spirituelle Verständnis des Herzens. Wir glaubten, dass in der Höhle eine *dakini* wohnte, eine Art buddhistischer Engel, denn die Menschen sagten oft, sie hätten eine wundersame Frau aus der Höhle kommen sehen, aber niemand hatte sie jemals hineingehen sehen.

2

Über die Bedeutung der Drei Hauptpfade: Entsagung, der Wunsch nach Erleuchtung, und die direkte Wahrnehmung von Leerheit

Es gibt einen großen Highway, auf der jeder Buddha der drei Zeiten unterwegs ist. Es ist das einzige richtungweisende Licht für alle Lebewesen in allen drei Ländern². Es handelt sich dabei um nichts anderes als um die Lehre, die bekannt ist als die „Stufen auf dem Pfad zur Buddhaschaft“. Und das Herzstück, die eigentliche Essenz dieser Lehre sind die Unterweisungen zu den drei Hauptpfaden.

Wir würden alle gern Buddhas werden, damit wir anderen helfen können, aber wir müssen daran arbeiten, um dies zu erreichen. Dazu müssen wir wissen wie. Und um zu wissen „wie“, müssen wir Dharma studieren. Die Studien müssen sich außerdem auf einen Weg konzentrieren, der niemals in die Irre führt.

3

Warum wir die Drei Hauptpfade brauchen

Wir finden alles in der Frage, die Geshe Puchungwa an Chen-ngawa richtete³ „Lasst uns annehmen, dass du einerseits jemand sein könntest, der alle fünf Wissenschaften gemeistert hat,⁴ der es schafft, sich sehr gut nur auf ein Objekt zu konzentrieren. Jemand, der alle fünf Arten der Hellsicht⁵ hat, der alle acht großen Errungenschaften⁶ erreicht hat. Und lass uns andererseits annehmen, dass du jemand sein könntest, der noch das volle Verständnis von Lord Atishas Lehren erlangen muss.⁷ Der aber trotzdem ein gutes Verständnis ihrer Wahrheit erlangt hat, sodass niemand jemals deine Meinung ändern könnte. Welcher der beiden würdest du sein wollen?“

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Und Chen-ngawa antwortete: „Mein Meister, höre auf zu hoffen, alle Stufen zur Buddhaschaft zu verwirklichen – ich würde sogar lieber einer sein, der gerade erst begonnen hat, einen Schimmer des Verstehens zu erhaschen, der von sich sagen könnte, dass er mit der ersten dieser Stufen zur Buddhaschaft begonnen hat.“

„Warum wäre das meine Wahl? In allen meinen Leben war ich unzählige Male ein Meister der fünf Wissenschaften. Und unzählige Male habe ich ungeteilte Konzentration erreicht, so gut, dass ich für alle Ewigkeit meditieren könnte. Das gleiche gilt für die fünf Arten der Hellsicht – und die acht großen Errungenschaften. Aber es war mir nie möglich, den Kreislauf des Lebens zu verlassen. Wenn ich Verständnis der Stufen zur Buddhaschaft erlangen könnte, wie sie Atisha lehrte, würde ich sicher diesen Kreislauf der Wiedergeburten verlassen können.“

4

Wahre spirituelle Praxis

Die alten Seher der Welt kamen zu dem gleichen Schluss, wenn sie sagten: „Jeder hat ein mystisches Wesen⁸, über das er meditiert. Und jeder redet über mystische Texte, die er kennt. Und alles nur, weil niemand eine wirkliche Praxis hat, über die er nachdenkt.“⁸

Daher sollten diejenigen unter uns, die eine reine Praxis des Geistes anstreben, versuchen, eine zu finden, die uns zu Freiheit und Allwissenheit führt. Und damit eine Praxis so sein kann, sollte sie uns zu Meistern der Drei Hauptpfade machen. Diese drei sind wie das Herz, das Leben selbst in den Lehren über die Stufen zur Buddhaschaft. Wie der allwissende Lord Tsongkapa einmal sagte: „Ich benutzte die *Lampe auf dem Weg*⁹ als grundlegenden Text und machte diese drei zur Essenz des Pfades.“

5

Wie man einen Lama auswählt

Wenn man versucht, ein spirituelles Leben zu beginnen, ist ein Lama äußerst wichtig. Wie Geshe Potowa sagte:

Es ist, um Freiheit zu erlangen, nichts wichtiger als ein Lama. Sogar in einfachen Dingen des Lebens, in Dingen, die du lernen kannst, wenn du dich hinsetzt und jemandem zuschaust, kommst du nicht weiter, wenn dir niemand etwas zeigt. Wie in aller Welt willst du also etwas erreichen ohne Lama, wenn du hingehen willst, wo du noch nie gewesen bist, und eben erst eine Reise durch die niederen Wiedergeburten hinter dir hast?¹⁰

Daher musst du auf jeden Fall einen Lama finden und von ihm lernen; es reicht nicht aus, nur Dharma Bücher zu lesen. Es hat in der Geschichte noch nie jemanden gegeben, der

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

spirituelle Ziele ohne Lama erreicht hat, nur indem er Dharma Bücher las. Und das wird es auch in Zukunft nicht geben.

Welche Art von Lama sollte es sein? Schon allein, um Ziele zu erreichen, an die man an einem einzigen Tag gelangen kann, braucht man einen Führer, der jede Wegbiegung kennt. Der Lama, der dich zur Befreiung und Allwissenheit führen soll, muss jemand sein, der alle erforderlichen Eigenschaften besitzt. Es ist wichtig, einen wirklich qualifizierten Lama zu finden. Das sollte dir nicht gleichgültig sein, denn am Ende wirst du so werden wie er – im Guten wie im Schlechten. Der Schüler wird Abbild der Form, wie die kleinen Tonscheiben.

Welche Eigenschaften machen einen qualifizierten Lama aus? Basierend auf den Lehren über die ethische Disziplin durch Gelübde sollte er eine „Quelle aller guten Eigenschaften“ sein usw.¹¹ Der Lama sollte die beiden guten Eigenschaften der Beständigkeit und Weisheit besitzen.¹² Nach den Geheimlehren sollte auf ihn die Beschreibung passen, die mit den Worten beginnt: „Alle drei Tore gut im Griff“. Traditionsgemäß – sowohl in den offenen als auch in den geheimen Lehren – sollte der Lama zehn gute Eigenschaften haben, wie es auch in dem Vers heißt, der beginnt mit „Du, der du alle zehn hast...“

Zumindest muss dein Lama unbedingt eine Person sein, die ihren Geist durch das Praktizieren der drei Übungen¹³ unter Kontrolle hat, Kenntnis der Schriften besitzt und tiefe Erkenntnisse hat. Wie es im *Juwel der Sutren* heißt:

Suche dir einen spirituellen Lehrer,
beherrscht, in Frieden,
Sehr friedlich, mit außergewöhnlichen Eigenschaften und
Bestrebungen, der reich ist
An Kenntnissen der Schriften, mit tiefer Erkenntnis der
Leerheit, ein Meister der Unterweisung
Der ein wahres Abbild der Liebe und der niemals entmutigt ist.¹⁴

Der angehende Schüler sollte sich mit dieser Beschreibung der Eigenschaften eines guten Lamas vertraut machen und dann einen suchen, der diese Eigenschaften besitzt. Ob der Schüler mehr oder weniger mit diesen Tugenden gesegnet sein wird, hängt davon ab, in welchem Grad sein Lama diese hohen Eigenschaften besitzt. Wenn der Schüler eine Beziehung zu einem Lama hat, der in der Lage ist, ihn durch die gesamte Bandbreite der offenen und geheimen Wege zu führen, dann wird der Schüler gesegnet sein in dem Sinn, dass er von allen Wegen gehört und einiges Verständnis darüber erlangt hat. Auch wenn er nur ein grundsätzliches Verständnis aller Wege erlangt hat, stellt dies einen größeren Verdienst dar als jede andere gute Eigenschaft, die der Schüler vielleicht besitzt.

Wenn der Schüler einen Lama findet, der die oben beschriebenen Eigenschaften besitzt, so muss er ihm auf die richtige Art vertrauen. Es gibt acht große Vorteile, die man durch richtiges Verhalten dem Lama gegenüber erlangen kann, beginnend damit, „nah an der Buddhaschaft“ zu sein.¹⁵ Es gibt auch acht verschiedene Gefahren des unangemessenen Verhaltens seinem Lama gegenüber – dies sind die Gegensätze der erwähnten Vorteile.

6

Die Gefahren, deinen Lama nicht richtig zu sehen

Wir sollten hier auch über die Gefahren des unangemessenen Verhaltens dem eigenen Lama gegenüber sprechen. Dazu folgender Verweis auf *Schwierige Punkte gegenüber dem Schwarzen Feind*:

Ein Mensch, der jemanden, der ihm auch nur einen Satz
Beigebracht hat, nicht als einen Lama behandelt,
Wird hundert Mal als Hund wiedergeboren
Und dann in die niedrigste Kaste hineingeboren.¹⁶

Der Haupttext der geheimen Lehre über das Rad der Zeit sagt ebenfalls:

Sekunden des Zorns deinem Lama gegenüber
Zerstören Äonen an Tugenden, die du
Gesammelt hast, und bringt dir die gleiche
Anzahl an Äonen, in denen du die
Fürchterlichen Qualen der Höllen und weitere
Ertragen musst.¹⁷

Die Dauer eines Fingerschnipsens enthält nicht weniger als fünfundsechzig so genannte „Momente kleinster Aktion“. Wenn das Gefühl des Ärgers einem Lama gegenüber für diese kleine Zeitspanne, für 65 dieser Sekundenbruchteile hochkommt, dann musst du fünfundsechzig *Äonen* lang in der Hölle bleiben. So beschreibt es übrigens der Kleine Weg; dem Großen Weg zufolge ist der Zeitraum sogar noch länger.¹⁸

Und es gibt noch mehr Gefahren: Jemand, der sich unangemessen seinem Lama gegenüber benimmt, wird, wie in den *Fünfzig Versen über Lamas*⁵⁷ beschrieben, im gegenwärtigen Leben noch mehr leiden: Geister, Krankheiten und andere Probleme werden ihn ununterbrochen heimsuchen. In seiner Todesstunde wird er von furchtbaren Schmerzen an seinen Energiepunkten geplagt und von Schrecken überwältigt. Mehr noch, er stirbt durch eine der dreizehn Ursachen eines vorzeitigen Todes – usw.¹⁹

7

Wie die Drei Pfade jede Lehre umfassen

Daher können wir sagen, dass in nur einer einzigen Lehrsitzung, die diesem Werk über die Stufen auf dem Pfad zur Buddhaschaft gewidmet ist, der Lehrer die Essenz aus jedem einzelnen Band der buddhistischen Lehren, die auf diesem gesamten Planeten existieren, vermittelt hat und die Schüler sie gehört haben.

8

Ein Meister der Lehren

Eine Person, die die Stufen auf dem Pfad gut versteht, kann zu einem der *tsatsa*-Schuppen in der Stadt gehen, wo wir alte Schriften und Bilder entsorgen. Er kann dort jedes Schriftstück aufheben und weiß genau, wo es in seine Lebenspraxis passt. Wenn man von dieser einzelnen Unterweisung auf den Stufen zu den vielen anderen Lehren der Buddhas kommt, sind die Stufen wie ein magischer Schlüssel, der hundert verschiedene Türen öffnet. Wenn man von dort nach hier geht, ist der gesamte Inhalt dieser vielen Lehren in diese Stufen gepackt.

Wenn jemand diese Fähigkeit besitzt, hat er das „Verständnis der Lehren in ihrer Gesamtheit erlangt“. Der Ausdruck „Meister aller buddhistischer Lehren“ bezieht sich daher keineswegs auf jemanden, der ein halbgares Mischmasch aller früheren und späteren Systeme zusammengefügt hat und dies zu praktizieren versucht. Darauf geht auch Tuken Dharma Vajra ein, der sagte: „Wenn du versuchst, alle Systeme (die frühen und die späteren) zu vermischen, dann befindest du dich letztlich außerhalb von beiden.“²⁰

Alle wesentlichen Punkte aus den drei Schriftensammlungen finden sich in einer gekürzten Darstellung wieder. Das meinen wir damit, wenn wir sagen, dass alle Lehren des Buddhas in Stufen auf dem Pfad zusammengepackt wurden.

9

Sei achtsam, was du lernst

Menschen, die die Hoffnung haben, irgendeine Art von spiritueller Praxis auszuüben, sollten einen zielsicheren Weg wie diesen studieren. Es ist nicht richtig, einfach alles zu praktizieren, was man in die Finger bekommt, wie ein streunender Hund, der alles verschlingt, was er finden kann. Wie der sanfte Beschützer, der Sakya Pandita, gesagt hat:

Sogar bei unwichtigen Dingen,
Bei einem Pferd, einem Edelstein oder ähnlichem,
Fragt man jeden, überlegt es sich gut.
Menschen bemühen sich so sehr
Um die geringsten Dinge dieses Lebens.
Das letztendliche Ziel all unserer
Zahllosen Leben zu erreichen, hängt vom Dharma ab,
Und doch preisen wir irgendein Dharma, dem wir begegnen,
Ohne zu prüfen, ob es gut oder schlecht ist,
Und benehmen uns wie Hunde, die Essensreste finden²¹

So ist es – sogar bei den kleinen Dingen im Leben, wie dem Kauf oder Verkauf von etwas, gibt man sich viel Mühe. Man tut alles, was möglich ist, läuft herum, fragt andere und verbringt viel Zeit mit Überlegungen, was man tun soll. Doch egal, welche Fehler du dabei machst, sie werden dir in zukünftigen Leben weder helfen noch schaden. Wenn du jedoch einer falschen spirituellen Lehre folgst, machst du einen Fehler, der das ultimative Ziel aller deiner Leben beeinflusst.

10

Das Kennzeichen einer wahren spirituellen Lehre

Die Meister der Übersetzung haben viele Mühen auf sich genommen, reisten weit bis nach Indien, um die authentischen Dharma Lehren hierher nach Tibet zu bringen. Aber die Menschen in Tibet, die einem falschen Pfad folgten, konnten ihnen in keiner Form gerecht werden. Wirklich gutes Wasser sollte letztendlich aus reinstem Schnee entstanden sein. Genauso sollte die Dharma Praxis, die wir wählen, ihren Ursprung in etwas Unfehlbarem haben: Im Herrn des Wortes, im Lehrer, in Buddha.

Du kannst tausend Jahre mühsam Dharma Lehren ohne authentischen Ursprung praktizieren und du wirst trotzdem keinen Funken wahrer Erkenntnis haben. Es ist, als ob man aus Wasser Butter stampfen wollte.

Daher können wir sagen, dass die Lehre, die wir praktizieren wollen, drei Merkmale aufweisen sollte:

- 1) Sie sollte vom Buddha gelehrt worden sein.
- 2) Sie sollte frei von Irrtümern sein: Die Weisen müssen die Lehre in ihre finale authentische Form gebracht haben. Sie müssen sie vorher untersucht haben, um auszuschließen, dass sich irgendwelche falschen Ideen eingeschlichen haben, nachdem der Buddha sie gelehrt hat.
- 3) Sie sollte in den Herzen der praktizierenden Meister wahre Erkenntnis bewirkt haben, nachdem diese die Lehre gehört, betrachtet und darüber meditiert haben. Und schließlich muss die Lehre über Generationen hinweg in einer ungebrochenen Linie an uns weitergegeben worden sein.

Wenn das Dharma, das wir praktizieren wollen, diese drei Eigenschaften hat, ist es authentisch. Wir selbst könnten es immer noch verfehlen, durch Nachlässigkeiten in unseren Bemühungen und unserer täglichen Praxis, aber wir müssen nie befürchten, dass die Lehre von ihrer Seite aus versagen wird.

11

Die, die ein spirituelles Leben suchen

Wir haben nun die dritte und letzte Vorbereitung erreicht, die den Hauptteil des Textes einführen. Diese Einführung ist eine eindringliche Aufforderung an den Leser, das Werk gut zu studieren. Sie ist im nächsten Vers des Haupttextes enthalten.

**Hört mit einem reinen Geist, ihr Glücklichen
Die kein Verlangen nach den Vergnügungen des Lebens haben,
Und die, um Muße und Reichtum Bedeutung zu verleihen, danach streben
Ihren Geist auf den Pfad zu lenken, der die Siegreichen erfreut.**

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Hier fordert der große Tsongkapa seine Leser mit Nachdruck auf, das Werk zu studieren: „Ihr, die ihr Freiheit sucht und keinen Moment die *Vergnügungen des Lebens* begehrt, die ihr das Meiste aus dem Körper, den ihr vorgefunden habt, rausholen wollt, um eurer *Muße und Glück Bedeutung zu verleihen*. Ihr müsst euch nun in einem Pfad üben, der niemals in die Irre führt, einem Pfad, der nie ins Abseits führt, einem Pfad, der umfassend und vollständig ist. *Der Pfad, der sogar die Buddhas erfreut* – der letztendlich, so raten sie, ein Pfad ist, der nicht in die Irre führt, nicht ins Abseits, ein Pfad, der mehr ist als nur eine kleine Wegstrecke. Und wenn du dich in einem solchen Pfad üben willst, musst du ein Schüler sein, der alle Voraussetzungen eines Schülers besitzt: die Beschreibung der *400 Verse* muss auf dich zutreffen:

Wir bezeichnen jemanden als geeignetes Studiengefäß,
Der unvoreingenommen, intelligent und bereit ist, sich anzustrengen.²²

Und *glückliche* Schüler wie *ihr*, die *ihren Geist* dem Dharma zugewendet haben, müssen *mit klarem Geist zuhören*. Vermeide in deinem Studium die Dinge, die dem Erfolg im Wege stehen – die drei Probleme des Gefäßes. Verlass dich in deinem Studium auf das, was dich erfolgreich macht – die sechs Bilder zur Anleitung.²³

12

Warum du Entsagung brauchst

**Ohne reine Entsagung gibt es keine Möglichkeit,
Dieses Verlangen nach den schönen Dingen im
Ozean des Lebens zu beenden.
Weil das Leben der Menschen voller Verlangen ist,
Sind sie gefesselt, daher sucht zuerst Entsagung.**

Um dem Kreislauf des Lebens zu entkommen, müssen wir entkommen wollen. Wenn wir niemals den Wunsch entwickeln zu entkommen und an den guten Dingen dieses Kreislaufs des Lebens festhalten, dann werden wir ihm auch nie entkommen.

Ein Gefangener kann im Zuchthaus sitzen, aber wenn er niemals fliehen will und niemals wirklich versucht zu fliehen, dann wird er auch nie fliehen. Das Gleiche gilt für uns: wenn wir nie versuchen, einen Pfad aus diesem Kreislauf des Lebens zu finden, dann wird der Tag unserer Flucht niemals kommen. Wenn wir den Wunsch zu entfliehen entwickeln, dann wird sicher auch der Zeitpunkt kommen, an dem wir dies schaffen.

13

Entsagung und Mitgefühl

Zuerst muss man Mitgefühl entwickeln, um den Wunsch nach Erleuchtung für das Wohl aller Lebewesen zu haben. Man muss das Leiden aller Wesen als unerträglich empfinden. Dafür ist Entsagung bezüglich der eigenen Situation nötig. Nur wenn du die Lage der anderen verstehst, kannst du echtes Mitgefühl entwickeln. Das, so unser Lama, meinte auch Lord Atisha, als er uns Tibeter sanft tadelte: „Nur in Tibet gibt es Menschen, die den Wunsch nach Erleuchtung haben, aber noch keine Liebe und kein Mitgefühl gefunden haben.“²⁴

14

Verlangen beenden

**Muße und Glück sind schwer zu finden, das Leben ist nicht lang;
Denke immer daran, beende das Verlangen nach diesem Leben.**

Mit „Verlangen nach diesem Leben“ meinen wir das Streben nach Glück und Ruhm in diesem Leben. Es ist der Wunsch, mehr zu haben als alle anderen – das beste Essen, die feinste Kleidung, den bekanntesten Namen und all das andere. Jeder, der einen spirituellen Weg gehen möchte, muss dieses *Verlangen nach weltlichen Dingen aufgeben*.

Wie beendet man dieses Verlangen? Du musst über zwei Dinge nachdenken: (1) die „große Bedeutung dieses Lebens“, das Glück und die Muße, und wie schwer es ist, so ein Leben zu erreichen, und (2) die „Vergänglichkeit“, also die Tatsache, dass wir alle sterben müssen. Diese Gedanken helfen dir, dein Verlangen nach diesem Leben umzuwenden und es im Geist loszulassen. Die Tatsache, dass wir keine echte spirituelle Praxis haben – oder schlimmer noch, dass das, was wir tun, weit entfernt von einer wirklichen Praxis ist – liegt an unserem Verlangen nach weltlichen Dingen. Im Text *Befreiung von den Vier Lieben* zum mentalen Training wird das so ausgedrückt:

**Kein Praktizierender, der dieses Leben liebt,
Keine Entsagung, ein Geist, der den Kreislauf liebt.²⁵**

15

Dieses Leben aufgeben

Die Grenze zwischen echter spiritueller Praxis und dem, was keine ist, liegt in der Haltung, dieses Leben aufzugeben. Du kannst Rezitieren und die Welt mögen sich an der Oberfläche treffen, aber wahre Praxis und das Streben nach einem glücklichen Leben in dieser Welt passen nicht zusammen. Es ist unmöglich, die Welt zu behalten und gleichzeitig echte spirituelle Praxis zu üben.

Dies meinte der ehrenwerte Lehrer Drom Tonpa, als er zu einem Mönch sagte: „Es erfreut Das war es auch, was der Lehrer Drom Tonpa meinte, als er zu einem Mönch sagte: „Es freut mich, Onkel, dich hier zu sehen und Ehrerbietung zu erweisen, aber wie viel mehr würde es mich freuen, wenn du etwas Spirituelles tun würdest!“ Und er meinte damit nicht nur Niederwerfungen oder Gebete, sondern auch Meditation und alles andere. Der Mönch wusste nicht mehr, was echte Praxis war, also fragte er Drom Tonpa: „Wie soll ich dann praktizieren?“ Und die Antwort war einfach: „Gib dieses Leben auf!“ – und das dreimal, laut.²⁶

16 *Die Drei Anliegen*

Wir können mit dem beginnen, was man auch als die „acht weltlichen Gedanken“ bezeichnet. Diese können als drei Dinge zusammengefasst werden, die uns in diesem Leben wichtig sind: Essen, Kleidung und Ruhm. Diese drei Dinge sind es, die du aufgeben musst. Das Schlimmste dieser drei ist übrigens das Bedürfnis nach Ruhm. Weise, Heilige, große Meditierende der Vergangenheit – wir können sagen, die Mehrheit von ihnen – konnten ohne viel Essen leben und sich mittels einer dieser mystischen Praktiken am Leben erhalten, bei der man nur ein paar winzige Pillen oder Blütenessenz zu sich nimmt. Und sie kamen auch ohne viel Kleidung aus: Sie befanden sich in tiefer Meditation und trugen zerrissene, schmutzige Kleidung – sie saßen mit dem Rücken zur Höhlenwand und versiegelten den einzigen Eingang. Aber im Grunde ihres Herzens sehnten sie sich immer noch nach Ruhm – einem großen Namen – und sie träumten davon, dass alle Einheimischen dort draußen darüber sprachen, welch heilige Meister der Meditation sie doch seien.

Es hat immer viele Weise, Gelehrte und Mönche gegeben, die moralisch rein, aber gleichermaßen fehlgeleitet waren. Wie der große Droway Gonpo sagte:

Sie gehen in die Einsiedelei, hängen ein Schild an die Tür,
Sehen keine Seele, diese Meister der Kontemplation, die doch hoffen,
Dass sie in diesem Leben „großer Meister der Meditation“ genannt werden.²⁷

Und auch:

So füllen sie ihren Geist mit Hoffnungen und Plänen,
Gedanken, die alles durchdringen, das sie tun,
Und so wird ihre spirituelle Praxis vergeudet,
Stibitzt von den inneren Dämonen,
Also nimm einen Speer.
Stoße ihn in jeden Gedanken, der dieses Leben will, und erinnere dich,
Sollte ein einziger Speer sein Ziel verfehlen,
Kann auch das Leben als Weiser, Heiliger, Meditierender
Nicht die Tür zu den drei unteren Reichen schließen.

17 *Die Acht Weltlichen Gedanken*

Wenn wir also eine spirituelle Praxis aufnehmen wollen, müssen wir die acht weltlichen Gedanken bezwingen – wir müssen ihnen gegenüber gleichgültig werden, frei von beiden Teilen eines jeden dieser vier Paare. „Acht weltliche Gedanken“ ist eine Bezeichnung für die folgenden acht Gefühle:

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

- 1) Glücklich sein, wenn wir etwas bekommen,
- 2) Und unglücklich, wenn nicht.
- 3) Glücklich sein, wenn wir uns gut fühlen,
- 4) Und unglücklich, wenn nicht.
- 5) Glücklich sein, wenn wir berühmt werden,
- 6) Und unglücklich, wenn nicht.
- 7) Glücklich sein, wenn jemand gut von uns spricht,
- 8) Und unglücklich, wenn jemand schlecht von uns spricht.

Wie es in dem *Brief an einen Freund* heißt:

Oh du Abgeklärter! Etwas zu bekommen oder nicht, sich gut zu fühlen
Oder nicht, berühmt zu sein oder nicht, dass jemand gut über einen
Spricht oder schlecht; dies sind die acht weltlichen Gedanken.
Bezwinge sie. Lass sie nicht in deinen Geist.²⁸

Der große Heilige Lingrepa sagte ebenfalls:

In der Stadt der täglichen Sorgen unseres Kreislaufs des Lebens
Huschen die erwachten toten Körper der acht weltlichen Gedanken umher. Dort
findest du den Schrecken erregendsten aller Friedhöfe.
Dort solltet ihr Lamas eure Nachtwache bei den Toten halten.²⁹

18

Die Zehn Ultimativen Reichtümer

Wenn jemand sich nicht von den acht weltlichen Gedanken dieses Lebens befreien kann, wird es schwer, die Tür zur Wiedergeburt in den Reichen des Leidens zu schließen – geschweige denn eine echte spirituelle Praxis zu entwickeln. Um diese Praxis zu entwickeln, musst du die Lehre über die Bezwingung der acht weltlichen Gedanken und das Aufgeben des Lebens verstehen. Diese Lehre wird „Zehn endgültige Reichtümer“ genannt und stammt von den Meistern, die als Seher des Wortes bekannt sind. Diese zehn „ultimativen Reichtümer“ sind:³⁰

Die vier Ziele,
Die drei Diamanten,
Die drei Aspekte des Hinausgeworfen Werdens,
des Erreichens und des Erlangens.

Die „vier Ziele“ sind:

Richte deinen Geist vollständig auf die Praxis aus.
Richte deine Praxis vollständig auf den Bettler aus.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Richte den Bettler völlig auf den Tod aus.
Und richte den Tod ganz auf eine staubige Schlucht aus.

Und die „drei Diamanten“ sind:

Schicke dir den unerreichbaren Diamanten voraus.
Lass den unzerstörbaren Diamanten hinter dir.
Bewahre den Diamanten der Weisheit an deiner Seite.

Zum Schluss sind die drei Aspekte des „Hinausgeworfen Werdens, des Erreichens und des Erlangens“:

Aus dem Zustand der Menschen hinausgeworfen werden.
Den Zustand der Hunde erreichen.
Den Zustand der Götter erlangen.

„Den Geist vollständig auf die Praxis ausrichten“ bedeutet, mit den folgenden Gedanken zu leben: Dies ist mein einziges Leben in einem menschlichen Körper und unter guten Bedingungen. Es ist extrem selten und unglaublich wertvoll. Ich habe Muße und Glück, die ich nur jetzt nutzen kann. Mein Leben wird nicht lange dauern. Ich weiß nicht, wann der Tod kommt. Wenn er kommt, wird nur meine spirituelle Praxis mir nützlich sein. Alles, was ich in diesem Leben erreicht habe – Ruhm, Reichtum und Besitz – wird mir in diesem Moment nicht helfen.

„Wenn du deine Praxis vollständig auf den Bettler ausrichtest“ bedeutet folgendes: Stell dir vor, du denkst bei dir: „Aber wenn ich aufhöre, das zu tun, was nötig ist, um in diesem Leben gut zu leben, damit ich meine spirituelle Praxis ausüben kann, fürchte ich, dass ich nicht einmal das Notwendigste für die Praxis finden werde: Ich werde ein Bettler.“ Denk dann so: „Ich werde jede Schwierigkeit auf mich nehmen für meine Praxis; und wenn es bedeutet, dass ich ein Bettler werden muss, dann soll es so sein. Ich werde einen Weg finden, meine Praxis zu tun, selbst wenn ich mich von mageren Essensresten ernähren muss, die ich von anderen erbetteln muss, und alte Kleidung tragen muss, die mir gegeben wird.“

„Den Bettler ultimativ auf den Tod ausrichten“ bedeutet, niemals aufzugeben, egal was passiert. Du könntest denken: „Ich versuche zu praktizieren, aber wenn ich alles für den spirituellen Weg aufgebe, werde ich zum Bettler und habe nicht genug zum Überleben.“ Doch statt Angst zu haben, denke so: „In meinen früheren Leben habe ich nie mein Leben für die Praxis aufgegeben. Wenn ich dieses Mal beim Praktizieren sterbe, wird es das vielleicht wieder gut machen. Außerdem, egal ob reich oder arm, wir müssen alle sterben. Reiche Menschen sammeln viele schlechte Taten an, die sie mit sich tragen werden. Wenn ich für die Praxis sterbe, werde ich etwas wirklich Bedeutendes vollbringen. Wenn ich dafür erfriere, lass mich erfrieren. Wenn ich dafür verhungere, lass mich verhungern.“

„Den Tod ultimativ auf eine staubige Schlucht ausrichten“ bedeutet: Angenommen, du denkst: „Aber es gibt bestimmte Dinge, die ich jetzt und bis zum Zeitpunkt meines Todes brauche. Wenn ich gar kein Geld habe, wie soll mir dann jemand helfen, wenn

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

ich krank bin? Wer wird sich um mich kümmern, wenn ich alt bin? Wer wird an meinem Totenbett stehen? Und wer wird sich nach meinem Tod um alles kümmern – um den Leichnam und all das?“ All diese Gedanken fallen in die Kategorie des Festhaltens an den guten Dingen dieses Lebens. Du kannst nicht einmal sicher sein, dass du überhaupt lange genug leben wirst, um alt zu werden. Es ist besser, alles loszulassen – wie ein Einsiedler in den Bergen. Denk dann: „Ich werde jetzt praktizieren, und es ist mir egal, ob ich wie ein Hund in einer staubigen Schlucht sterbe, ohne jemanden, der sich um mich kümmert, und mit Maden in meinem Körper.“

„*Schicke dir den unerreichbaren Diamanten voraus*“ bedeutet: Du könntest dein Leben wie beschrieben aufgeben und versuchen, zu praktizieren. Doch deine Familie, Freunde und alle anderen werden versuchen, dich zurückzuholen. Lass dich nicht fangen. Mach deinen Geist so fest und beständig wie einen Diamanten, selbst wenn du deine Liebsten zurücklassen musst: die, die dir so nah sind wie dein eigenes Herz, die da stehen mit Tränen in den Augen vor Schmerz. Geh, sei ein Einsiedler in den Bergen, ohne Bedauern, ohne Festhalten. Bleibe dort und widme dich ganz der reinsten Praxis.

„*Lass den unzerstörbaren Diamanten hinter dir*“ bedeutet: Du gibst dieses Leben auf und gehst. Die Menschen werden dich verachten und sagen: „Er ist jetzt nichts weiter als ein Bettler.“ Egal, was sie sagen, du musst alles loslassen und denken: „Wenn sie mich wie einen Gott sehen, ist das gut. Wenn sie mich wie einen Teufel sehen, ist das auch gut. Es macht keinen Unterschied.“ Wenn du versuchst, ein gutes Bild für deine Freunde zu bewahren, die an diesem Leben hängen, wird das nur Probleme bringen und deine spirituelle Praxis blockieren.

„*Bewahre den Diamanten der Weisheit an deiner Seite*“ bedeutet, niemals gegen das Versprechen zu verstoßen, das du dir gegeben hast. Gib für immer alle bedeutungslosen Handlungen auf, die du aufgrund deines Verlangens nach diesem Leben tust. Halte deinen Geist fest im Spirituellen, und lass dein Leben und deine Praxis eins werden.

„*Aus dem Zustand der Menschen hinausgeworfen zu werden*“ bedeutet: Du wirst erkennen, dass das Verlangen nach den guten Dingen des Lebens dein wahres Hindernis ist. Deine Sichtweise wird dann mit der der anderen in Konflikt geraten – egal, ob es sich um hochgestellte oder einfache Menschen handelt, die nach Glück im jetzigen Leben streben. In ihren Augen wirst du wie ein Verrückter wirken. So wirst du aus dem Kreis der Menschen ausgeschlossen – die nur für dieses Leben leben.

„*Den Zustand der Hunde erreichen*“ bedeutet: Du lebst einfach, ohne viel Essen, Kleidung oder Anerkennung. Für deine Praxis erträgst du alles, was kommt – Hunger, Durst oder Müdigkeit.

„*Den Zustand der Götter erlangen*“ bedeutet: Du ziehst dich an einen einsamen Ort zurück und gibst alle weltlichen Aktivitäten auf. Du widmest dich ganz deiner Praxis und erreichst das Ziel: den Zustand eines Buddhas – des höchsten Gottes.

19

Mach dir keine Sorgen um Geld

Du musst keine Angst haben, ein armer Bettler zu werden und zu verhungern, wenn du alles aufgibst, um zu praktizieren. Eine weltliche Person könnte verhungern, aber ein wahrer Praktizierender wird nie in diese Lage geraten. Das liegt an unserem mitfühlenden Lehrer. Als er völlige Erleuchtung erlangte, hatte er durch seine früheren Taten so viel Verdienste, dass er 60.000 Mal als „Herrscher des Rades“ wiedergeboren werden könnte – als eines dieser mächtigen Wesen, die die ganze Welt regieren. Stattdessen nutzte er diese enorme Kraft, um die Bedürfnisse seiner zukünftigen Nachfolger zu decken, wie Nahrung und andere Dinge. Im *Weißten Lotus, dem Sutra über Mitgefühl*, finden wir den Eid des Buddhas, als er sich der Erleuchtung verschrieb, um allen Lebewesen zu helfen:

Wenn meine Lehre sich in der Welt verbreitet, soll jeder, der auch nur zehn Zentimeter einer safranfarbenen Robe trägt, genug zu essen und zu trinken finden, so viel er will. Sollte das nicht der Fall sein, dann habe ich die Buddhaschaft zu Unrecht erlangt. Und dann möge ich meine Buddhaschaft verlieren.³¹

20

Wie sollen wir über Geld denken?

Wenn wir sagen, man solle „dieses Leben aufgeben“, bedeutet das in erster Linie, dass man die acht weltlichen Gedanken oder Anhaftungen an die Vergnügungen dieses Lebens aufgeben muss. Diese Gedanken loszulassen bedeutet nicht unbedingt, dass man all seine materiellen Besitztümer wegwerfen und ein Bettler werden muss. Heilige Lehrer der Vergangenheit haben uns Beispiele von Menschen aufgezeigt, die es geschafft haben, das Leben aufzugeben – darunter auch Persönlichkeiten mit immensem materiellem Reichtum wie Gyalchok Kelsang Gyatso und der Panchen Lobsang Yeshe.³²

21

Was Lord Maitreya darüber sagt, das Leben aufzugeben

Der große Meister aller Meditierenden, Milarepa, sagte auch:

Wenn du, mein Sohn, meine Tochter, dir von Herzen
wünscht,
Die heilige Praxis zu bewahren,
Dann finde in ihren Tiefen zunächst dies – den Glauben.
Dreh dich nicht um und blick nicht zurück darauf –
dieses Leben.
Wenn du mir wahrhaft folgst,

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Werden die, die du liebst, zu Dämonen, die dich zurückhalten.
Denke nicht, dass sie wirklich existieren – durchtrenne alle Bindungen.
Essen und Geld sind die Vorboten der Dämonen.
Je näher sie kommen, desto schlimmer, gib jedes Verlangen danach auf.
Die Objekte der Sinne sind die Falle der Dämonen.
„Sie werden mich fangen!“ Beende deine Gier danach.
Deine junge Liebe ist die Tochter der Dämonen.
„Sie wird mich irreführen!“ Sei vorsichtig.
Der Ort, wo du aufgewachsen bist, ist das Gefängnis der Dämonen.
Es ist schwer, da heraus zu kommen, fliehe schnell.
Du wirst sowieso alles zurücklassen müssen und weitergehen – später.
Warum nicht alles aufgeben – jetzt?
Eines Tages wird sowieso alles untergehen, die Fassade wird zerfallen.
Nutze diesen Körper lieber jetzt, für einen schnellen guten Start.
Eines Tages wird der launische Vogel des Geistes sowieso aus dem Körper fliegen.
Steige lieber jetzt auf in die Weiten des Himmels.
Wenn du auf das Wort dieses einen Mannes hörst und danach handelst – Auf mein Wort,
Dann, mein Sohn, meine Tochter, wirst du die Gnade haben, die Heilige Praxis zu bewahren.³³

22

Tod in der Wildnis einer Berghöhle

Lord Milarepa sagte auch:

Niemals werden die, die ich liebe, wissen, dass ich glücklich bin,
Niemals werden meine Feinde wissen, dass ich traurig bin,
Wenn ich hier in dieser Höhle sterben kann,
Dann haben sich meine Wünsche als Einsiedler erfüllt.

Niemals werden meine Freunde wissen, dass ich alt bin,
Niemals wird meine Schwester wissen, dass ich krank bin;
Wenn ich hier in dieser Höhle sterben kann,

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Dann haben sich meine Wünsche als Einsiedler erfüllt.

Niemals werden die Menschen wissen, dass ich gestorben bin,
Kein verwesender Leichnam, den die Geier finden.
Wenn ich hier in dieser Höhle sterben kann,
Dann haben sich meine Wünsche als Einsiedler erfüllt.

Fliegen werden mein Fleisch und meine Knochen aussaugen,
Maden werden Sehnen und Bänder fressen.
Wenn ich hier in dieser Höhle sterben kann,
Dann haben sich meine Wünsche als Einsiedler erfüllt.

Keine Fußspur führt weg von meiner Tür,
Keine Blutspur bleibt auf dem Boden zurück.
Wenn ich hier in dieser Höhle sterben kann,
Dann haben sich meine Wünsche als Einsiedler erfüllt.

Niemand, der am Totenbett Wache hält,
Niemand, der weint, wenn ich nicht mehr da bin.
Wenn ich hier in dieser Höhle sterben kann,
Dann haben sich meine Wünsche als Einsiedler erfüllt.

Niemand, der sich fragt, wohin ich gegangen bin.
Niemand, der weiß, wo ich zu finden bin.
Wenn ich hier in dieser Höhle sterben kann,
Dann haben sich meine Wünsche als Einsiedler erfüllt.

Möge dieses Totengebet eines Bettlers
In der Wildnis einer Berghöhle
Allen Lebewesen helfen.
Dann haben sich meine Wünsche erfüllt.³⁴

Es gibt eine Unterweisung, die den Kern aller Lehren ausmacht: Wie man sich von den acht weltlichen Gedanken dieses Lebens befreit. Das ist die Meditation über die eigene Vergänglichkeit und den Tod. Zunächst müssen wir unseren Geist darauf vorbereiten, indem wir uns bewusst machen, wie wertvoll und selten unser Leben in Muße und Glück ist. Erst dann werden wir bereit sein, den Tod wirklich zu begreifen.

23

Über die Kostbarkeit des Lebens

Der allwissende Lord Tsongkapa selbst sagte:

Dieser Körper der Muße ist wertvoller als ein Juwel,
das jeden Wunsch erfüllt,
Und jetzt ist das einzige Mal, dass du einen Körper
wie diesen gefunden hast.
Er ist schwer zu finden und vergeht schnell, wie ein
Blitz am Himmel.
Denk eingehend darüber nach und mach dir
bewusst,
Dass jede weltliche Tat wie ein Weizenkorn ist.
Daher strebe Tag und Nacht danach, das Beste aus
dem Leben zu machen.
Ich, der Meister der Meditation, habe dies
praktiziert;
Du, der du die Freiheit suchst, musst es genauso
praktizieren.³⁵

24

Freiheit durch Entsagung

Du musst also zwei Erkenntnisse gewinnen, um dich von den Acht Weltlichen Gedanken zu befreien und eine wirklich reine Praxis zu erreichen. Erstens, wie wertvoll und selten dieses Leben der Muße und des Glücks ist. Zweitens, die Tatsache, dass du sterben musst und deine Vergänglichkeit unausweichlich ist. Wenn du diese Erkenntnisse wirklich verstanden hast, spielt es keine Rolle, was passiert – selbst wenn Berge zu Gold werden, Flüsse zu Milch und jeder Mensch dir dient – all das wird für dich wertlos und abstoßend sein, wie ein Festessen für einen kranken, sich übergebenden Menschen. Doch diese Erkenntnisse müssen aus dir selbst kommen. Es reicht nicht, sie nur von außen zu hören oder zu lesen. Du musst selbst darüber nachdenken, bis sie tief in deinem Geist verankert sind und sich nie mehr ändern.

25

Wie selten ein Leben wie dieses ist

Schließlich ist ein Leben wie das unsrige aus der Sicht des „klassischen Beispiels“ schwer zu finden. Angenommen, es gäbe einen einzigen jochförmigen Ring aus purem Gold, der auf der Oberfläche des großen Ozeans schwimmen könnte. Die Wellen des Meeres schieben ihn hin und her, in jede Richtung, die du dir vorstellen kannst. Weit unten in den tiefsten Tiefen des Ozeans lebt eine große Meeresschildkröte. Sie ist blind. Einmal, und nur einmal, im Verlauf eines ganzen Jahrhunderts schwimmt sie an die Oberfläche, um kurz ihren Kopf zu heben. Und angenommen, der goldene Ring würde ihr zufällig um den Hals geraten. Die Wahrscheinlichkeit, dass das passiert, ist nahezu unendlich.“

Ähnlich ist es auch in unserem Fall. Die Lehren des Buddhas bewegen sich ständig zwischen den Planeten des Universums. Wir jedoch sind geblendet von unserer Ignoranz und leben tief im Ozean der Wiedergeburt. Ein menschlicher Körper in Muße und Glück ist extrem selten. Die Wahrscheinlichkeit, ihn zu finden, ist nahezu null. Doch dieses Mal haben wir ihn gefunden.

Daher ist unser Leben der Muße und des Glücks unglaublich wertvoll und schwer zu finden. Dies ist das erste und letzte Mal, dass wir eine solche Chance bekommen. Wir müssen sie nun so gut wie möglich nutzen. Die einzige und allerbeste Art, wie wir dieses Leben nutzen können, ist, den Großen Weg zu praktizieren.

26

Sich unseres Todes bewusst sein

Wir müssen jetzt mit der Praxis beginnen, nicht später! Die Zeit ist knapp, bevor der Tod uns unweigerlich erreicht. Wir müssen den Tod ständig vor Augen haben. Es reicht nicht, nur vage zu wissen, dass wir eines Tages sterben werden. Um uns wirklich des Todes bewusst zu sein, müssen wir uns jede Minute klarmachen, was es bedeutet zu sterben.

Im Haupttext wird die Praxis, sich des Todes bewusst zu bleiben, mit den Worten beschrieben: „Das Leben ist nicht lang.“ Diese Lehre umfasst mehrere Aspekte: den Nutzen, sich des Todes ständig bewusst zu sein, die Probleme, die entstehen, wenn wir uns nicht ständig daran erinnern, und wie wir uns des Todes wirklich bewusst werden können. Letzteres beinhaltet drei grundlegende Prinzipien, neun Gründe und drei Schlussfolgerungen, die alle zu der Meditation über den Tod führen. Wer sich in diesen Aspekten über längere Zeit übt, entwickelt die Fähigkeit, sich des Todes immer bewusst zu bleiben. Dies hilft, das Verlangen nach den Freuden des jetzigen Lebens aufzugeben. Wenn jemand durch tiefe Kontemplation diese Haltung entwickelt hat, kann man sagen, dass er sich auf dem tugendhaften Pfad befindet.

27

Zukünftige Leben werden nicht besser sein

Denkt immer daran: Jede Handlung hat Folgen.

Sie hält uns im leidvollen Kreislauf von Geburt und Tod.

Wendet euch ab von der Begierde nach der Zukunft.

Mit „Verlangen nach der Zukunft“ meinen wir die Haltung, in der man hofft, in zukünftigen Leben wie ein gottähnliches Wesen zu leben – wie die Reinen oder die Herrscher des Rades, die die Welt regieren. Man träumt von einem Leben voller Glück, an schönen Orten, mit einem perfekten Körper und allem, was man sich wünscht. Manche beten auch, in einem der glücklichen Reiche eines Buddhas geboren zu werden, wo sie niemals leiden und ewiges Glück genießen. Doch oft tun sie dies ohne die Absicht, diesen Zustand zu erreichen, um anderen zu helfen. Wenn man diesen Wunsch weiterdenkt, erscheint es, als hätten diese Menschen nur ein geringes Verlangen nach einem zukünftigen Leben.

28

Die Vier Gesetze von Karma

Diese Kontemplation basiert auf den vier Gesetzen der Taten, die der Buddha verkündet hat:

4. Taten bringen immer gleichartige Konsequenzen.
5. Die Konsequenzen sind größer als die Taten.
6. Ohne Tat gibt es keine Konsequenz.
7. Eine Tat kann ihre Konsequenz nicht verlieren.

Wenn du diese Gesetzmäßigkeiten wirklich verstehst, wirst du im Alltag automatisch schlechtes Verhalten vermeiden und gutes Verhalten praktizieren.

29

Wohin der Tod dich führt

Nach deinem Tod erlischt dein Bewusstsein nicht einfach wie eine Lampe – du wirst in ein weiteres Leben geboren. Und es gibt nur zwei Arten von Geburten: eine leidvolle oder eine glückliche. Du hast keinen Einfluss darauf, welche der beiden du annehmen wirst: Deine vergangenen Taten entscheiden darüber. Tugendhafte Taten bescheren dir eine der glücklicheren Geburten und nicht tugendhaften Taten werfen dich in eine der drei Leidvollen.

Große untugendhafte Taten führen dich in die Hölle. Mittlere Untugenden machen dich zu einem Hungergeist, und kleinere Untugenden führen dazu, dass du als ein Tier wiedergeboren wirst. Große tugendhafte Taten bringen dich als Vergnügungswesen in eines der höheren Reiche. Mittlere tugendhafte Taten machen dich zu einem Vergnügungswesen im Reich des Begehrens, und kleinere tugendhafte Taten führen zur Geburt als Mensch in diesem Reich.³⁷ Wie der ruhmreiche Beschützer Nagarjuna sagt:

Untugenden verursachen alles Leid
Und die Wiedergeburten im Elend.
Tugenden verursachen die Wiedergeburten in der Seligkeit,
Und alles Glück.³⁸

Deshalb, und weil unsere Tugenden schwach und unsere Untugenden groß sind, ist es wahrscheinlich, dass wir in einem der Reiche des Elends wiedergeboren werden, wenn wir jetzt sterben würden.

Würden wir in einem dieser Reiche geboren, müssten wir unerträgliche Qualen erleiden. In der Hölle gibt es unerträgliche Hitze oder Kälte. Unsere Körper würden gekocht oder versengt, oder noch Schlimmeres. Als Hungergeist wären wir ständig durstig und erschöpft, immer in Angst. Als Tiere wären wir ohne Bewusstsein, stumpfsinnig, unfähig zu sprechen und von den Menschen ausgebeutet entweder als Arbeitstier oder als Nahrung.

30

Wie man wahre Zuflucht nimmt

Es gibt einen Weg, diese Wiedergeburten des Elends zu vermeiden: Wir müssen Zuflucht bei den Drei seltenen Juwelen³⁹ suchen. Aus tiefstem Herzen und mit aller Kraft sollten wir uns bemühen, die richtigen Handlungen zu wählen und die Falschen zu vermeiden.

Die wichtigste Entscheidung, die wir treffen müssen, betrifft unsere Handlungen. Sie ist die zentrale Lehre, wenn es darum geht, Zuflucht zu nehmen. Wenn wir die Gesetzmäßigkeiten von Taten und ihren Konsequenzen ignorieren, werden wir sicher in den Reichen des Elends wiedergeboren. Menschen wie du und ich, vor allem Mönche, werden wahrscheinlich nicht in eine niedrige Geburt hineingeboren, weil wir die spirituellen Lehren kennen. Doch bedenke: Viele, die die Lehren kannten, fielen trotzdem in die Reiche des Elends, weil sie die Lehren nicht in ihre Praxis umsetzten oder die Gesetzmäßigkeiten von Taten missachteten.

Wir müssen diese Gesetze befolgen. Wer das nicht tut, muss eine niedrigere Geburt annehmen – unabhängig davon, wie weise oder heilig er war. Du kannst ein Weiser sein, der den gesamten Kanon beherrscht, ein erfahrener Meditierender mit großartigen spirituellen Fähigkeiten oder jemand mit übersinnlichen Kräften, der Wunder vollbringen kann. Aber wenn du bei deinen Taten nicht achtsam bist und dir der Konsequenzen nicht bewusst wirst, wirst du leiden.

31

Gutes kann nur von Gutem kommen

Dies bringt uns nun zu den vier grundlegenden Gesetzmäßigkeiten in unserer Betrachtung von Taten und ihren Konsequenzen:

1. Wenn die Ursache eine tugendhafte Tat ist, dann kann die Konsequenz, die daraus entsteht, nur Freude und niemals Leid sein. Wenn die Ursache eine nicht tugendhafte Tat ist, dann kann die Konsequenz, die daraus entsteht, nur Leid sein, und niemals Freude. Daher ist das erste Gesetz, dass *Taten immer gleichartige Konsequenzen hervorbringen*.

32

Die Konsequenzen sind immer größer

2. Die zugrundeliegenden Ursachen mögen tugendhafte oder nicht tugendhafte Taten sein, die relativ klein sind. Aber die Konsequenzen, die sie verursachen – die Freude oder das Leid – werden unglaubliche Kraft haben. Das zweite Gesetz besagt, dass *die Konsequenzen größer sind als die Taten*.

33

Keine Handlung, kein Resultat

3. Wer nie eine tugendhafte oder nicht tugendhafte Tat begeht, wird auch keine Konsequenz – weder Freude noch Leid – erfahren. Das dritte Gesetz lautet also: *Ohne Tat keine Konsequenz.*

34

Karma vergeht niemals

4. Das vierte Gesetz besagt: Hat jemand eine tugendhafte oder nicht tugendhafte Tat begangen, *wird die Konsequenz zwangsläufig folgen.* Sie kann nicht ausbleiben, es sei denn, die Wirkung einer guten Tat wird durch Ärger oder Wut zerstört, oder eine schlechte Tat wird durch ein entsprechendes Gegenmittel neutralisiert.

35

Was es bedeutet „weltlich“ zu sein

Du hast von der richtigen Weltsicht gehört, die wir „weltlich“ nennen – genau darauf basiert das Verständnis von Taten und ihren Konsequenzen. Diese Sichtweise sollte jeder übernehmen, egal ob Mönch, Nonne oder Laie. Es ist wichtig zu verstehen, dass „weltlich“ hier nicht nur Menschen im weltlichen Leben meint. Wir verwenden den Begriff „normale Menschen“ für alle, die noch nicht die Stufe eines erleuchteten Wesens erreicht haben¹¹⁵. Was auch immer wir sonst sind, solange wir in diesem Sinne normale Menschen bleiben, sind wir „weltlich“.

36

Wie Menschen leiden

Sagen wir, du wirst als Mensch geboren; trotzdem musst du leiden, da du aus dem Mutterleib kommst. Trotzdem musst du leiden, während dein Körper Tag für Tag älter wird. Trotzdem musst du leiden, wenn du krank bist. Trotzdem musst du leiden, wenn du stirbst. Du musst den Schmerz ertragen, deine geliebte Familie zu vermissen. Du musst den Schmerz ertragen, deinen verhassten Feinden zu begegnen. Du musst den Schmerz ertragen, für die Dinge zu arbeiten, die du willst, und sie nicht bekommen zu können – und so weiter.

37

Die sechs Leiden

Lord Tsongkapa teilt in seiner großen Abhandlung über den Pfad zur Buddhaschaft die Betrachtung des allgemeinen Leids in drei Abschnitte: die acht Leiden, die sechs Leiden und

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

die drei Leiden. Die acht Leiden beziehen sich vor allem auf das menschliche Leben, die drei sind eine Zusammenfassung. Nun werden wir uns mit den sechs Leiden beschäftigen.¹²¹

Die sechs Probleme sind:

1. Es gibt keine wirkliche Sicherheit im Leben.
2. Wir wollen immer mehr, als wir haben.
3. Wir müssen immer wieder unseren Körper ablegen.
4. Wir müssen immer wieder in ein neues Leben eintreten.
5. Das Glück im Leben ist ständig im Wechsel – ein Auf und Ab.
6. Niemand kann uns wirklich begleiten; am Ende sind wir allein.

38

Dinge zu wollen

Diese sechs Probleme werden ausführlich in den klassischen Texten über den Weg zur Buddhaschaft beschrieben. Doch wir sollten auch an König Mefeed denken, dessen letzte Worte waren: „Es gibt kein größeres Übel, als dass wir immer mehr wollen, als wir haben.“ Du und ich sind Mönche. Es gibt nur zwei Dinge, die wir tun sollten:

Lies die heiligen Schriften, lerne von ihnen,
und reflektiere über ihre Bedeutung.
Lebe ein Leben der Entsagung und widme
dich der Meditation.

Mit „Leben der Entsagung“ ist ein Leben gemeint, in dem wir ein ethisches Verhalten pflegen und schlechte Taten ablehnen. Wenn wir das tun, können wir eines Tages weise werden und Erleuchtung erlangen. Wenn wir jedoch diesen Weg verlassen, verlieren wir uns in dem, was man „über viele Dinge nachdenken und viele Dinge tun“ nennt. Dann fehlt uns jede echte spirituelle Praxis. Viele Menschen machen diesen Fehler, weil sie nicht in der Lage sind, die Regel zu befolgen: „Habe wenig Bedürfnisse. Sei einfach zufrieden.“⁴¹

39

Die drei Arten von Leid

Da die drei Arten von Leid später in unserem Haupttext behandelt werden, erwähnen wir sie hier nur kurz. Alle unangenehmen Gefühle des Schmerzes gehören zur ersten Art von Leid: das „Leid des Leidens“.

Alle unreinen Freudegefühle bilden die zweite Art von Leid: das „Leid der Veränderung“. Das bedeutet: Was uns an einem Moment Freude bereitet, kann uns später Schmerz verursachen. Zum Beispiel: Wenn du an einem heißen Ort bist, erscheint etwas Kühles angenehm. In der Kälte ist etwas Warmes willkommen. Wenn du lange laufen musst, sehnst du dich nach einer Pause, beim langen Sitzen nach Bewegung.

Jedoch ist keine dieser Freuden wirklich Freude an sich. Wäre es so, dann würde mehr davon uns mehr Freude bringen. Aber das Gegenteil ist der Fall: Je mehr du bekommst, desto eher wird es dir unangenehm. Das zeigt uns, dass diese Dinge nicht aus sich selbst heraus Freude sind. Sie sind im Grunde Leid – das „Leid der Veränderung“.

Die dritte Art von Leid ist als das "umfassende Leiden" bekannt, das noch mehr Leid mit sich bringt. Der Punkt hier ist, dass wir, unabhängig davon, welche der sechs Arten der Geburt wir erleben, einen Körper annehmen, der von seiner Existenz her mit seinem eigenen spezifischen Leiden ausgestattet ist. Vom ersten Moment an, in dem wir die verschiedenen unreinen Teile unseres Wesens annehmen, bieten sie die Grundlage für all das Leiden, das uns im Leben erwartet: Geburt, Alter, Krankheit, Tod und all das andere. Die unreinen Teile von uns selbst sind wie ein großer Topf, der das Leiden des Leidens und das Leiden der Veränderung in diesem und in zukünftigen Leben aufsaugt. Wir müssen einen Weg finden, das Geborenwerden zu stoppen, aufzuhören, all die unreinen Teile anzunehmen, aus denen wir bestehen. Bis wir das tun, wird unsere Existenz wie das Liegen auf einem Bett voller aufrechter Nadeln sein – nie etwas Anderes als Schmerz.

40

Was es bedeutet zu „entfliehen“

Dem „Kreislauf des Lebens entfliehen“ bedeutet nicht, aus einem Land fliehen und ein anderes erreichen. „Kreislauf des Lebens“ ist definiert als die fortgesetzte Existenz der unreinen Teile, aus denen wir bestehen, der unreinen Teile unseres Seins, die wir angenommen haben. Und wenn die fortgesetzte Existenz dieser Teile durch die Weisheit vernichtet wird, die erkennt, dass nichts eine Existenz aus sich selbst heraus hat, dann ist dies unser „Ausstieg aus dem Kreislauf des Lebens“.

41

Wie du weißt, wann du Entsagung gefunden hast

Der dritte und letzte Abschnitt über Entsagung beschreibt den Moment, an dem du sagen kannst, dass du Entsagung wirklich erreicht hast. Im nächsten Vers des Haupttextes heißt es:

Wenn du darüber meditierst und niemals, nicht einmal für einen Augenblick, Den Wunsch nach den angenehmen Dingen des immerwährenden Sansara in Dir spürst, und wenn du Tag und Nacht immer nur nach Befreiung strebst, Dann hast du Entsagung erreicht.

42

Dein Schmerz und der Schmerz anderer

Wie es im berühmten Vers in *Lebensweise eines Bodhisattva* heißt:

Wenn solche Menschen nie zuvor, nicht einmal in ihren Träumen,
Den Wunsch nach Glück für sich selbst verspürten,
Wie können sie dann Mitgefühl für andere empfinden?⁴²

Entsagung und Mitgefühl sind im Grunde die gleichen Geisteszustände. Der Unterschied liegt darin, dass Entsagung aus der Meditation über deine eigene Situation entsteht, während Mitgefühl aus der Meditation über das Leiden anderer kommt.

FUSSNOTEN LEKTÜRE EINS

1. *der berühmte Gelehrte Changkya Rolpay Dorje*: Eine ausgezeichnete Einführung in die Geschichte der Changkya-Linie wurde von E. Gene Smith geschrieben und ist in seinem Vorwort zu den gesammelten Werken des tibetischen Weisen Tuken Dharma Vajra.
2. *drei Länder*: Das heißt, unter der Erde (wo die Schlangenwesen und ähnliche (wo die Schlangenwesen und ähnliche Kreaturen leben), auf der Erde (wo die Menschen zu finden sind) und im Himmel über der Erde (wo die Gottheiten zu Hause sind).
3. *Geshe Puchungwa (1031–1106) und Chen-ngawa (1038–1103)*: Quelle des Zitats Geshe Puchungwa, mit vollem Namen Shunnu Gyeltsen, war einer der „drei großen Brüdern“, direkten Schülern von Lord Drom Tonpa, die ihm halfen die Seher-Tradition der frühen tibetisch-buddhistischen Meister zu begründen und zu verbreiten. Chen-ngawa, auch bekannt als Tsultrim Bar, war ein weiterer der drei, ebenso wie der große Potowa.
4. *fünf Wissenschaften*: Klassische Grammatik, Logik, buddhistische Theorie, die schönen Künste und Medizin.
5. *fünf Arten des Hellsehens*: Übernatürliche Kräfte der Emanation, Sehen, Hören, Wahrnehmung der Vergangenheit und Wissen über die Gedanken anderer.
6. *acht große Errungenschaften*: Dies sind das Erlangen des „Schwertes“, das es einem ermöglicht, überallhin zu reisen; die „Pille“, die es erlaubt, unsichtbar zu werden oder jede äußere Form anzunehmen; die „Augensalbe“, die hilft, winzige oder sehr entfernte Objekte zu sehen; die „schnellen Füße“, die Fähigkeit, sich mit hoher Geschwindigkeit fortzubewegen; das „Essenznehmen“, die Fähigkeit, nur von winzigen Mengen Nahrung zu leben; das „Himmelsgehen“, die Fähigkeit zu fliegen; und das „Unterirdische“, die Macht, durch festen Boden zu gehen wie ein Fisch durch Wasser.
7. *Lord Atisha (982–1054)*: Vollständiger Name Dipamkara Shri Jnyana, berühmter indischer Weiser, der die Lehren der Stufen des Pfades nach Tibet brachte, Autor von *Lampe auf dem Pfad*, einem prototypischen Text dieses Genres.
8. *Jeder hat irgendein mystisches Wesen...* Originalquelle des Zitats nicht gefunden; es erscheint auch in Pabongka Rinpoches *Befreiung in unseren Händen*. Die Seher des Wortes waren eine bedeutende Gruppe von frühen buddhistischen Meistern in Tibet, deren Linie von Lord Atisha und seinem Hauptschüler, Lord Drom Tonpa, abstammte. Der tibetische Name der Schule, „Kadampa“, wird so erklärt, dass sie in der Lage waren, das Wort des Buddhas (ka) als persönliche Unterweisung (dam) zu sehen, die unmittelbar auf ihre eigene Praxis anwendbar war.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

9. *Ich habe das „Licht auf dem Pfad“* benutzt: Der vollständige Kontext dieses Zitats erscheint in Pabongka Rinpoche's *Befreiung in unseren Händen*; es enthüllt viel von den Quellen unseres Textes und gibt seine umfassende Natur wieder. Lord Tsongkapa hat soeben den Inhalt eines großen Abschnitts seines gewaltigen Werkes *Große Stufen auf dem Pfad zur Buddhaschaft* seinem göttlichen Mentor, der Sanften Stimme, erzählt.

Und dann fragte die Sanfte Stimme den Herrn auf spielerische Art und Weise: „Nun, gibt es irgendetwas in deiner Arbeit, das nicht in den drei Hauptpfaden Pfaden, die ich dich gelehrt habe?“

Lord Tsongkapa antwortete: „So habe ich mein Werk zusammengestellt. Ich habe die Drei Hauptpfade genommen, die du, oh Heiliger, mich gelehrt hast und machte sie zum eigentlichen Leben des Pfades. Ich benutzte die *Lampe auf dem Pfad* als meinen Grundtext und ergänzte ihn mit vielen anderen Ratschlägen der Seher des Wortes.“

10. *Um die Befreiung zu erreichen...* Geshe Potowa (1031–1105), vollständiger Name Rinchen Sel, war ein Meister der Seher-Tradition und einer der drei großen Schüler von Lord Drom Tonpa. Seine Metaphern sind ein wichtiger Vorläufer der späteren Werke über die Stufen. Das Zitat hier findet sich auf S. 14 des Kommentars von Hladri Gangpa zum Blauen Buch, einer Zusammenstellung der Belehrungen des großen Potowa, die von seinem Schüler Geshe Dolpa aufgeschrieben wurden.

11. *Quelle der guten Qualitäten*: Die einleitenden Worte eines Bittgebets aus einem berühmten Andachtstext, der Darbringung an Lamas, von dem verehrten Lobsang Chukyi Gyeltsen. Die drei Verse, die hier erwähnt werden, lauten wie folgt:

Quelle aller guten Qualitäten, großes Meer der
Moral;

Voller unzähligen Juwelen, Lehren die du
gelernt hast;

Mein Lord, zweiter Herr der Fähigen, trägt ein
safranfarbenes Gewand;

Ich suche deinen Segen, Meister, der du das
Wissen über Gelübde bewahrst.

Du, der du alle zehn Qualitäten hast, die man
besitzen muss

Würdig, den Pfad all derer zu lehren die in die
Glückseligkeit eingegangen sind;

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Herr des Dharmas, Regent stellvertretend für
jeden Sieger;

Ich suche deinen Segen, spiritueller Führer für
den Großen Weg.

Alle drei Tore wohlbehalten, weise, und
geduldig, und geradewegs;

Frei von Arglist, Täuschung; eingeweiht in die
Geheimnisse und ihre Texte;

Meister im Schreiben und Errichten von zwei
Zehnern der geheimen Überlieferungen;

Ich bitte um deinen Segen, erster unter all
jenen, die den Diamanten halten.

„Herr der Fähigen“ bezieht sich auf den gegenwärtigen Buddha; die ‚zehn Qualitäten‘ sind im direkt folgenden Vers aufgeführt.

12. *beständig und weise*: Ein buddhistischer Mönch ist „standhaft“, wenn er seine Gelübde mindestens zehn Jahre nach seiner Ordination rein gehalten hat. „Weise“ bezieht sich auf das Wissen über eine ganze Reihe von Themen im Studium der Ethik, wie das Verständnis davon, was ein moralischer Verstoß ist und was nicht oder welche Vergehen schwerwiegender sind als andere.

13. *Die drei Trainings*: Diese sind außergewöhnliche Moral, außergewöhnliche Konzentration und außergewöhnliche Weisheit.

14. *Das Juwel der Sutras*: Ein „Sutra“ ist eine offene Lehre des Buddha. Der Vers stammt aus einem berühmten Kommentar, der Meister Asanga (ca. 350 n. Chr.) von Liebender, dem zukünftigen Buddha, gelehrt wurde.

15. *Die acht großen Vorteile*: Diese umfassen die Annäherung an die Buddhaschaft, das Erfreuen der Buddhas, das Überwinden negativer Einflüsse, das Vermeiden von unangebrachten Handlungen und Gedanken, das Erreichen hoher Verwirklichungen, das ständige Treffen von Lehrern, das Vermeiden einer Wiedergeburt in niederen Daseinsbereichen sowie das mühelose Erlangen sowohl vorübergehender als auch ultimativer Ziele.

16. *„Eine Person, die jemanden nicht als Lama behandelt...“* Dieses Zitat befindet sich auf Folio 161b eines Kommentars zur geheimen Lehre des Herrn des Todes, verfasst von Ratnakara Shanti, auch bekannt als Shantipa. Er war ein berühmter Meister des großen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Vikramashila-Klosters im Nordosten Indiens im 10. Jahrhundert und lehrte Meister Atisha vor dessen Reise nach Tibet.

17. *Das Rad der Zeit*: Originalquelle für das Zitat nicht gefunden; es erscheint in Pabongka Rinpoches großes Werk über die Stufen des Pfades, dem „Rad der Zeit“, ohne Erwähnung des „Ursprungstextes“. Der Ursprungstext für die geheime Unterweisung über das Rad der Zeit war riesig, zwölftausend Verse lang, und wurde nur in gekürzter Form in den tibetischen Kanon aufgenommen.

18. *der Große Weg*: Der Buddha gab verschiedene Stufen von Belehrungen für Schüler. Diese sind als „Großer“ und „Kleiner“ Weg bekannt.

19 *Fünfzig Verse über Lamas*: Ein traditionelles Handbuch darüber, wie man sich gegenüber seinem spirituellen Lehrer verhält, verfasst vom großen buddhistischen Dichter Ashvaghosha (ca. 100 n. Chr.). Die dreizehn Ursachen eines vorzeitigen Todes sind auf Folio 10a aufgeführt und werden von Meister Tsongkapa in seinem Kommentar wie folgt erklärt: unerträglicher Schmerz im Schädel, Verletzungen durch verschiedene mächtige Tiere, unterschiedliche Krankheiten, dämonische Kräfte, Seuchen, Vergiftungen, staatliche Autoritäten, Feuer, Schlangen, Wasser, Geister, Diebe und wütende Halbgötter. Stirbt eine Person auf eine dieser Weisen, fährt sie direkt in die Höllenwelten hinab.

20. *Versuche, alle Systeme zu vermischen...* Die Quelle dieses Zitats wurde nicht gefunden. Tuken Dharma Vajra, auch bekannt als Lobsang Chukyi Nyima (1737–1802), war der dritte Meister der Tuken-Linie und ist bekannt für seine Werke über vergleichende buddhistische Schulrichtungen sowie für Biografien von Heiligen wie Changkya Rolpay Dorje, der als frühere Inkarnation von Pabongka Rinpoche gilt (siehe das Vorwort und seine gesammelten Werke).

21. *Selbst in einigen unbedeutenden Angelegenheiten...* Zitat aus f.95a seines berühmten Werkes über die drei Arten von Gelübden.

22. *Wir nennen jemanden...* Aus einem klassischen Text über die Lehren der Leerheit von Meister Aryadeva (ca. 200 n. Chr.).

23. *sechs Bilder für die Unterweisung*: Für diese und die drei „Probleme des Topfes“.

24. *Nur in Tibet...* Originalquelle nicht gefunden, das Zitat erscheint auch in dem großen Werk über die Stufen von Lord Tsongkapa.

25. *Kein Praktizierender, ein Mensch, der dieses Leben liebt...* Zitat aus S.436 dieses klassischen „Geistestraining“-Text des ehrwürdigen Drakpa Gyeltsen. Die „vier Arten der Liebe“ sind so aufgelistet:

Die Liebe zu diesem Leben, die einen zu keinem
Praktizierenden macht.

Die Liebe zu dieser Welt, die keine Entsagung ist.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Liebe zu den eigenen egoistischen Interessen, die
einen zu keinem Bodhisattva macht.

Das Greifen nach einem wirklichen „Ich“, das keine
richtige Ansicht ist.

26. *dreimal wiederholt, und zwar laut*: Eine vollständige Schilderung des Vorfalls findet sich in den *Gesammelten Sprüchen der Seher*, zusammengestellt von Tsunpa Chegom.

27. *Sie gehen in die Abgeschiedenheit...* Quelle für dieses und das folgende Zitat nicht gefunden. Beide erscheinen in Pabongka Rinpoches „*Befreiung in unseren Händen*“. „Droway Gonpo“ ist ein Name, der auf eine Reihe von tibetischen Weisen angewandt wird; Pabongka Rinpoche fügt in einem Fall das Wort „Gyer“ vor den Namen, aber es ist immer noch nicht klar, wem die Zitate zugeschrieben werden sollen.

28. *Oh weltlich weise!* Aus der berühmten Epistel der spirituellen Unterweisung des großen buddhistischen Philosophen Meister Nagarjuna (ca. 200 n. Chr.) an den indischen König Udayibhadra.

29. *In der Stadt der täglichen Sorgen...* Originalquelle des Zitats nicht gefunden; die Zeilen erscheinen auch in Pabongka Rinpoches Werk über die Stufen. Es ist eine Praxis für buddhistische Meditierende, an einen beängstigenden Ort zu gehen, wie z.B. einen Friedhof oder eine hohe Klippe, um ihr gesteigertes Gefühl für ihr „Selbst“ zu beobachten und besser zu verstehen. Friedhöfe in Tibet und Indien waren besonders furchteinflößend, weil die Leichen einfach aufgebahrt und nicht begraben wurden, was gefährliche wilde Tiere anlockte. Der große Lingrepa, mit vollem Namen Padma Dorje (1128-1188), war ein Schüler von Droway Gonpo Pakmo Drupa und gründete einen der Orden der Kagyu-Tradition des tibetischen Buddhismus.

30. *Zehn „ultimative Reichtümer“*: Wir sehen die Ursprünge dieser zehn Reichtümer in den Unterweisungen von Geshe Shawopa in den *Gesammelten Sprüchen der Seher*.

31. *Und in den Tagen, als meine Lehre...* Der beredte Schwur des Buddhas erscheint auf f.414. Das „safranfarbene Gewand“ ist das eines buddhistischen Mönchs.

32. *Gyalchok Kelsang Gyatso (1708–1757) und Panchen Lobsang Yeshe (1663–1737)*:

Der erstgenannte war der siebte Dalai Lama, spiritueller und weltlicher Herrscher Tibets. Er erbaute den Norbulingka, den prächtigen Sommerpalast der Dalai Lamas, und förderte die Anfertigung von Holz-Druckstöcken für die gesamte Sammlung von über 4.000 Texten des tibetisch-buddhistischen Kanons. Die letztgenannte Persönlichkeit war der zweite Panchen Lama, eine weitere erhabene Linie spiritueller und weltlicher Führer mit Sitz im großen Tashi-Lhunpo-Kloster in Süd-Zentral-Tibet. Er war sowohl ein herausragender Praktizierender und Gelehrter des Buddhismus als auch einer der einflussreichsten politischen Persönlichkeiten seiner Zeit.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

33. *Wenn du in deinem Herzen...* Die zitierten Zeilen erscheinen auf S. 163 der berühmten Biographie von Lord Milarepa durch seinen Schüler Rechung Dorje Drakpa (1083–1161).

34. *Niemals wissen meine Lieben...* Diese Zeilen finden sich in dem Abschnitt über Lord Milarepa (ff.72-100) aus dem *Ozean der Lieder der Kagyu* von Karmapa Mikyu Dorje (1507–1554).

35. *Dieser Körper der Muße...* Ein weiteres Zitat aus der sehr kurzen Version von Lord Tsongkapas *Stufen auf dem Pfad zur Buddhaschaft*.

36. *Die Vorteile, die aus der Auseinandersetzung mit dem Tod entstehen:*

In seinem Meisterwerk *Befreiung in unseren Händen* listet Pabongka Rinpoche sechs Vorteile auf, die sich aus der stetigen Erinnerung an den Tod ergeben:

Deine Praxis wird wirklich rein.

Sie gewinnt an Kraft.

Diese Gedanken helfen dir, überhaupt mit der Praxis zu beginnen.

Sie motivieren dich, dich während der Praxis intensiv anzustrengen.

Sie tragen dazu bei, deine Praxis erfolgreich abzuschließen.

In der Stunde des Todes gehst du mit Zufriedenheit, da du weißt, dass du dein Leben sinnvoll genutzt hast.

Die sechs Probleme, die entstehen, wenn man den Tod nicht im Bewusstsein hält:

Du vernachlässigst dein spirituelles Leben und verbringst deine Tage nur mit Gedanken an Essen, Kleidung und andere Ablenkungen dieses Lebens.

Du denkst zwar gelegentlich an den Tod, schiebst ihn aber immer auf später und verzögerst dadurch deine Praxis.

Falls du praktizierst, dann aus den falschen Gründen – etwa in der Hoffnung auf Ruhm und Ansehen.

Du praktizierst, aber ohne Begeisterung, und gibst nach einiger Zeit wieder auf.

Du verstrickst dich immer mehr in dieses Leben, deine Einstellung verschlechtert sich, und das Leben beginnt, dir zu schaden.

In der Stunde des Todes empfindest du intensives Bedauern, weil du dein Leben mit vergänglichen Dingen vergeudet hast.

Die drei Prinzipien, um den Geist tatsächlich auf den Tod auszurichten:

Jedes dieser Prinzipien hat drei Gründe, was insgesamt neun macht:

Der Tod ist gewiss:

Keine Macht im Universum kann den Tod aufhalten, wenn er eintritt.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Es gibt keine Möglichkeit, Lebenszeit hinzuzufügen – mit jeder Minute kommst du dem Tod näher. Selbst während du lebst, bleibt dir nur äußerst wenig freie Zeit für die Praxis, bevor du sterben musst.

Der Zeitpunkt des Todes ist völlig ungewiss:

Wir leben in einer Zeit und Welt, in der die Lebensdauer unvorhersehbar ist.

Wir können sicher sein, dass wir niemals genug Zeit haben werden, um alle unsere Feinde zu besiegen, all unsere Freunde zu unterstützen und dennoch unsere spirituelle Praxis abzuschließen, bevor wir sterben.

Die Dinge, die uns töten können, sind zahlreich; die Dinge, die uns am Leben halten, sind dagegen wenige. Unser Körper ist zerbrechlich und schwach – schon ein kleiner Holzsplitter kann eine tödliche Infektion verursachen. Wir sind wie Seifenblasen, wie Kerzen im Sturm.

Im Moment des Todes kann uns nichts helfen außer unserer spirituellen Praxis:

Kein Geld oder Besitz kann uns helfen.

Keine Freunde oder Familie können uns retten – selbst wenn sie uns noch so fest an Armen und Beinen halten, werden wir dennoch allein davonrutschen.

Nicht einmal unser eigener Körper kann uns helfen – wir müssen unser wertvollstes Gut, unseren geliebten Körper, zusammen mit allem anderen aufgeben.

Die drei Prinzipien erfordern drei Entschlüsse unsererseits:

Da wir wissen, dass wir sterben werden, müssen wir entschlossen sein, unsere Praxis zu beginnen.

Da wir wissen, dass wir jederzeit sterben könnten, müssen wir unsere weltlichen Arbeiten sofort aufgeben und noch heute mit der Praxis beginnen.

Da uns am Ende nichts anderes helfen kann, müssen wir uns ausschließlich unserer spirituellen Praxis widmen. Ein Wanderer, der viele Meilen zurücklegen muss, füllt seinen Rucksack nicht mit unnützem Ballast, den er nicht brauchen wird.

Die obigen Punkte sind eine sinngemäße Wiedergabe aus den Werken über die Stufen des Pfades von Meister Tsongkapa und Pabongka Rinpoche. Für den letzten Punkt im Text – die Meditation über das Sterben – zitieren wir Rinpoche direkt (ff. 182b-183a):

Sie versuchen alle möglichen Behandlungen und heiligen Rituale, doch dein Zustand wird immer schlimmer. Die Ärzte beginnen, dich anzulügen. Deine Freunde und Verwandten sagen dir aufmunternde Dinge ins Gesicht, aber hinter deinem Rücken regeln sie bereits deine Angelegenheiten, weil jeder sieht, dass du sterben wirst.

Dein Körper verliert seine gewohnte Wärme. Das Atmen fällt schwer. Die Nasenlöcher fallen ein. Die Lippen rollen sich zurück. Die Farbe weicht aus deinem Gesicht. Unzählige abstoßende Anzeichen beginnen sich in dir und an dir zu zeigen.

Du denkst an all die falschen Dinge, die du in deinem Leben getan hast, und wünschst dir sehnlichst, sie nie getan zu haben. Du bist dir

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

nicht sicher, ob du sie jemals wirklich vollständig bereut hast oder ob du jemals eine wirklich gute Tat vollbracht hast.

Dann kommt der letzte Schmerz, der unaussprechlich brennende Schmerz des Todes. Die grundlegenden Strukturen deines Körpers beginnen zusammenzubrechen. Katastrophale Bilder blenden dich. Halluzinationen purer Angst überfluten deinen Geist und reißen dich fort. Und die ganze Welt, in der du gelebt hast, erlischt in einem Augenblick.

Man nimmt deinen leblosen Körper, wickelt ihn in ein Tuch und legt ihn in eine Ecke. Man hängt einen Vorhang auf, um ihn zu verbergen. Jemand zündet eine rußige kleine Kerze an und lässt sie dort brennen. Wenn du einer dieser wiedergeborenen Lamas bist, kleidet man dich in prächtige rituelle Gewänder und versucht, dich würdevoll aussehen zu lassen.

Jetzt gerade rennen wir alle herum, bemüht, uns ein schönes Haus, weiche Kleidung und bequeme Stühle zu beschaffen. Aber du kennst den Brauch hier in Tibet: Wenn du stirbst, werden sie deine Arme und Beine mit einem Lederriemen an deine Brust binden, deinen Körper weit außerhalb der Stadt tragen und ihn nackt auf die Felsen werfen.

Gerade jetzt gehen wir alle nach Hause und versuchen, uns ein köstliches Gericht zu kochen – aber es wird der Tag kommen, an dem du dort stehst und darum betest, nur einen kleinen Bissen von jenen Kuchen zu kosten, die man den Geistern der Verstorbenen opfert.

Gerade jetzt tragen wir große Titel – man nennt uns Doktor Professor, Hochverehrter Herr oder Eure Eminenz. Aber es wird der Tag kommen, an dem sie deinen Körper nur noch "diese stinkende Leiche" nennen. Es wird der Tag kommen, an dem der Titel vor deinem Namen "der verstorbene" ist oder man von dir nur noch als „dieser Typ, den sie früher nannten...“ spricht.

Also sollten jetzt, wenn ihr ehrwürdigen Lamas da draußen in der Zuhörerschaft eure rituellen Roben betrachtet, euch bewusst werden, dass dies die Gewänder sind, in die man eure sterblichen Überreste nach eurem Tod kleiden wird. Und wir alle, wenn wir vor dem Schlafengehen auf unsere Bettlaken blicken, sollten uns daran erinnern, dass genau diese Laken es sein werden, in die man unsere stinkende Leiche hüllen wird, wenn wir sterben. Wie Milarepa sagte:

„Diese furchteinflößende Leiche, von der sie sprechen, ist genau der Körper, den du jetzt trägst, Meditierender.“

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Eins

Er meint damit: Schau jetzt auf deinen eigenen Körper und sieh immer die zukünftige Leiche darin.

37. *die Reiche*: Der Buddhismus lehrt, dass es drei Reiche der Existenz gibt.

Wir leben im Reich der „Begierde“, so genannt, weil unsere Hauptinteressen Nahrung und Sex sind. Noch höher liegt das Reich der „Form“, in dem die Wesen in einem Zustand der Meditation leben und schöne Formen haben. Noch höher ist das Reich der „Formlosigkeit“, in dem die Wesen frei von grobem Leiden sind und nur eine Form haben, frei von grobem Leiden sind und nur geistige Körper haben.

38. *Untugend bringt alles Leid mit sich...* Zitat aus f.116b dem *Juwel Rosenkranz* des Meisters

39. *die drei seltenen Juwelen*: So genannt, weil sie äußerst wertvoll und selten zu finden sind – der Buddha, definiert als der ultimative Zufluchtsort, ein Wesen, das das höchstmögliche Gute für sich selbst und andere erreicht hat; das Dharma, Verwirklichungen oder das Ende von unerwünschten Eigenschaften im Geist einer Person; und die Sangha, oder jedes Wesen, das die wahre Natur der Realität direkt wahrgenommen hat.

40. *König Mefeed*: Ein legendärer König aus alter Zeit, von dem es heißt, er sei spontan geboren worden. Er wurde so genannt, weil die Konkubinen seines Vaters darum wetteiferten, das wundersame Kind zu stillen und damit zur Königinmutter zu werden. Seine Geschichte wird in vielen Werken erwähnt; siehe Pabongka Rinpoches *Befreiung* (f.252a), sowie die Liste in Prof. Edgerton's *Dictionary* unter dem Sanskrit-Namen des Königs, Mandhata.

41. *Halte deine Bedürfnisse gering...* Dieses Diktum wird von dem großen buddhistischen Philosophen Vasubandhu (ca. 300 n. Chr.) im sechsten Kapitel seines klassischen *Der Schatz der Weisheit* ausführlich dargelegt.

42. *Wenn Menschen wie diese...* Aus dem meisterhaften Handbuch für Bodhisattvas des buddhistischen Dichter-Philosophen Shantideva (695-743 n. Chr.).

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Zwei: Die wichtigsten Lehren des Buddhismus, Teil Zwei

Die folgenden Auszüge stammen aus die Drei Hauptpfade (Lam-gtzo rnam-gsum), verfasst vom unvergleichlichen tibetischen Meister Je Tsongkapa (1357–1419). Der Kommentar stammt von Pabongka Rinpoche (1878–1941), der der Lehrer unseres Ursprungs-Lamas, Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin, sowie der Lehrer des Lehrers Seiner Heiligkeit des Dalai Lamas war.⁴³

43

Warum du den Wunsch nach Erleuchtung brauchst

Wir sind nun beim zweiten Teil des Textes angekommen. Dieser behandelt den Wunsch, Erleuchtung zum Wohle aller Lebewesen zu erlangen. Der Abschnitt wird drei Teile haben: Warum du diesen Wunsch brauchst, wie du ihn entwickelst und wie du erkennst, dass du ihn wirklich entwickelt hast. Der nächste Vers des Textes erklärt, warum dieser große Wunsch wichtig ist.

**Entsagung für sich allein kann niemals
Die unübertroffene Glückseligkeit von Buddhaschaft bringen,
Nur wenn sie von dem reinsten Wunsch begleitet wird.
Deshalb streben die Weisen nach vollständiger Erleuchtung.**

Vielleicht kannst du ein starkes Gefühl der Entsagung entwickeln, wie wir es beschrieben haben. Doch jede gute Tat, die du aus dieser Haltung vollbringst, führt nur zu einem niedrigen Nirwana. Sie wird dich niemals zur allwissenden Erleuchtung führen. Das zeigt sich daran, dass selbst Praktizierende des Kleinen Pfades – die wir die „Zuhörer“ und „selbstverwirklichten Buddhas“ nennen – wahre Entsagung haben können.

Um vollständige Erleuchtung zu erlangen, musst du alle drei Hauptpfade in deinem Geist entwickeln. Besonders wichtig ist der zweite Pfad: der Wunsch nach Erleuchtung zum Wohle aller Lebewesen. Du magst übersinnliche Kräfte haben oder Wunder wirken können. Du magst viele außergewöhnliche Fähigkeiten besitzen. Aber ohne dieses wertvolle Juwel im Herzen wirst du niemals Teil der Gruppe sein, die den Großen Pfad praktiziert. Ohne diesen höchsten Wunsch wird keine deiner Fähigkeiten dir wahre Glückseligkeit bringen – und keine wird dich zur Buddhaschaft führen. Nur dieser Wunsch kann dich befähigen, jedes Lebewesen aus der Mühsal des Lebenskreislaufs zu befreien.⁴⁴

44

Die Vorteile des Wunsches nach Erleuchtung

Wenn du diesen großen Wunsch entwickelst, wirst du jemand, der es verdient, dass sich die gesamte Welt – mit allen Wesen, von Menschen bis Göttern – vor dir verneigt. So beschreiben es heilige Schriften wie *Die Lebensweise eines Bodhisattva*, *Der Einstieg in den Mittleren Pfad* und *Der Seltene Stapel*.⁴⁵ Du trittst dann in eine völlig neue Kategorie von Wesen ein und übertriffst die Praktizierenden des Kleinen Pfades – die Zuhörer und Selbstverwirklichten Siegreichen. Jede tugendhafte Handlung, selbst wenn du einem Vogel ein paar Brotkrumen gibst, wird zur Praxis des Großen Pfades und eine Ursache für deine zukünftige Buddhaschaft – wird zur Lebensweise eines Bodhisattvas.

Wer diesen heiligen Wunsch nach Erleuchtung zum Wohle aller Lebewesen hat, wird von allen Buddhas der zehn Richtungen als ihr Sohn oder ihre Tochter betrachtet. Und alle großen Bodhisattvas sehen ihn als ihren Bruder oder ihre Schwester.

Aber das ist noch nicht alles. Ob du den Großen Pfad erreichst und in diesem Leben Buddhaschaft erlangen kannst, hängt davon ab, ob du diesen Wunsch wirklich entwickelt hast. Wenn du Erleuchtung willst, schloss unser Lama, musst du deine Gedanken ständig auf diesen Wunsch ausrichten.

45

Wie man den Wunsch nach Erleuchtung entwickelt

**Getrieben von Strömungen der vier gewaltigen Flüsse,
Gefangen in Fesseln vergangener Taten, die so schwer zu
lösen sind,
Eingesperrt im Stahlkäfig des eigenen „Ich“,
Vollständig verhüllt in der Dunkelheit der Unwissenheit.**

**Immer wieder werden sie geboren, von Leben zu Leben,
unaufhörlich
Geplagt von den drei Leiden.
Denkt an das, was eure Mütter fühlen, denkt daran, was
ihnen widerfährt.
Strebt nach dem höchsten Wunsch.**

46

Die Tugend des Wunsches

Das Sutra, das Viradatta erbat, sagt ebenfalls:

Würde der Verdienst des Wunsches nach Erleuchtung
Eine physische Form annehmen,
Würde er den gesamten Raum ausfüllen
Und darüber hinaus reichen.⁴⁶

47

Die tatsächlichen Stufen

In den Lehren des Buddhas gibt es zwei Methoden, den Geist auf diesen Wunsch nach Erleuchtung zu schulen. Die erste Methode nennt sich die „siebenteilige Unterweisung zu Ursache und Wirkung“, die zweite ist „sich selbst mit den anderen austauschen“. Welche Methode du auch wählst, sie wird dir helfen, den Wunsch nach Erleuchtung zu entwickeln. Aber der sicherste, umfassendste Weg, der alle anderen übertrifft, ist der Weg der Stufen zur Buddhaschaft – die Essenz der Lehren von Tsongkapa. Daher solltest du deinen Geist nach dieser Anleitung schulen.

Hier eine kurze Zusammenfassung, wie du den Wunsch nach Erleuchtung für das Wohl aller Lebewesen entwickelst. Zuerst entwickelst du ein neutrales Gefühl gegenüber allen Wesen. Dann beginnst du mit der Meditation über die einzelnen Stufen, beginnend mit der „Mütter-Erkenntnis“. Die ersten drei Stufen sind: Alle Wesen als deine Mütter zu erkennen, Dankbarkeit für ihre Güte zu empfinden und den Wunsch, diese Güte zu vergelten. Diese drei Stufen sind die Grundlage für „wunderbare“ liebende Güte. Diese Güte ist der vierte Schritt, und gleichzeitig auch ein Ergebnis der ersten drei Stufen und eine Grundlage für den fünften: das große Mitgefühl.

Die Stärke deines Wunsches nach Erleuchtung hängt davon ab, wie intensiv dein Mitgefühl ist. Wenn es dir schwerfällt, Mitgefühl zu entwickeln, kannst du die Meditation „Lama Liebender Blick“ üben. Wenn du diese Meditation und die passenden Gebete regelmäßig machst, wirst du den Segen für großes Mitgefühl erhalten.⁴⁷ Dies ist eine besondere Praxis, die dir hilft, tiefes Mitgefühl zu entwickeln. Es gibt auch weitere tiefgründige Punkte dazu, die unser Lama – jedoch in öffentlichen Veranstaltungen nicht im Detail erklärte.

Sobald du großes Mitgefühl entwickelt hast, kannst du eine außergewöhnliche Form persönlicher Verantwortung annehmen. Dabei übernimmst du die Verantwortung, für das Wohl aller Wesen zu arbeiten. Daraus entsteht der Wunsch nach Erleuchtung für das Wohl aller Lebewesen.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zwei

Die Meditation zur Neutralität funktioniert so: Zuerst bringst du deinen Geist in einen ausgeglichenen Zustand, frei von Zuneigung oder Abneigung. Denke an eine neutrale Person – jemand, der weder Freund noch Feind ist. Dann stell dir vor, dass zwei Menschen vor dir sitzen: dein bester Freund und dein größter Feind. Denke daran, wie dein Freund in vielen vergangenen Leben als Feind geboren wurde und dir Schaden zugefügt hat, und wie dein Feind in vielen Leben als Freund zu dir kam und dir geholfen hat. Dies hilft dir, deinen Geist in einen neutralen Zustand zu bringen, frei von Vorlieben und Abneigungen.

Denke darüber nach, dass alle Lebewesen das gleiche Ziel haben: Sie wollen glücklich sein und Schmerz vermeiden. Und alle sind sich auch darin ähnlich, dass sie schon viele Male sowohl dein Feind als auch dein Freund waren. Wer soll ich also mögen, und wen soll ich ablehnen? Übe weiter, bis du ein vollkommen neutrales Gefühl für alle Lebewesen entwickelst – ein Gefühl, das keine Grenzen kennt.

Der nächste Schritt ist, über die Erkenntnis nachzudenken, dass jedes Lebewesen deine Mutter ist. Diese Einsicht wird leichter, wenn du die Argumentationskette aus dem *Kommentar zur gültigen Wahrnehmung* anwendest, die dir zeigt, dass dein Bewusstsein keinen Anfang hat. Wir fassen diese Argumentation hier kurz zusammen:⁴⁸

Dein heutiges Bewusstsein ist eine Fortsetzung dessen, was du gestern hattest. Das Bewusstsein, das du in diesem Jahr hast, ist eine Fortsetzung dessen, was du im letzten Jahr hattest. So setzt sich dein Bewusstsein über dein ganzes Leben hinweg fort und war auch in deinen früheren Leben präsent. Du kannst immer weiter zurückgehen, und es gibt keinen Punkt, an dem du sagen kannst, „da hatte ich kein Bewusstsein“. Das zeigt die endlose Regression des Bewusstseins.

Da mein eigener Kreislauf des Lebens keinen Anfang hat, müssen auch die Geburten, die ich durchlebt habe, ohne Anfang sein. Es gibt keinen Ort, an dem ich noch nicht geboren wurde. Ich bin an allen Orten unzählige Male geboren worden. Und ich habe jede Form von Körper unzählige Male angenommen. Allein die Leben, die ich als Hund verbrachte, sind zahllos. Das gilt für jedes Lebewesen.

Daher gibt es kein Wesen, das niemals meine Mutter gewesen ist. Absolut jedes einzelne von ihnen war unzählige Male meine Mutter Selbst die Anzahl der Male, die jedes Wesen allein in meinen Geburten als Mensch meine Mutter gewesen ist, ist unzählbar.

Übe diese Meditation immer wieder, bis du tief in deinem Herzen spürst, dass jedes Lebewesen, das dir begegnet, wirklich schon unzählige Male deine Mutter war.

Der nächste Schritt ist, Dankbarkeit zu entwickeln. Beginne mit deiner Mutter im jetzigen Leben. Sie hat alles auf sich genommen, als du noch in ihrem Bauch warst. Sie schützte dich vor allem, was dir schaden könnte – sogar vor dem, was sie selbst aß. Neun Monate und zehn Tage trug sie dich, behandelte ihren Körper, als ob er jemand anderem gehörte, der sehr krank war, und vermied jedes Risiko.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zwei

Als du auf die Welt kamst, litt sie an schrecklichen Schmerzen, doch gleichzeitig war sie überglücklich – als hätte sie einen wertvollen Schatz gefunden, der alle ihre Wünsche erfüllen würde.

Damals konntest du nichts Anderes tun als schreien und mit den Armen fuchteln. Du warst völlig hilflos, ein kleines, wehrloses Wesen. Aber sie hielt dich sanft in ihren Armen, drückte dich an ihren warmen Körper und begrüßte dich mit einem liebevollen Lächeln.

Mit freudigen Augen küsste sie dir den Rotz vom Gesicht, wechselte deine Windeln mit ihren bloßen Händen und kaute manchmal dein Essen vor, um es dir dann direkt aus ihrem Mund zu geben. Sie tat alles, um dich vor Schmerz zu bewahren und dir nur Gutes zu bieten.

In meinen ersten Lebensjahren war ich völlig auf meine Mutter angewiesen. Ob es mir gut oder schlecht ging, ob ich fröhlich oder traurig war – alles hing von ihr ab. Ohne ihre Güte hätte ich nicht überlebt. Sie hätte mich aussetzen können, und ich wäre eine Beute für Vögel oder Hunde geworden. Jeden Tag rettete sie mich unzählige Male vor Gefahren, die mein Leben hätten bedrohen können.

Als ich älter wurde, sorgte sie für alles, was ich brauchte. Sie scheute kein Leid, keine Entbehrung, und kümmerte sich nicht darum, was andere über sie sagten. Sie gab mir alles, was sie hatte, ohne etwas für sich selbst zu verlangen.

Für diejenigen unter uns, die das monastische Leben führen dürfen, sorgte sie ohne zu zögern dafür, dass wir ins Kloster aufgenommen wurden. Alles, was sie besaß, gab sie, um uns zu unterstützen. Ihre Güte kannte keine Grenzen.

Doch das ist nicht das erste Leben, in dem meine Mutter mir so viel gegeben hat. In vielen meiner früheren Leben hat sie mich genauso unterstützt und mir mit großer Liebe geholfen. Und sie ist nicht die einzige: Jedes Lebewesen war in meinen vergangenen Leben meine Mutter und hat mir genauso viel Fürsorge entgegengebracht wie sie. Es sind die Übergänge zwischen Leben und Tod, die mich daran hindern, mich an all diese Mütter zu erinnern.

Betrachte auch die Tiere – wie einen Hund, einen Vogel oder sogar einen kleinen Spatz – die ihre Jungen lieben und sich um sie kümmern. Wenn wir das sehen, können wir erahnen, wie viel Güte auch wir empfangen haben.

Der nächste Schritt auf dem Weg zum Wunsch nach Erleuchtung ist, diese große Güte zurückzahlen zu wollen. Jedes Lebewesen war meine Mutter und hat mir unzählige Male liebevolle Fürsorge zuteilwerden lassen. Und obwohl sie von den vier Strömungen fortgerissen werden, die sie immer wieder ins Meer der Wiedergeburten treiben, leiden sie unter den drei Arten des Leidens und unzähligen anderen Schmerzen. Ihre Situation ist ausweglos.

Und hier bin ich, das Kind dieser Wesen. Jetzt habe ich die Chance, sie aus dem Meer der Wiedergeburten zu retten. Wenn ich einfach nur abwarte und nicht an sie denke, dann sinke ich tiefer als je zuvor – das ist gemein und schamlos.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zwei

Jetzt könnte ich ihnen etwas geben, was sie brauchen: Essen, Kleidung, einen Platz zum Schlafen – das wäre ein vorübergehendes Glück im Kreislauf des Lebens. Aber die wahre Art, ihre Güte zurückzuzahlen, ist, ihnen das höchste Glück zu bringen. Ich muss erkennen, dass jedes Lebewesen alles Glück erlangen sollte. Und jedes Wesen sollte von jeglichem Leid befreit werden.

Im Moment ist es absurd zu sagen, dass diese Wesen echtes Glück erfahren. Sie haben noch nicht einmal das, was man „unreines Glück“ nennt. Alles, was sie für Glück halten, ist in Wirklichkeit Leid. Sie suchen das Angenehme, ohne die guten Taten zu kennen, die wahres Glück bringen. Sie meiden das Unangenehme, ohne zu wissen, dass sie die schlechten Taten aufgeben müssen, die Leid verursachen. Sie handeln falsch: Sie tun das, was sie nicht tun sollten, und lassen das, was sie tun sollten, bleiben. Und deshalb müssen diese Wesen, unsere Mütter, leiden.

„Wie schön wäre es, wenn sie alle echtes Glück und die Ursache allen Glücks finden könnten! Ich wünsche, sie könnten es finden. Ich werde dafür sorgen, dass sie es finden.“

„Wie schön wäre es, wenn sie alle vom Leid und der Ursache allen Leids befreit wären! Ich wünsche, sie könnten befreit sein. Ich werde dafür sorgen, dass sie es sind.“

Meditiere immer wieder über diese Gedanken. Wiederhole sie, bis du das starke Gefühl von liebender Güte und Mitgefühl in deinem Herzen spürst.

Einige Menschen könnten sagen: „Warum sollte ich die Last auf mich nehmen, für jedes Lebewesen verantwortlich zu sein? Es gibt doch genug Buddhas und Bodhisattvas, die ihnen helfen können.“ Aber solche Gedanken sind völlig unangemessen. Sie sind gemein und schamlos. Es ist, als ob deine Mutter in diesem Leben hungrig und durstig ist und du von anderen Menschen erwartest, dass sie ihr zu essen und zu trinken geben, während du selbst nicht die Verantwortung übernimmst. Aber du bist es, um den sie sich gekümmert hat, und es ist deine Verantwortung, ihr das zurückzugeben.

Genauso ist es mit allen Lebewesen, die unzählige Male meine Mutter waren und immer für mich gesorgt haben, so wie es meine jetzige Mutter tut. Es ist nicht die Aufgabe eines anderen, ihre Güte zurückzugeben – nicht die eines Buddhas oder Bodhisattvas. Es ist meine Verantwortung, und nur meine.

Jemand muss es tun – dafür sorgen, dass jedes Lebewesen alles Glück hat und niemals Leid erfährt. Ich werde es tun. Ich werde mich nicht auf andere verlassen. Ich werde dafür sorgen, dass jedes einzelne Wesen Glück hat. Und ich werde dafür sorgen, dass jedes Wesen von Leid befreit wird. Ich selbst werde sie in den Zustand eines Lamas versetzen, in die Buddhaschaft. Meditiere intensiv über diese Gedanken. Sie sind die Grundlage der „außergewöhnlichen Form persönlicher Verantwortung“.

Vielleicht kann ich diese edle Absicht entwickeln, aber ehrlich gesagt, bin ich völlig unfähig, auch nur ein einziges Wesen zur Buddhaschaft zu führen – geschweige denn alle. Wer hat dann diese Fähigkeit? Nur ein voll erleuchteter Buddha kann das. Nur er, und niemand sonst. Wenn ich diesen Zustand erreichen könnte, würde ich automatisch mich selbst und alle anderen zur Vollendung geführt haben. Dann würde jeder Lichtstrahl, der von mir ausgeht – sei es durch meinen Körper, meine Worte oder Gedanken – die Kraft haben, das Wohl unzähliger Wesen zu fördern.

Deshalb werde ich alles tun, um den Zustand eines Buddhas zu erreichen – so schnell wie möglich, für das Wohl aller Wesen. Denke so und tue alles, was du kannst, um den echten Wunsch nach Erleuchtung für jedes Lebewesen zu entwickeln.

48

Authentische Praxis

Wenn du heute jemanden fragst, was seine wichtigste Praxis ist, wird er dir wahrscheinlich sagen, dass er über eine mächtige Schutzgottheit meditiert. Doch selten wird jemand sagen, dass seine Hauptpraxis darin besteht, über den Wunsch nach Erleuchtung für das Wohl aller Lebewesen zu meditieren. Noch schlimmer: Es ist schwer, jemanden zu finden, der überhaupt erkennt, dass dieser Wunsch das Zentrum seiner Praxis sein sollte.

Menschen stellen die unterschiedlichsten Dinge ins Zentrum ihrer Praxis: Rituale zur Austreibung böser Geister, der Zauber für Glück, das Ritual gegen Unglück, der Schaf-Zauber, der Pferde-Zauber, der Geld-Zauber, Rituale wie „Keine-Probleme-Mehr“ oder „Verhindern des Fluchs durch Lob“. Es gibt viele solcher Praktiken. Doch im Vergleich dazu wirkt es fast schon besser, wenn jemand behauptet, seine Praxis drehe sich um eine authentische Schutzgottheit.⁴⁹

Es gibt auch Werke, die an verschiedenen Orten populär sind, aber keinen legitimen Ursprung haben: die „Juwelenkette der Blutsverwandtschaft“, die „Goldene Klinge des Bekennens“, und all die „Sutras“ für Hunde, Wölfe, Füchse oder Bären. Diese Schriften entbehren jeder Grundlage.

Wenn du wirklich deine schlechten Taten bereuen willst, solltest du deine Zeit nicht mit solchen falschen Schriften verschwenden. Die Buddhas haben uns genug wirkliche Lehren hinterlassen: das *Sutra der Drei Ansammlungen*, das *Erhabene-Medizin-Sutra*, das *Sutra der Großen Freiheit* und viele mehr.⁵⁰ Der Lama sagte uns, wir sollten nur autoritative Texte nutzen, die einen legitimen Ursprung haben.

49

Der wahre Wunsch

Manche glauben, sie hätten den Wunsch nach Erleuchtung, weil sie zu Beginn ihrer Andacht das „Buddha-Dharma-Sangha“-Gebet⁵¹ rezitieren und darüber nachdenken, wie sie Buddhaschaft erlangen können, um allen Lebewesen zu helfen. Doch das ist noch nicht der wahre Wunsch. Es ist nur ein Gebet, das den Wunsch ausdrückt – nicht der Wunsch selbst. Wenn es der wahre Wunsch wäre, wäre der Weg zur Buddhaschaft die einfachste aller Praktiken. Daher, so unser Lama, müssen wir diesen wahren Wunsch durch gezielte Praxis und Stufenentwicklung erlangen, Schritt für Schritt, in der richtigen Reihenfolge.

50

Wie man weiß, dass man den Wunsch nach Erleuchtung erreicht hat

Kommen wir nun zum dritten und letzten Teil: Wie weiß man, dass man den Wunsch nach Erleuchtung wirklich erlangt hat? Dieser Punkt wird in vielen Werken behandelt, sowohl in ausführlichen als auch in kürzeren Abhandlungen über die Stufen des Pfades zur Erleuchtung. Diese Werke beziehen sich auf verschiedene Meditationstechniken.⁵² Stell dir vor, eine Mutter sieht, wie ihr geliebtes Kind ausrutscht und in glühende Kohlen fällt. Der Anblick ist unerträglich, und sie stürzt sofort vor, um das Kind zu retten.

Ähnlich ergeht es uns mit den leidenden Wesen im Universum, all unseren Müttern, die in den schmerzhaften unteren Reichen des Kreislaufs von Leben und Tod gefangen sind. Wenn wir es nicht länger ertragen können, ihnen beim Leiden zuzusehen, und der Wunsch in uns entsteht, sofort vollständige Erleuchtung für das Wohlergehen aller Lebewesen zu erlangen, dann – so erklärte unser Lama – hast du den wahren Wunsch nach Erleuchtung entwickelt.

51

Warum man korrekte Weltsicht braucht

Nun kommen wir zum dritten Teil des Haupttextes: der Erklärung der korrekten Weltsicht. Dieser Abschnitt besteht aus fünf Teilen. Der erste, warum man über die korrekte Weltsicht meditieren muss, wird im nächsten Vers des Haupttextes erklärt:

**Selbst wenn du Entsagung und den Wunsch gemeistert hast,
Aber solange du die Realität nicht richtig wahrnimmst,
Kannst du die Wurzel der zyklischen Existenz nicht durchtrennen.
Bemühe dich daher, die Methoden zur Wahrnehmung des
abhängigen Entstehens zu meistern.**

Dieser Vers bedeutet: Solange du nicht die korrekte Weltsicht und Weisheit über das wahre „So-Sein“ entwickelst – solange du die ultimative Wahrheit nicht erkennst – kannst du zwar Entsagung und den Wunsch nach Erleuchtung üben und alle anderen Praktiken ausführen, so viel du willst. Aber du wirst die Wurzeln des Lebenskreislaufs nicht durchtrennen können. Diese Methoden allein sind kein direktes Gegenmittel für das tief verwurzelte Verlangen.

52

Meditation muss Leerheit einschließen

Manche nicht-buddhistische Weisen können sich in tiefe Konzentration versetzen und alle acht Stufen der Meditation erreichen.⁵³ Doch ihnen fehlt die Weltsicht, dass kein Selbst existiert. Deshalb können sie ihre schädlichen Emotionen nicht reduzieren, geschweige denn völlig überwinden. Wie es im *Sutra des Königs der Konzentration* heißt:

Die Weltlichen meditieren über Konzentration,
Aber das zerstört nicht ihr Konzept eines Selbst.
Es nährt schädliche Gedanken und schürt sie,
Und führt zum gleichen Ergebnis wie die Meditation von Udraka.⁵⁴

Unsere Neigung, an einem „Selbst“ festzuhalten, ist die wahre Ursache unserer Wiedergeburten. Um diese Wurzel zu durchtrennen, müssen wir die Weltsicht erlangen, die erkennt, dass es kein „Selbst“ gibt. Wie es in einem Werk heißt:

Wenn du durch Analyse erkennst, dass es kein Selbst gibt,
Und wenn du darüber meditierst, wirst du Nirwana erreichen –
Nichts anderes bringt dir diesen Frieden.

53

Wir müssen die Lehren Nagarjunas befolgen

Es gibt keinen Weg zum Frieden für jene, die vom Pfad
abkommen
Vom System, das Meister Nagarjuna lehrte.
Sie haben die beiden Wahrheiten – die konventionelle und die
ultimative – verloren
Wer diese Wahrheiten verloren hat, kann nicht frei sein.⁵⁵

Auch der unvergleichliche Lord Atisha sagte:

Chandrakirti war Schüler von Nagarjuna.
Die Lehren, die sie an uns weitergaben,
Lassen dich die wahre Realität erkennen.⁵⁶

Diese tiefe Weltsicht ist unerlässlich, sowohl für die offenen als auch für die geheimen Lehren.

54

Das Selbst, das nicht existiert

Es gibt grob vier große buddhistische Schulen, die ihren Ursprung in Indien, dem „Land der Erleuchteten“, haben. Die Anhänger der Vatsiputriya-Gruppe, einer der „Detaillisten“-Schulen,⁵⁷ sagen, dass das, was wir wahrnehmen, nicht in einem unveränderlichen, einzigartigen Selbst existiert. Andere Detaillisten und die Anhänger der „Schriften“-Schule lehren⁵⁸, dass das, was wir ablehnen, etwas ist, das unabhängig existieren kann, also eine wesentliche Existenz besitzt.

Die „Nur-Geist“-Schule⁵⁹ sagt, dass wir erkennen, dass es keine Fälle gibt, in denen das Subjekt, das ein Objekt hält, und das Objekt, das es hält, aus unterschiedlicher „Substanz“⁶⁰ bestehen. Die „Unabhängige“-Schule, ein Teil der Schule des Mittleren-Weges⁶¹, glaubt, dass wir widerlegen, dass ein Objekt auf eine einzigartige Weise existiert, anstatt einfach dadurch als existierend anerkannt zu werden, dass es einer unbeeinflussten Wahrnehmung erschienen ist.⁶²

Die „Implikations-Schule“ des Mittleren Weges lehrt schließlich, dass das, was wir als nicht existent erkennen, ein Objekt ist, das aus sich selbst heraus existiert, anstatt lediglich durch ein von uns bereitgestelltes Konzept zu existieren.

55

Was „Abhängiges Entstehen“ wirklich meint

Verschiedene Schulen erklären abhängiges Entstehen auf unterschiedliche Weise. Die „Funktionalisten“⁶⁴ sagen, dass etwas abhängig ist, weil es durch Ursachen und Bedingungen entsteht. Sie können jedoch kein abhängiges Entstehen für Objekte erklären, die unveränderlich oder ohne Ursache sind.

Die „Unabhängigkeits-Gruppe“ geht einen Schritt weiter und erklärt abhängiges Entstehen besser. Sie sagen, dass etwas abhängig ist, wenn es in Abhängigkeit von seinen Teilen existiert. Damit können sie abhängiges Entstehen sowohl für veränderliche als auch für unveränderliche Objekte erklären, für solche mit oder ohne Ursachen.

Die „Implikations“-Schule betrachtet abhängiges Entstehen auf eine subtilere Weise als die anderen. Etwas ist abhängig, wenn zwei Bedingungen erfüllt sind: Es gibt ein Ding, dem man einen Namen geben kann, und ein Konzept, das diesem Ding den Namen zuweist. Das Ergebnis ist ein benanntes Objekt.

56

Die Leerheit von „Mir“

Alles existiert nur aufgrund von zwei Faktoren: Etwas, dem wir einen Namen geben, und das Konzept, das diesen Namen zuweist. Kein einziges Atom im Universum ist davon ausgenommen. Es gibt nichts, das aus sich selbst heraus existiert. Auch ich bin ein Produkt: Mein Körper und mein Geist wurden zusammengebracht und als „Ich“ bezeichnet. Es gibt kein „Ich“, das aus sich selbst heraus existiert. Auch mein Körper und mein Geist existieren nicht aus sich selbst heraus.

Wir können das in einer einfachen logischen Schlussfolgerung ausdrücken:

Vergegenwärtige dir alle Objekte im Kreislauf
und alle Dinge darüber hinaus.
Keines von ihnen hat eine wahre, unabhängige
Existenz, wie wir oft glauben.
Sie können nicht eigenständig existieren, weil
sie abhängig sind.

Mit „abhängigem Entstehen“ meinen wir, dass alle Dinge in einer wechselseitigen Beziehung zueinander stehen und von anderen abhängen. Sie entstehen durch diese Abhängigkeit. Daher können sie nicht aus sich selbst heraus existieren.

57

Namen und Projektionen

Ein Beispiel: Wenn ein Kloster einen neuen Vorsänger ernennt, passiert das nicht einfach so. Zuerst muss es einen Grund geben, warum jemand als Vorsänger in Frage kommt. Dann muss jemand, wie der Abt, ihm die Rolle zuweisen. Erst wenn der Abt sagt, „Er ist jetzt der Vorsänger“, ist diese Person offiziell der Vorsänger. Auch wenn die Person alle Eigenschaften eines Vorsängers hat, ist sie ohne diese Zuweisung nicht wirklich der Vorsänger.

Wäre es anders, könnte man sagen, dass diese Person schon immer der Vorsänger gewesen wäre, ganz von selbst, schon im Mutterleib. Aber das ist nicht der Fall. Der Titel hängt von vielen Faktoren ab. Ohne die Zuweisung des Titels durch den Abt oder eine andere befugte Person, würde niemand diese Person als „Vorsänger“ betrachten. Erst nachdem der Titel vergeben wird, beginnt auch die Person, sich selbst als „Vorsänger“ zu sehen.

Aber die Leute haben das nicht gesagt, denn Vorsänger zu werden hängt von vielen Faktoren ab. Niemand wird Vorsänger, ohne dass es einen guten Grund gibt, ihn so zu nennen. Es braucht einen Mönch, der die Fähigkeiten besitzt, Vorsänger zu sein und eine Person, die berechtigt ist, ihm diese Bezeichnung zu geben, und die sagt „Das ist nun der Vorsänger“. Bis zu diesem Moment denkt auch die Person selbst nicht: „Ich bin der Vorsänger“. Aber nachdem ihm das Konzept „Vorsänger“ zugewiesen wurde, sprechen die Leute über ihn als „Vorsänger“ und dann denkt er auch von sich selbst: „Ich bin der Vorsänger.“

58

Warum wir keine beliebige Projektion machen können

Vielleicht denkst du: „Wenn Dinge nur Namen sind, kann ich ja einfach Gold 'Messing' nennen oder eine Säule 'Wasserkrug', und dann ist das so.“ Aber das ist nicht der Fall. Es muss eine tatsächliche Grundlage für diese Bezeichnung geben.

Um einem Ding einen Namen zu geben, müssen drei Bedingungen erfüllt sein: 1) Das Ding muss in der konventionellen Wahrnehmung bekannt sein. 2) Keine andere Wahrnehmung darf seine Existenz widerlegen. 3) Eine tiefere, ultimative Analyse darf seine Existenz nicht widerlegen. Alle drei Voraussetzungen müssen stimmen.

Ein Beispiel: Wenn wir aus der Ferne eine Vogelscheuche sehen und jemand neben uns sagt: „Das ist ein Mensch“, dann glauben wir ihm zunächst. Aber wenn jemand, der näher ist, erklärt, dass es nur eine Vogelscheuche ist, verschwindet unsere ursprüngliche Wahrnehmung. Das zeigt, dass die Bezeichnung nicht zur Erscheinung passt.

Es ist noch nicht alles: Wir können uns auch Bezeichnungen ausdenken, wie „Kaninchen haben Hörner“, aber das wird nicht dazu führen, dass Kaninchen tatsächlich Hörner haben. Es gibt keine wirkliche Grundlage für diese Bezeichnung. Daher muss der Geisteszustand, der den Namen gibt, auf einer tatsächlichen Ansammlung von Teilen beruhen, die wirklich existieren.

59

Was „kein Selbst“ wirklich meint

Was wir hier als ‚Ich‘ bezeichnen, ist eine Natur oder ein Zustand, der von nichts anderem abhängt. Dinge existieren nicht auf diese Weise – wir nennen das „Kein-Selbst“.⁶⁵

Das konventionelle „Ich“, das tatsächlich existiert, ist lediglich etwas, das wir durch eine Bezeichnung erschaffen haben. Wir haben eine Grundlage und ein Konzept genommen und sie zusammen als „Ich“ bezeichnet. Diese Idee spiegelt sich auch in den Schriften wider, wie in der geheimen Lehre der furchterregenden Gottheit, die sagt: „Alles wird in Abhängigkeit von einem Namen bezeichnet...“. Eine ähnliche Idee findet sich auch in der Lehre der Höchsten Glückseligkeit: „Wie eine Illusion, nur mit einem Konzept versehen.“

60

Was ist „Ich“ überhaupt nicht?

Genauso verhält es sich mit dem „Ich“. Stell dir vor, jemand ruft deinen Namen. Zuerst siehst du nur das konventionelle „Ich“, das du als „mich“ erkennst. Doch dann wird dieses „Ich“ stärker, wenn jemand dich beschuldigt, etwas getan zu haben. Du beginnst zu sagen: „Ich habe das nicht getan! Ich bin nicht der Dieb!“ Dein „Ich“ fühlt sich dann realer an, als ob es aus sich selbst heraus existiert.

Wir bestreiten nicht, dass das „Ich“ konventionell existiert – es erscheint uns zunächst real und unabhängig. Doch was wir verneinen, ist die Vorstellung, dass dieses „Ich“ tatsächlich aus sich selbst heraus existiert. Wir bestreiten das „Ich“, das sich als eigenständig und selbstbestimmt darstellt.

Wenn du dieses „Ich“ schließlich verneinst, wenn du siehst, dass es nicht wirklich existiert – wenn das lebendige „Ich“, das unabhängig von Körper und Geist zu existieren scheint, verschwindet und nur die Leerheit bleibt – dann erkennst du zum ersten Mal die „Sichtweise des Mittleren Pfades“. Und dann hast du den „Pfad, der die Siegreichen erfreut“ gefunden.

61

Leerheit bedeutet, dass du gut sein musst

Wer das abhängige Entstehen wirklich versteht, entwickelt ein tiefes Verständnis für die Gesetze von Taten und ihren Folgen. Diese Gesetze werden für ihn immer wichtiger.

Denn eines ist klar: Gute Taten führen zu Freude, schlechte Taten zu Leid. Jede Ursache hat das ihr eigene Ergebnis. Dieses Gesetz ist unveränderlich und kann niemals ein anderes Ergebnis erzeugen. Diese unfehlbare Beziehung resultiert aus dem abhängigen Entstehen.

Wenn du verstehst, wie abhängiges Entstehen mit dem Fehlen einer eigenständigen Natur zusammenhängt, verstehst du auch, dass das Gesetz von Ursache und Wirkung – im rein konventionellen Sinn – immer zutrifft. Du wirst vollständig überzeugt von der Wirksamkeit dieser Gesetze, sowohl im Kreislauf des Lebens als auch darüber hinaus.

62

Wie man erkennt, wann deine Analyse noch unvollständig ist

Der dritte Punkt in unserer Diskussion zur korrekten Sichtweise erklärt, wie du erkennst, dass deine Analyse noch unvollständig ist. Dieser Punkt wird im nächsten Vers des Haupttextes behandelt.

**Ihr habt noch nicht die Denkweise eines Fähigen erlangt,
Wenn ihr diese zwei Ideen nicht als Einheit seht:
Der äußere Anschein der Dinge – unfehlbar voneinander abhängig.
Leerheit – jenseits jeglicher Wertung.**

Stell dir vor, du hast über die oben genannten Anleitungen meditiert und alle Phänomene analysiert. Wenn deine Analyse wirklich vollständig ist, dann müssen abhängiges Entstehen und Leerheit für dich zusammenhängen und sich gegenseitig stützen.

63

Wie man erkennt, wann deine Analyse abgeschlossen ist

**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 Sichtweise der
Dinge zerstört;
Dann habt ihr korrekte Weltsicht erreicht.**

Das bedeutet: Es kommt der Moment, an dem du verstehst, dass abhängiges Entstehen und Leerheit zusammengehören und nicht voneinander getrennt sind. Zuerst erkennst du, dass deine Erklärung über die Funktionsweise der Welt – was gute und schlechte Taten betrifft – richtig ist, auch wenn jedes Objekt nur eine Bezeichnung ist, ein Name. Dann siehst du, dass beim Suchen des Objekts, dem der Name zugeordnet wurde, nur Leerheit zu finden ist. Kein einziges Atom in keinem Objekt hat eine eigene, unabhängige Natur.

64

Vierfache perfekte Leerheit

Die echten Weisen der Schule des Mittleren Weges machen vier wichtige Unterscheidungen. Sie sagen, dass nichts aus sich selbst heraus existiert, aber auch nicht, dass nichts existiert. Alles existiert nur durch Konventionen, aber es existiert nicht unabhängig.

65

Setze das Gelernte in die Praxis um

**Wenn ihr das Wesentliche
Der Drei Hauptpfade verstanden habt,
Geht in die Einsamkeit, strengt euch an
Und erreicht schnell euren ultimativen Wunsch.**

Diese Worte sind eine sehr persönliche Anleitung, die Lord Tsongkapa uns aus tiefster Liebe und Weisheit gibt. Er sagt: „Versuche zuerst, die wesentlichen Punkte der Drei Hauptpfade so zu verstehen, wie ich sie erklärt habe. Höre die Lehren immer wieder, bis du sie wirklich begreifst.“

„Kontempliere dann, um die Wahrheit dieser Lehren in deinem Herzen zu verankern. Ziehe dich in die Stille zurück, entferne dich von der Welt und schneide alle Verbindungen ab. Reduziere deine materiellen Bedürfnisse und sei zufrieden mit dem, was du hast. Beschränke deine Aktivitäten und Interessen. Setze alles daran, diese Praxis zu leben. Handle schnell und schiebe sie nicht auf. Erreiche dann, mein Sohn, meine Tochter, den ultimativen Wunsch aller Leben.“

66

Du kannst es tun

Wir müssen viel Zeit mit Lernen und logischem Denken verbringen und dann über die verschiedenen Stufen auf dem Pfad zur Buddhaschaft meditieren. Dazu müssen wir uns ein Ziel für die Praxis setzen, und dann die Erkenntnisse der drei Hauptpfade vollständig erlangen: Wir müssen sagen: „Bestenfalls erlange ich sie an einem Tag. Wenn es einen Monat dauert, betrachte ich das als Durchschnitt. Aber zumindest werde ich mich bemühen, sie in diesem Jahr zu erlangen.“

Wir sollten den Worten von Geshe Dolpa folgen, einem der Seher des Wortes, der sagte:

Stufen auf dem Pfad! Stufen auf dem Pfad!
Sie alle lassen sich in drei kurzen Worten zusammenfassen:
„Habe Weitsicht“,
„Setz dir ausgesprochen hohe Ziele“,
„Halte durch.“⁶⁶

Was er mit dem Ausdruck „Habe Weitsicht“ meinte, war, dass wir unser Augenmerk darauf richten. Mit „Weitsicht“ meint er, dass wir unser Ziel klar vor Augen haben sollten: ein Buddha zu werden. „Setz dir ausgesprochen hohe Ziele“ bedeutet, dass wir uns vornehmen, alle Aspekte des Weges zu praktizieren, einen nach dem anderen – die drei Motive und die geheimen Lehren: die Stufen der Erschaffung und der Vollendung.

In weltlicher Hinsicht machen Menschen, die wissen, dass sie innerhalb eines Jahres sterben müssen, immer noch große Pläne und verhalten sich, als ob sie hundert Jahre alt werden würden. In spiritueller Hinsicht machen du und ich genau das Gegenteil: Wir haben sehr

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zwei

niedrige Erwartungen in Bezug auf die dreifache Praxis des Lernens, der Kontemplation und der Meditation, bis hin zu den wenigen Gebeten, die wir täglich rezitieren sollten. Wir wählen immer die einfachste Praxis, wir denken klein, wir denken „Dies ist alles, was ich schaffen kann.“

Aber das ist falsch: Wenn du dich wirklich bemühst, steht es außer Frage, dass du sogar ein Buddha werden kannst. Wie es im *Lebensweise eines Bodhisattvas* heißt:

Gib nicht auf und denk nicht:
„Wie könnte ich jemals ein Buddha werden?“
Diejenigen, die den Pfad gegangen sind, sprechen
Die reine Wahrheit und diese Wahrheit haben sie gesprochen:

„Sogar diejenigen, die als Käfer leben,
Als Fliegen oder Mücken oder sogar als Bazillen,
Erreichen unvergleichliche, hart erkämpfte Buddhaschaft
Wenn sie sich wirklich anstrengen.“

Ich bin als Mensch geboren,
Der in der Lage ist, richtig und falsch zu unterscheiden;
Was könnte mich davon abhalten, Erleuchtung zu erlangen,
Wenn ich mein Handeln stets auf Erleuchtung ausrichte?⁶⁷

Daher solltest du bei deinen weltlichen Angelegenheiten so klein wie möglich denken, aber bei deinen spirituellen so GROSS wie möglich.

„Halte durch“ bedeutet, dass du bei deiner Praxis vermeiden solltest, manchmal ungeheuer große Anstrengungen zu unternehmen und dann wieder alles vollständig zu unterlassen – nur herumzuliegen und nichts zu tun. Stattdessen solltest du in deiner spirituellen Praxis gleichmäßig bemüht sein: Lass sie wie einen großen Fluss gleichmäßig fließen. Tue alles, was in deiner Kraft steht, so folgerte unser Lama, um das Beste aus diesem einzigartigen Leben zu machen.

FUSSNOTEN LEKTÜRE ZWEI

43. *Zuhörer und selbstverwirklichte Sieger*: Praktizierende, die noch nicht die höchste Motivation entwickelt haben, Buddhaschaft zum Wohl aller Wesen zu erlangen. „Zuhörer“ werden so genannt, weil sie höhere Lehren hören und sie anderen erklären können, aber diese Anweisungen selbst nicht praktizieren können. „Selbstverwirklichte Sieger“ können ihr Ziel erreichen, ohne in diesem Leben auf einen spirituellen Lehrer angewiesen zu sein, allerdings nur aufgrund umfassender Anweisungen zahlloser Lehrer in ihren vergangenen Leben.
44. *Ein niederer Ausstieg*: Dies bezieht sich auf das niedere Nirwana, das permanente Ende aller Geistesgifte, und ist äquivalent zur Buddhaschaft, wenn man es mit dem Wunsch erreicht, alle Wesen zu befreien. Nirwana ohne diesen Wunsch ist ein „niederes Nirwana.“
45. *„Die Lebensweise eines Bodhisattvas“, „Eintreten in den Mittleren Weg“ und „Der seltene Stapel“*: Dieses Handbuch für Bodhisattvas wurde vom buddhistischen Dichter-Philosophen Shantideva (695–743 n. Chr.) geschrieben. Der klassische Text über die korrekte Sichtweise von Meister Chandrakirti, dem berühmten indischen Philosophen des 7. Jahrhunderts, wird weiter unten mit dem dritten der Hauptpfade behandelt. In jedem Fall erscheinen die Vorteile des Wunsches nach Erleuchtung in den Eröffnungsversen. Der seltene Stapel ist ein separater Abschnitt des buddhistischen Kanons mit etwa 49 verschiedenen Sutras. Eines, das oft in Erklärungen des Wunsches nach Buddhaschaft zitiert wird, ist das *Kapitel des Lichtschutzes*; es enthält in jeder Hinsicht eloquente Beschreibungen der Vorteile des Wunsches, und der Abschnitt um f.237 ist hier besonders relevant.
46. *Wäre das Verdienst des Wunsches...* Zitat von f.352b dieser Lehre des Buddhas.
47. *Liebesblick*: Die göttliche Form des Buddhas, die all seine Barmherzigkeit repräsentiert. Die erwähnte Praxis kann von einem qualifizierten Lama gelernt werden.
48. *Kommentar zur gültigen Wahrnehmung*: Berühmte Abhandlung, die die Grundlage für das Studium formaler Logik in buddhistischen Klöstern bildet. Es wurde von Meister Dharmakirti (ca. 630 n. Chr.) verfasst, zur Erklärung des Kompendiums zur gültigen Wahrnehmung, geschrieben von Meister Dignaga (ca. 450 n. Chr.), dem großen Ahnherrn der buddhistischen Logiktraditionen. Die erwähnte Argumentation findet sich im zweiten Kapitel, dem „Beweis der Unfehlbarkeit“, ab Zeile 142 (ff.108b-109a).
49. *Das Zerstörungsritual usw.*: Wir haben die genannten irreführenden Texte nicht gefunden.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zwei

50. *Drei-Haufen-Sutra* usw.: Diese vier Lehren des Buddhas sind unter den Einträgen 39, 21, 33 und 10 aufgeführt.

51. Buddha-Dharma-Sangha Gebet: Ein traditionelles Gebet um Zuflucht zu nehmen und den Wunsch nach Erleuchtung zu entwickeln. Es lautet:

„Ich suche Zuflucht, bis ich Erleuchtung erlange,
In Buddha, Dharma und der höchsten Sangha.
Kraft der guten Dinge, die ich tue, durch das Geben und alles andere,
Möge ich ein Buddha werden, um allen Lebewesen helfen zu können.“

Der Buddha, das Dharma und die Sangha werden auch die drei seltenen Juwelen genannt. Sie heißen so, weil sie von höchstem Wert sind und selten zu finden sind – der Buddha, definiert als der ultimative Zufluchtsort, ein Wesen, das das höchste Gute für sich und andere erreicht hat; das Dharma, die Erkenntnisse oder das Ende unerwünschter Eigenschaften im Geist eines Menschen; und die Sangha, jedes Wesen, das die wahre Natur der Realität direkt erkannt hat.

52. *Stufen der Meditation*: Dieser Punkt wird von Lord Tsongkapa in seinen kürzeren *Stufen auf dem Pfad* auf den Seiten 89-92 und in seiner längeren Version auf den Seiten 191-202 behandelt. Mehrmals zitiert er hier die *Stufen der Meditation*, ein dreiteiliges Werk des buddhistischen Meisters Kamalashila aus dem 8. Jahrhundert. Kamalashila ist am bekanntesten für seine erfolgreiche Verteidigung der indischen buddhistischen Lehre der analytischen Meditation vor dem tibetischen König Trisong Detsen. Seine Gegner waren chinesische Mönche, die fälschlicherweise behaupteten, dass Meditation über gar nichts von Nutzen sei.

53. *Alle acht Ebenen*: Bezieht sich auf tiefere Formen der Meditation, die zu späteren Wiedergeburten in den acht Reichen der Form- und Formlosen Welten führen, die immer noch als leidvoll gelten.

54. *Die Weltlichen meditieren über Konzentration...* Dieser Vers findet sich auf den Seiten 44a-44b dieser berühmten Lehre des Buddhas. Das folgende Zitat ist der nächste Vers im Sutra, aus f.44b. Der Wortlaut der für uns verfügbaren Ausgabe ist leicht anders, aber die Intention bleibt gleich. Udraka war ein nicht-buddhistischer Weiser, der nach einer langen Periode der Meditation erwachte und in Wut geriet, weil Mäuse in der Zwischenzeit an seinen beeindruckenden Yogi-Haarknoten genagt hatten; wegen seiner Wut wurde er dann in die Hölle geboren.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zwei

55. *Es gibt keinen Weg zum Frieden...* Aus dem sechsten Kapitel von Meister Chandrakirtis Werk (f.205a). Kurz gesagt, die „zwei Wahrheiten“, die hier genannt werden, sind das, was üblicherweise als „trügerische Wahrheit“ und „ultimative Wahrheit“ bezeichnet wird. Beide sind gültig, und alle Objekte haben beides. Die Abhängigkeit der Objekte (insbesondere im Sinne der unten beschriebenen Konzepte und Namen) ist ihre konventionelle oder trügerische Wahrheit. Ihr Erscheinen ist „trügerisch“, weil sie im Geist normaler Menschen als etwas anderes erscheinen, als sie tatsächlich sind. Die „ultimative“ (hier als „wirkliche“ bezeichnete) Wahrheit der Objekte ist ihre Abwesenheit von Unabhängigkeit, und sie wird zuerst direkt im äußerst wichtigen meditativen Zustand des „Pfades des Sehens“ erkannt. Das direkte Erkennen dieser Wahrheit beendet sofort den Prozess, durch den wir leiden.
56. *Nagarjunas Schüler war Chandrakirti...* Die Zeilen stammen aus seinem Werk über die zwei Wahrheiten.
57. *„Detaillisten“ Schule:* So genannt, weil „sie ihr Studium ausschließlich dem klassischen Kommentar mit dem Titel *Detaillierte Auslegung* widmen oder weil sie die Bedeutung dieser Auslegung verstehen“ (der erste Dalai Lama).
58. *„Schriftgläubige“ Schule:* Der Name kommt angeblich daher, dass „diese Schule von Philosophen glaubt, dass die Schrift [z. B. Sutra] gültig ist, aber die Gültigkeit klassischer Kommentare wie der *Sieben Werke über Wissen*“ leugnet (ebd.).
59. *„Nur-Geist-“ Schule:* Der Name stammt von der Behauptung der Schule, dass „jedes existierende Objekt nichts anderes ist als Teil des Geistes“, obwohl diese allgemeine Beschreibung von der Schule weiter präzisiert wird.
60. *Gemacht aus jeder anderen „Substanz“:* Das bedeutet, dass es aus jeder anderen primären Ursache oder Latenz stammt.
61. *„Unabhängigkeits-Schule“ des Mittleren Weges:* Die Schule wird so genannt, weil ihre Anhänger einen Mittelweg vertreten, der das Extreme vermeidet, dass Dinge (von Natur aus) existieren, und das Extreme, dass Dinge nicht existieren können (wenn sie nicht von Natur aus existieren). Die „Unabhängigen“ sind ein Teil dieser Schule; sie glauben, dass man einen Menschen zur richtigen Ansicht führen muss, dass Dinge leer von natürlicher Existenz sind, indem man ein unabhängiges Objekt nimmt und es in allgemeineren Begriffen bespricht – anstatt vom falschen Standpunkt des Individuums auszugehen und die Absurdität zu zeigen, die dieser Standpunkt notwendigerweise impliziert. Diese Punkte werden von dem großen Changkya Rolpay Dorje erleuchtet, der angeblich eine frühere Inkarnation von Pabongka Rinpoche war, in seinem Werk *Vergleichende Systeme*.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zwei

62. *Unbeeinträchtigte Wahrnehmung*: Jede normale, „vernünftige“ Wahrnehmung – der Großteil unserer alltäglichen Wahrnehmungen; das Gegenteil wären die seltenen Fälle, in denen wir etwas falsch wahrnehmen, wie zum Beispiel ein sich bewegendes Blatt für ein kleines Tier halten, während wir ein Auto fahren, oder etwas Unwirkliches glauben, das wir unter dem Einfluss von Alkohol oder Drogen zu sehen glauben.
63. *„Implikations- Schule“ des Mittleren Weges*: So genannt aufgrund ihres Glaubens, dass eine Argumentation, die eine notwendige Absurdität im falschen Standpunkt eines Gegners aufzeigt, ausreichend ist, um in seinem Geist die richtige Ansicht über die Natur der Existenz zu erwecken.
64. *„Funktionalisten“ Gruppe*: Bezieht sich kollektiv auf die Detaillisten, Schriftgläubige und Nur-Geist- Schulen, da alle behaupten, dass funktionale Dinge wirklich existieren.
65. *Hier, was wir „Selbst“ nennen...* Zitat aus seinem Kommentar zu den *400 Versen* von Meister Aryadeva.
66. *Stufen des Pfades!* Der ursprüngliche Quelltext des Zitats wurde nicht gefunden. Pabongka Rinpoche's *Befreiung* nennt die drei Anweisungen zweimal, die Gomba Rinchen Lama zugeschrieben werden (Eintrag 47, ff.168a, 334a), der als Schüler von Lord Atisha gilt (siehe Lord Tsongkapas *Große Stufen*), und von Lord Drom Tonpa (*Blaue Annalen*, Eintrag 94, S.264). Geshe Dolpa, voller Name Marshurpa Rok Sherab Gyatso (1059–1131), war ein Schüler des großen Potowa und stellte die Lehren seines Mentors in einem berühmten Text der Seher-Tradition mit dem Titel *Das Blaue Buch* zusammen.
67. *Gib nicht auf...* Aus dem Kapitel über Anstrengung in Meister Shantidevas Klassiker. „Diejenigen, die diesen Weg gegangen sind“ bezieht sich auf die Buddhas.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Drei: Buddhistische Zuflucht, Teil Eins

Die folgenden Auszüge über die buddhistische Idee der „Zufluchtnahme“ stammen aus der Analyse der Perfektion von Weisheit, verfasst von Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568), einem berühmten Verfasser monastischer Lehrtexte aus dem tibetischen Kloster Sera Mey.

1

Die drei Ziele von Zuflucht

Hier ist der zweite Abschnitt, in dem wir unsere eigene Position darlegen.

Es gibt einen besonderen Grund, warum sich die Drei Juwelen als Zuflucht für Praktizierende aller drei Motivationen etabliert haben. In Bezug auf Zuflucht als Ursache nehmen Praktizierende aller drei Motivationen Zuflucht zu allen Drei Juwelen. Aber in Bezug auf Zuflucht als Ergebnis strebt die Gruppe der Zuhörer vor allem danach, den Zustand eines „Feindzerstörers“ zu erlangen.

Die selbstverwirklichten Buddhas streben hauptsächlich danach, die meditative Weisheit zu erlangen, in der sie in der Meditation in der Beendigung verweilen, ein Zustand, in dem alle Geistesgifte beseitigt wurden.

Jene auf dem Großen Weg streben hauptsächlich danach, das Buddha-Juwel zu erlangen, das ihnen erlaubt, das Rad des Dharmas in seiner Gesamtheit für Schüler aller drei Motivationen zu drehen. Das ist der Grund, warum sich die Drei Juwelen als Zuflucht für Praktizierende aller drei Motivationen etabliert haben.

2

Das Buddha-Juwel

Das Buddha-Juwel wird definiert als „jener ultimative Ort der Zuflucht, der die Bedürfnisse beider vollständig befriedigt hat“. Es gibt zwei Arten des Buddha-Juwels: das offensichtliche Buddha-Juwel und das ultimative Buddha-Juwel.

Dieses Buddha Juwel besitzt acht verschiedene, erlesene Eigenschaften, beginnend mit der Eigenschaft keine Ursache zu haben. Wie die *Höhere Schule* darlegt:

Dies ist der Eine, der Buddha:
Er ist ohne Ursache, er ist spontan,
Er ist durch keine andere Methode verwirklicht;
Er hat Erkenntnis und Liebe und Kraft;
Er hat beide Bedürfnisse befriedigt.

3

Das Dharma-Juwel

Das Dharma-Juwel ist definiert als „die erleuchtete Seite der Wahrheit, entweder im Sinne der Beendigung oder im Sinne des Pfades oder beides“. Begrifflich kann dieses Juwel in zwei Arten unterteilt werden: das ultimative Dharma-Juwel und das offensichtliche Dharma-Juwel.

4

Das Sangha-Juwel

Das Sangha-Juwel ist definiert als „verwirklichtes Wesen, das eine beliebige Anzahl der acht edlen Eigenschaften der Erkenntnis und Freiheit besitzt.“ Begrifflich kann dieses Juwel in zwei Arten unterteilt werden: das ultimative Sangha-Juwel und das offensichtliche Sangha-Juwel.

5

Ultimative Zuflucht

Ultimative Zuflucht ist definiert als „jede Form von Zuflucht, bei der die Reise auf dem Weg ihr endgültiges Ziel erreicht hat“.

6

Offensichtliche Zuflucht

Offensichtliche Zuflucht ist definiert als „jede Form von Zuflucht, bei der die Reise auf dem Weg ihr endgültiges Ziel noch nicht erreicht hat“.

7

Die Bedeutung der Zufluchtnahme

Zufluchtnahme ist definiert als „jede Bewegung des Geistes, die aus eigenem Antrieb heraus geschieht und aus der Hoffnung besteht, dass ein Objekt außerhalb von einem selbst in der Lage sein wird, Hilfe zu leisten.“

Begrifflich hat die Zufluchtnahme zwei Teile: die Zufluchtnahme in Worten, das Ausdrücken von Zuflucht; und die Zufluchtnahme in Gedanken, das Vertrauen in die Zuflucht. Ein Beispiel für das Erste sind die Worte, die man benutzt, wenn man Zuflucht nimmt.

Das Letztere ist von zweierlei Art: die gewöhnliche und die außergewöhnliche Zufluchtnahme. Die Definition der gewöhnlichen Art ist „jede Art von Bewegung des Geistes, die aus eigenem Antrieb heraus geschieht und aus der Hoffnung besteht, dass eine gewöhnliche Zufluchtnahme in der Lage sein wird, Hilfe zu leisten.“

Die Definition der außergewöhnlichen Art ist „jede Art von Bewegung des Geistes, die aus eigenem Antrieb heraus geschieht und aus der Hoffnung besteht, dass eines oder mehrere der Drei Juwelen in der Lage sein werden, Hilfe zu leisten.“

8

Die fünf Arten Zuflucht zu nehmen

Es gibt fünf verschiedene Arten, diese außergewöhnliche Zuflucht zu nehmen:
die Zufluchtnahme, die mit Praktizierenden der niedrigeren Motivation geteilt wird,
die Zufluchtnahme, die mit Praktizierenden der mittleren Motivation geteilt wird,
die Zufluchtnahme, die mit Praktizierenden der höchsten Motivation geteilt wird,
die Zuflucht als Ursache und
die Zuflucht als Ergebnis.

9

Zuflucht, die mit dem Kleinen Weg geteilt wird

Hier sind ihre jeweiligen Definitionen. Die erste Art der Zuflucht ist definiert als: „Du hast große Angst vor dem Leid der Geburt im Elend. Zudem bist du überzeugt, dass die Drei Juwelen in der Lage sind, dich vor diesem Leid zu schützen. Schließlich hast du einen aus eigenem Antrieb heraus entstehenden Gedanken: Es ist Hoffnung oder etwas Ähnliches, dass eines oder gleich mehrere der Drei Juwelen dir Hilfe leisten werden, um dich vor diesem Leid zu schützen.“

10

Zuflucht, die mit dem Mittleren Weg geteilt wird

Die zweite Art ist definiert als: „Du hast Angst vor jeglichem Leid im Kreislauf des Lebens. Zudem bist du überzeugt, dass die Drei Juwelen in der Lage sind, dich vor diesem Leid zu schützen. Schließlich hast du eine aus eigenem Antrieb entstehende Bewegung des Geistes: Es ist Hoffnung oder etwas ähnliches, dass eines oder gleich mehrere der Drei Juwelen dir Hilfe leisten werden, um dich vor diesem Leid zu schützen.“

11

Zuflucht, die mit dem Großen Weg geteilt wird

Die dritte Art ist definiert als: „Jede Art von Bewegung des Geistes, die aus eigenem Antrieb heraus geschieht und aus der Hoffnung besteht, dass eines oder gleich mehrere der Drei Juwelen Hilfe leisten werden, um jedes lebende Wesen vor dem Leid des Kreislaufes des Lebens zu schützen.“

12

Ursächliche Zuflucht

Die vierte Art ist definiert als: „Jede Art von Bewegung des Geistes, die aus eigenem Antrieb heraus geschieht und aus der Hoffnung besteht, dass eines oder gleich mehrere der Drei Juwelen Hilfe leisten werden, da eine andere Person diese bereits verwirklicht hat.“

13

Zuflucht ins Ergebnis

Die fünfte Art ist definiert als: „Jede Art von Bewegung des Geistes, die aus eigenem Antrieb heraus geschieht und aus der Hoffnung besteht, dass eines oder gleich mehrere der Drei Juwelen Hilfe leisten werden, da diese in einem selbst verwirklicht werden sollen.“

14

Warum wir Zuflucht nehmen

Es gibt einen ganz bestimmten Grund, Zuflucht in den Drei Juwelen zu nehmen. Ein weltlicher Grund ist, dass sie dir den allerhöchsten Schutz bieten können. Der ultimative Grund ist, den Zustand der Erleuchtung zu erlangen.

Zufluchtnahme dient zudem als Fundament für die verschiedenen Arten von Gelübden. Wenn man Zuflucht nimmt, verbindet man sich folglich mit „denjenigen im Inneren“: Du wirst zum Buddhisten. Diese Zufluchtnahme ermöglicht es, die Tür zu den Geburten im Elend zuzuschlagen. Diese und andere sind Gründe, um in den Drei Juwelen Zuflucht zu nehmen.

15

Die kurze Definition des Wunsches nach Erleuchtung

Dementsprechend können wir die Definition des Wunsches nach Erleuchtung verstehen als: „Der Wunsch, die vollständige Erleuchtung zum Wohle anderer zu erreichen.“

16

Die ganze Definition des Wunsches nach Erleuchtung

Hier ist der Abschnitt, in dem wir unsere Ansicht darlegen. Die Definition des Wunsches nach Erleuchtung des Großen Wegs ist wie folgt:

Erstens ist es das grundlegende, zum Großen Weg gehörende, geistige Bewusstsein, das sich darauf konzentriert, vollständige Erleuchtung zum Wohle der anderen zu erlangen. Es geht einher mit einem anderen Geisteszustand: dem Streben, vollständige Erleuchtung zu erlangen.

Zweitens ist es ein zum Großen Weg gehörendes Wissen, das gewissermaßen als Tür zum Betreten des Großen Wegs dient, und das auf die Seite der Aktivitäten in der allgemeinen Unterscheidung zwischen „Haltung“ und „Aktivität“ gehört.

17

Die Differenzierung des Wunsches

Hier kommt nun eine Differenzierung des Wunsches: Begrifflich kann der Wunsch in den offenkundigen und den ultimativen Wunsch nach Erleuchtung unterteilt werden. Vom Wesen her kann der Wunsch in Gebet und in aktives Bemühen unterteilt werden. In Bezug auf seinen Inhalt kann er in vier Arten unterteilt werden, beginnend mit dem „Wunsch, der aus Glauben erwächst“. Im Bezug darauf, wie der Wunsch entwickelt werden kann, gibt es drei Arten, beginnend mit dem „Wunsch des Königs“.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Vier: Buddhistische Zuflucht, Teil Zwei

Die folgenden Auszüge über die buddhistische Idee der „Zufluchtnahme“ stammen aus der Analyse der Perfektion von Weisheit, verfasst von Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568), einem berühmten Verfasser monastischer Lehrtexte aus dem tibetischen Kloster Sera Mey.

18

Definition von Nirwana

Hier ist als Zweites der Abschnitt, in dem wir unsere Ansicht darstellen. Die Definition von Nirwana ist „eine Beendigung, die durch individuelle Analyse entsteht und aus der Beseitigung der Geistesgifte in ihrer Gesamtheit besteht.“

19

Arten von Nirwana

Vom Namen her kann Nirwana in die folgenden vier Arten unterteilt werden: natürliches Nirwana, Nirwana mit Überbleibseln, Nirwana ohne Überbleibsel und Nirwana ohne Verweilen.

20

Natürliches Nirwana

Die folgenden Namen bezeichnen alle dasselbe: natürliches Nirwana, natürliche Mutter, natürliche Perfektion der Weisheit, natürlicher Dharma-Körper und ultimative Wahrheit.

21

Nirwana mit Überbleibseln

Die Definition von Nirwana mit Überbleibseln ist: „Eine Beendigung, die durch individuelle Analyse und aus der Beseitigung aller Geistesgifte in ihrer Gesamtheit entsteht, bei der man jedoch noch immer die leidvollen Anhäufungen aus seinen vergangenen Taten und schlechten Gedanken besitzt.“ Ein klassisches Beispiel hierfür wäre das Nirwana im Bewusstseinskontinuum eines Zuhörers, der ein Feindzerstörer ist, jedoch die angenommenen Anhäufungen noch nicht abgelegt hat.

22

Nirwana ohne Überbleibsel

Die Definition von Nirwana ohne Überbleibsel ist: „Eine Beendigung, die durch individuelle Analyse und aus der Beseitigung aller Geistesgifte in ihrer Gesamtheit entsteht, bei der man keine leidvollen Anhäufungen aus vergangenen Taten und schlechten Gedanken mehr hat.“ Ein klassisches Beispiel hierfür wäre das Nirwana im Bewusstseinskontinuum eines Zuhörers, der ein Feindzerstörer ist und die angenommenen Anhäufungen abgelegt hat.

23

Nirwana ohne Verweilen

Die Definition von Nirwana ohne Verweilen ist: „Eine Beendigung, die durch individuelle Analyse entsteht und aus der Beseitigung beider Arten von Hindernissen in ihrer Gesamtheit besteht.“ Ein klassisches Beispiel hierfür wäre die wahre Beendigung im Bewusstseinskontinuum eines erleuchteten Wesens, eines Buddha.

24

Wie man Nirwana erreicht

Das Nirwana, das wir hier beschreiben, ist nicht etwas, das durch Anwendung irgendeiner Methode erreicht werden kann. Es muss vielmehr dadurch erlangt werden, dass man sich in der Weisheit übt, die erkennt, dass nichts eine Natur aus sich selbst heraus besitzt. Diese Weisheit muss unter dem Einfluss der beiden ersten Übungen erlangt werden und somit gewöhnt man sich das an, was man schon zu erkennen in der Lage war.

Dies wird auch in *König der Konzentration* besprochen:

Angenommen, du wärest in der Lage, jene Dinge zu u analysieren,
Die kein Selbst haben, eines nach dem Anderen.
Und anschließend gewöhnst du dich
An das, was du für dich analysiert hast.

Dies ist dann, was dich befähigt,
Deine Freiheit zu erlangen: Nirwana jenseits allen Leids.
Nichts Anderes
Kann dir diesen Frieden bringen.

25

Wovon Leerheit leer ist

Der erste Teil dieser Erläuterung besteht wiederum aus zwei Abschnitten: die Darlegung, warum wir identifizieren müssen, was wir verneinen, und dann die eigentliche Identifizierung dieses Objektes. Bevor eine Person in ihrem Geist die korrekte, die Leerheit erfassende, Weltsicht entwickeln kann, muss sie zuvor das endgültige Objekt identifizieren, das verneinen wird, mit einer Begründung, die auf dem Ultimativen basiert. Wie *Die Anleitung für die Lebensweise eines Bodhisattvas* 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.

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 und physikalischen Formen usw. 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 all diese physikalischen Formen und dergleichen irreführend existieren.

26

Täuschende Realität

Der zweite Teil der Diskussion darüber, wie Dinge auf irreführende Art existieren, besteht aus Erklärungen der unterschiedlichen Texte, die sich darauf beziehen. Zuerst werden wir kurz auf diese Texte eingehen, anschließend sprechen wir darüber, wie die beiden Wahrheiten begründet werden. Dieser zweite Schritt schließt auch eine lehrreiche Metapher ein. Hier nun die kurze Betrachtung der Texte.

Es gibt einen bestimmten Grund, warum wir sagen, dass all diese Phänomene – die physische Form und alles andere – trügerisch existieren. Sie werden auf diese Weise beschrieben, weil ihre Existenz durch einen trügerischen Geisteszustand festgestellt wird – einen, der nicht von einem vorübergehenden Faktor beeinflusst wird, der ihn in die Irre führen würde.

27

Die magische Show

Es gibt eine lehrreiche Metapher, die wir nutzen können, um zu beschreiben, wie physikalische Form und alle ähnlichen Phänomene von unserer Seite als existierend erschaffen werden. Nämlich 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 Art, existieren.

Nehmen wir an, ein Zauberer verwandelt ein kleines Stück Holz in ein Pferd oder eine Kuh. Dass der Zuschauer das Stück Holz als ein Pferd oder eine Kuh wahrnimmt, ist durch die Kraft seines Geistes hervorgerufen, seine Augen stehen unter dem Einfluss des Zauberspruchs. Und doch erscheint das Stück Holz aus sich selbst heraus ebenfalls auf diese Art und Weise. Beide Bedingungen müssen gegeben sein.

Es gibt einen Grund, warum die erste Bedingung gegeben sein muss: die Bedingung, dass der Zuschauer die Existenz feststellt. Dies geschieht durch die Kraft seines Geistes unter dem Einfluss des Zauberspruchs. Wäre diese Bedingung nicht erforderlich, müsste auch ein Zuschauer, der nicht unter dem Einfluss des Zauberspruchs steht, das Stück Holz als Tier sehen. Dies ist jedoch nicht so.

Gleichzeitig muss die zweite Bedingung gegeben sein: die Bedingung, dass das Stück Holz aus sich selbst heraus als ein Pferd oder eine Kuh erscheint. Wäre diese Bedingung nicht erforderlich, dann müsste das Stück Holz auch an Orten als ein Pferd oder eine Kuh auftauchen, an denen sich kein Stück Holz befindet. Dies ist jedoch nicht so.

Auf dieselbe Weise werden physische Erscheinungen durch die Kraft eines nicht beeinträchtigten Geisteszustandes festgelegt. Sie werden mit einem unbeeinträchtigten Geisteszustand mit Bezeichnungen versehen und die Bezeichnung stimmt überein mit dem, was sie sind.

Dennoch existieren sie nicht aus sich selbst heraus, auf ihre einzigartige Art zu sein, ohne, dass ihre Existenz durch die Tatsache, dass sie einem nicht beeinträchtigten Geisteszustand erscheinen, festgelegt wird. Wenn sie auf diese Art und Weise existieren würden, dann wäre das die ultimative Art und Weise, wie Dinge existieren. Und wenn das so wäre, dann müssten sie direkt von einem Geisteszustand erfasst werden, der sich nicht irrt, durch die Weisheit eines verwirklichten Wesens, das kein Buddha ist, und das in einem hoch entwickelten meditativen Zustand direkt erfasst, wie die Dinge sind. Tatsächlich werden sie jedoch nicht durch eine solche Weisheit erfasst.

Nehmen wir an, ein Zauberer verwandelt ein kleines Stück Holz in ein Pferd oder eine Kuh. Zuschauer, deren Augen unter dem Einfluss des Zauberspruchs stehen, sehen das Stück Holz als Pferd oder Kuh und glauben auch, dass es wirklich ein Pferd oder eine Kuh ist. Der Zauberer sieht zwar ein Pferd oder eine Kuh, aber er glaubt nicht, dass es wirklich ein Pferd oder eine Kuh ist. Ein Zuschauer, der später dazukommt und nicht unter dem Einfluss des Zauberspruchs steht, sieht das Stück Holz nicht als Pferd oder als Kuh und glaubt auch nicht, dass es ein Pferd oder eine Kuh ist.

Es existieren drei mögliche Kombinationen von Sehen und Glauben bei physischen Erscheinungen und dergleichen. Die Art von Menschen, die wir als „normale“ Menschen bezeichnen, und jene, die keine direkte Erfahrung der Leerheit hatten, sehen und glauben gleichermaßen, dass Objekte wirklich existieren. Bodhisattvas, die sich auf einer der reinen Stufen befinden, sehen Objekte 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, in dem sie direkt erfahren, wie Dinge wirklich sind, sehen weder diese Objekte als wirklich existierend, noch glauben sie daran, dass sie wirklich existieren.

28

Der Unterschied zwischen den zwei Gruppen des Mittleren Weges

Die Implikations- und die Unabhängigkeits-Schule des Mittleren Weges sind sich einig in der Feststellung, dass die wahre Existenz, die pure Existenz, die Nur-Existenz, die ultimative Existenz, und die Vorstellung, dass Dinge auf diese Art existieren könnten, allesamt Objekte sind, die wir verneinen mit einer Begründung, die auf dem Ultimativen basiert.

Die Unabhängigen-Schule stimmt jedoch nicht zu, dass die Existenz aus sich selbst heraus, die Existenz von Natur aus, die Existenz in Substanz, die Existenz per Definition, und die Vorstellung, dass Dinge so existieren können, ebenfalls Objekte sind, die wir verneinen. Ihre Begründung dafür basiert auf dem Ultimativen. Sie sagen vielmehr, dass alles, was existiert, auf diese Weise existieren muss, mit Ausnahme der Existenz in Substanz. (Allerdings gibt es offene Fragen zu den nominellen Dingen.) Sie behaupten, dass jedes funktionale Ding, das existiert, in Substanz existieren muss.

Weder die Implikations- noch die Unabhängigen-Schule des Mittleren Weges behauptet, dass die Existenz, wie die Dinge sind, die Existenz als ultimative Wahrheit oder die Existenz als wahre Natur der Dinge das finale Objekt sind, das wir verneinen. Ihre Begründung, die auf dem Ultimativen basiert, ist folgende: wenn etwas ultimative Wahrheit ist, existiert es immer auf all diese drei Weisen.

29

Der Beweis von Leerheit von einem oder vielen

Als Zweites legen wir hier nun unseren Standpunkt dar.

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

Sie existieren nicht wirklich.

Denn sie existieren weder als eines noch als viele.

Sie sind wie die Reflektion einer Gestalt in einem Spiegel.

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

Das Selbst und alles andere
Sind frei davon, rein eines
Oder rein viele zu sein.
Und so haben sie keine Selbstnatur:
Sie sind wie eine Reflektion.

Vergegenwärtige dir diese gleichen Dinge.

Sie existieren nicht als ein Ding, das wirklich existiert.

Denn sie sind Dinge, die aus Teilen bestehen.

Das eine setzt stets das andere voraus, denn wenn etwas als ein Ding, das wirklich existiert, existieren würde, dann könnte es niemals ein Ding sein, das auf eine Art erscheint, doch tatsächlich auf eine andere Art existiert.

Sie existieren nicht als viele Dinge, die wirklich existieren, weil sie nicht als ein Ding existieren, das wirklich existiert. Das eine setzt stets das andere voraus, denn viele Dinge entstehen durch das Zusammenbringen einer Gruppe von Dingen, die eines sind.

Die Schlussfolgerung der ursprünglichen Aussage ist wahr, denn wenn etwas wirklich existieren würde, müsste es entweder als ein Ding, das wirklich existiert, existieren, oder als viele Dinge, die wirklich existieren. Dies ist immer der Fall, denn wenn etwas existiert, muss es entweder als eins oder als viele existieren.

30

Der Beweis von Leerheit mit einem Diamantsplitter

Hier ist der „Diamantsplitter“-Beweis, der verneint, dass Dinge ursächlich entstehen können:

Vergegenwärtige dir alle inneren und äußeren Dinge, die eine Funktion haben.

Sie entstehen nicht ultimativ,

Denn sie entstehen nicht aus sich selbst heraus, und sie entstehen nicht ultimativ aus etwas Anderem als aus sich selbst, und sie entstehen nicht aus beidem, und sie entstehen nicht ohne Ursache.

Diese Dinge entstehen nicht aus sich selbst heraus, denn sie entstehen nicht aus einer Ursache, die, wenn etwas die Ursache wäre, das Ding sein müsste, das sie verursacht hat.

Sie entstehen ultimativ nicht aus etwas Anderem als aus sich selbst, denn sie entstehen weder ultimativ aus einer Ursache, die nicht sie selbst und unveränderlich ist, noch entstehen sie ultimativ aus einer Ursache, die nicht sie selbst und veränderlich ist.

Sie entstehen nicht ultimativ aus beiden, denn sie entstehen nicht ultimativ aus einem der beiden.

Sie entstehen nicht ohne eine Ursache, denn das wäre vollkommen absurd.

Die Schlussfolgerung der ursprünglichen Aussage ist wahr, denn wenn etwas ultimativ entstehen würde, müsste es ultimativ durch eine der vier genannten Möglichkeiten entstehen.

31

Das Verneinen das Dinge entstehen könnten

Hier ist die Beweisführung, genannt „Das Verneinen, dass Dinge, die existieren oder nicht existieren, entstehen könnten“, die wir nutzen, um zu verneinen, dass Dinge aus Ergebnissen entstehen:

Vergegenwärtige dir Ergebnisse.

Sie entstehen nicht ultimativ,

Denn Ergebnisse, die zum Zeitpunkt ihrer Ursache existieren, entstehen nicht ultimativ. Und Ergebnisse, die zum Zeitpunkt ihrer Ursache nicht existieren, entstehen nicht ultimativ. Und

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Vier

Ergebnisse, die zum Zeitpunkt ihrer Ursache sowohl existieren, als auch nicht existieren, entstehen nicht ultimativ. Und Ergebnisse, die zum Zeitpunkt ihrer Ursache weder existieren noch nicht existieren, entstehen nicht ultimativ.

Die Schlussfolgerung wird in der gleichen Weise bewiesen wie oben.

32

Das Verneinen der vier Möglichkeiten

Hier ist die als „das Verneinen, dass Dinge durch eine der vier Möglichkeiten entstehen könnten“ bekannte Beweisführung, die wir nutzen, um zu verneinen, dass Dinge von beiden, Ursache und Ergebnis, kommen können:

Vergegenwärtige dir die funktionalen Dinge aus Ursachen und Ergebnissen.

Sie entstehen nicht ultimativ.

Denn vielfache Ergebnisse vielfacher Ursachen entstehen nicht ultimativ, und einzelne Ergebnisse vielfacher Ursachen entstehen nicht ultimativ, und vielfache Ergebnisse einzelner Ursachen entstehen nicht ultimativ, und einzelne Ergebnisse einzelner Ursachen entstehen nicht ultimativ.

33

Der König der Beweise von Leerheit

[Aus dem *Überblick*:] Hier werden wir die fünfte Art der Beweisführung erklären, die auf Wechselwirkung basiert und „Königsargument“ genannt wird. Zuerst stellen wir die Beweisführung vor und belegen dann als Zweites die Gültigkeit ihrer Elemente.

Vergegenwärtige dir alle inneren und äußeren Dinge, die eine Funktion ausüben.

Sie sind nicht real.

Denn sie sind voneinander abhängig.

Der Beweis kann auch wie folgt geführt werden:

Vergegenwärtige dir alle inneren und äußeren Dinge, die eine Funktion ausüben. Sie entstehen nicht wirklich.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Vier

Denn sie entstehen in Abhängigkeit von anderen Dingen, die als ihre Ursachen und Bedingungen wirken.

Unabhängig davon, wie der Beweis geführt wird, sollte der folgende Teil am Ende hinzugefügt werden:

Sie sind zum Beispiel wie die Reflektion einer Gestalt in einem Spiegel.

34

Wer ist Maitreya

So argumentieren die anderen: Sie sagen: „Es ist nicht richtig, die Eröffnungszeilen [des *Juwels der Erkenntnisse*], in denen Lob dargebracht wird, auf ein Bedürfnis des Autors zu beziehen. Denn Maitreya befindet sich nicht in einem Geisteszustand, in dem er danach strebt, seine Bedürfnisse zu befriedigen, und weil diese Zeilen hier nur als Mittel verwendet werden, um andere Menschen, außer dem Autor, zu veranlassen, dem Werk zu folgen.“

Hier folgt nun unsere Ansicht. Das zuvor verwendete Argument ist nicht richtig, denn es zeigt nur, dass die Person, die es dargelegt hat, die wichtigsten Schriften des Großen Weges nicht in aller Ausführlichkeit studiert und betrachtet hat. Wie können wir dies behaupten? Fragen wir uns zunächst Folgendes: Wird das Argument unter der Annahme vorgebracht, dass der Heilige [Maitreya] ein Buddha ist oder unter der Annahme, dass er ein Bodhisattva ist?

Angenommen, wir treffen die erste Annahme. Wenn wir das tun, dann machen wir den Fehler nicht zu unterscheiden, in welchem Kontext wir uns befinden: dem Pfad der offenen Lehren, dem Pfad der Perfektion, der geteilt wird oder dem Pfad des geheimen Worts, der nicht geteilt wird.

Die Lehre des geheimen Pfades besagt, dass der Heilige Maitreya ein Buddha ist. Dies ist wahr, denn – laut dem geheimen Pfad – ist Manjushri ein Buddha, und die Gründe, warum er es ist, gelten in jeder Beziehung gleichermaßen für Maitreya.

35

Warum es Tantra gibt

Es ist richtig, wenn wir sagen, dass der Pfad der Perfektionen der „geteilte“ Pfad ist, und der Pfad des geheimen Worts der Pfad, der „nicht geteilt“ wird. Der Grund dafür ist, dass diese Beschreibung in vielen maßgeblichen Werken gefunden werden kann. So sprechen zum Beispiel die *Stufen auf dem Pfad zur Buddhaschaft* davon, „wie man sich in dem geteilten Pfad übt, dem Pfad der Perfektionen, und wie man sich in dem nicht geteilten Pfad übt, dem Pfad des geheimen Worts.“ In der *Kurzbeschreibung der Stufen* lesen wir:

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Vier

Deshalb ist der Pfad, der geteilt wird,
Jener, der für beide Zustände
Erforderlich ist, sowohl dem Zustand der Ursache
Als auch dem Zustand des Ergebnisses,
In der Höheren Schule,
Der höchste Pfad.

In einer anderen Beschreibung werden der „Pfad für gewöhnliche Schüler“ und der „Pfad für einzigartige Schüler“ erwähnt. Ganz offensichtlich haben diese Ausdrücke [die den gleichen tibetischen Begriff benutzen], dieselbe Bedeutung wie „geteilt“ und „nicht geteilt“ weiter oben.

Jemand könnte behaupten, dass „im Kontext des Pfades der Perfektionen der Pfad des geheimen Worts nicht akzeptiert wird.“ Dies ist jedoch nicht richtig, da der *Kurzkommentar* einen Abschnitt beinhaltet, in dem gesagt wird, dass die Darstellung der Körper eines Buddha als aus genau vier Körpern bestehend nicht widersprüchlich ist zum Pfad des geheimen Worts. Der Abschnitt lautet: „Noch steht dies im Widerspruch mit dem anderen Teil der Lehren.“

Es gibt auch andere Gründe, die beweisen, dass es einen Pfad des geheimen Worts gibt. Es wird autoritativ dargelegt, dass die im *Tantra von Garuda* beschriebene Fähigkeit zu fliegen und weitere wundersame Fähigkeiten durch die Kraft des Wesens, das das Tantra *gesprochen* hat, bewirkt wurden. Dies ist wahr, weil der *Kommentar zur gültigen Wahrnehmung* konstatiert:

Es gibt jene, die mit
Tantra vertraut sind und bei Bedarf,
Das geheime Wort erfolgreich anwenden können.
Sie sind der Beweis.
Es ist hauptsächlich die Kraft
Desjenigen, der es gelehrt hat,
Und das Befolgen seiner Anweisungen.

Alle anderen Punkte, die andere Menschen hier anbringen, kann ich persönlich nicht akzeptieren.

36

Maitreya als ein Bodhisattva

Die obige Argumentation belegt also, dass Maitreya, der Autor des *Ornaments*, ein Bodhisattva ist, der noch ein Leben benötigt. Dies ist wahr, da die *Mutter* eine Zeile enthält, die besagt: „Geh und frage Maitreya. Er ist ein Bodhisattva, der noch ein Leben zu leben hat.“ Zudem konstatieren die *Höheren Verse*, dass Maitreya sie verfasst hat, um die Worte des Fähigen zu nutzen, so dass er sich von den Hindernissen zur Allwissenheit befreien kann.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Fünf: Angewandte Meditation, Teil Eins

Die folgenden Auszüge stammen aus dem Großen Buch über die Stufen auf dem Pfad (Lam-rim chen-mo), geschrieben von Je Tsongkapa (1357–1419). Dieser Teil seines Werkes ist ein Kommentar zu einem bekannten Gebet namens Der König aller Gebete, das Gebet des Verwirklichten, Taten aller Güte. Ebenfalls enthalten ist ein besonderes Gebet an Je Tsongkapa mit dem Titel Tausend Engel des Himmels der Glückseligkeit.

1

Die sechs Vorbereitungen für die Meditation

Aus dem *Großen Buch über die Stufen auf dem Pfad* von Je Tsongkapa:

Hier beginnen wir mit einer kurzen Darstellung, wie die Stufen auf dem Pfad zur Buddhaschaft zu praktizieren sind. Zuerst werden wir sie darlegen, dann widerlegen wir eine Reihe von fehlerhaften Vorstellungen über die Stufen. Die Darstellung ist in zwei Abschnitte unterteilt: Der erste beschäftigt sich damit, wie man in der Meditation vorgehen sollte. Er beginnt mit den sechs Vorbereitungen für die Meditation.

2

Einen heiligen Platz schaffen

[1] An dieser Stelle folgen wir der Beschreibung, wie Serlingpa praktizierte. Die erste Vorbereitung für die Meditation ist das Putzen und Aufräumen des Zimmers. Danach errichte einen schönen Altar mit Darstellungen von Körper, Rede und Geist des Buddhas.

3

Darbringungen darreichen

[2] Die zweite Vorbereitung besteht darin, Darbringungen zu besorgen. Achte darauf, dass sie ehrlich erworben sind, und richte sie schön auf dem Altar an.

4
Sitzen

[3] Als nächstes empfiehlt das Werk *Ebenen der Zuhörer* [von Meister Asanga] bei der Praxis des Reinigens des Geistes von Schläfrigkeit und Verwirrung die Gedanken „aufeinander zu pressen“. Es rät auch, beim Umgang mit anderen Hindernissen, wie der Anziehung zu Sinnesobjekten, im vollen Lotussitz und etwas erhöht zu sitzen. Daher ist die dritte Vorbereitung, sich auf ein bequemes Kissen zu setzen und die Beine in den vollen Lotussitz zu bringen (der halbe Lotussitz ist ebenfalls möglich). In dieser Position konzentriere deinen Geist auf die Gedanken der Zuflucht und den Wunsch nach Erleuchtung.

5
Den Garten visualisieren

[4] Die vierte Vorbereitung ist die Visualisierung des Gartens zum Ansammeln der Kraft des Guten. Stelle dir sowohl die Lamas der weitreichenden Linie als auch die Linie der tiefen Weltansicht vor. Bei ihnen befindet sich eine unvorstellbar große Zahl von Buddhas, Bodhisattvas, Zuhörern, selbstverwirklichten Buddhas und Beschützern des Dharmas.

6
Die Sieben Zutaten

[5] Es ist sehr schwierig, den Pfad im Geist wachsen zu lassen, wenn du nur die unterschiedlichen Hauptursachen praktizierst. Damit der Pfad wächst, sind auch die unterstützenden Ursachen erforderlich: Du musst die unterschiedlichen Faktoren, die für den Pfad förderlich sind, ansammeln. Und du musst die Hindernisse, die dem Pfad entgegenstehen, bereinigen. Hierzu muss der Geist in den sieben Bestandteilen geübt werden, die in sich alle wichtigen Punkte zum Sammeln des Guten und zum Bereinigen von Hindernissen enthalten.

7
Niederwerfung

[a] Der erste Bestandteil ist die Niederwerfung. Es gibt eine Art der Niederwerfung, die alle drei Formen des Ausdrucks vereint. Zu finden ist sie im Vers [aus *König aller Gebete, Gebet des Verwirklichten, Alle guten Taten*] mit den Worten „Wer auch immer sie sind, so viele sie sein mögen.“ [Der vollständige Vers lautet:

Ich verbeuge mich, in Reinheit
Von Körper, Rede und Geist,
Vor all jenen Löwen der Lebenden,
Wer auch immer sie sind,
So viele sie sein mögen,
Vor jenen, die vorangegangen sind,
In der Vergangenheit,
In der Gegenwart oder in der Zukunft,
Auf allen Planeten
In den zehn Richtungen des Raums.]

Hier sprechen wir nicht von einem Buddha auf einem bestimmten Planeten in einer bestimmten Richtung des Raums, ebenso wenig sprechen wir von einem Buddha einer spezifischen Zeit. Die Niederwerfungen richten sich vielmehr an alle siegreichen Buddhas, die in allen zehn Richtungen des Raums leben – jene, die bereits dagewesen sind, jene, die in der Zukunft kommen werden, und jene, die jetzt hier sind. Mache deine Niederwerfung nicht nur, weil jeder sie macht. Mache sie aus tiefstem Respekt, aus tiefstem Herzen.

Hierzu schreibt Meister Yeshe De in seinem Kommentar: „Die gute Tat, die wir mit der Niederwerfung vor einem einzigen Buddha tun, ist unermesslich groß. Um wie viel größer ist sie also, wenn wir uns unendlich viele Buddhas vorstellen und uns vor ihnen niederwerfen.“

8
Darbringungen

[b] Dies bringt uns zum zweiten Bestandteil: der Darbringung. Die Darbringung, die etwas Höheres enthält, ist in den beiden Versen mit den Worten „heilige Blumen“ zu finden. [Die vollständigen Verse lauten:

Ich reiche meine Darbringungen
All diesen
Siegreichen dar:
Heilige Blumen, heilige Girlanden,
Zimbeln und Balsam,
Den heiligen Parasol,
Das heilige Licht,
Und heiliges Räucherwerk.

Ich reiche meine Darbringungen
All diesen
Siegreichen dar:
Heilige kostbare Gewänder,
Heilige Düfte,
Und Berge von Räucherwerk,
So hoch wie Meru.
Alles schöner dargebracht
Als jegliches andere Ding.]

Die Worte „heilige Blumen“ beziehen sich auf die allerschönsten Blumen im Reich der Vergnügungswesen und im Reich der Menschen. Hier stehen sie für einzelne Blumen. „Girlanden“ sind aus vielen Blumen zusammengebunden. Sie können aus echten Blumen oder aus anderen Dingen gefertigt sein.

Das Wort „Zimbeln“ steht für alle Arten von Musik, ganz gleich ob auf einem Saiten-, Blas- oder Schlaginstrument wie Trommel oder Zimbel. „Balsam“ steht für wunderbar nach Weihrauch duftende Öle. Der „heilige Parasol“ steht für den feinsten aller parasolgleichen Schattenspenden. Das „heilige Licht“ brennt mit einer duftenden Mischung aus Weihrauch und Butter und leuchtet hell mit einem Licht, das funkelt wie ein kostbarer Edelstein. Das Räucherwerk kann sowohl eine Mischung unterschiedlicher wohlriechender Düfte als auch ein einzelner Duft sein.

„Heilige kostbare Gewänder“ bezieht sich auf die kostbarste Kleidung. „Heiliger Duft“ steht für eine parfümierte Flüssigkeit, die als Wasser-Opfergabe dargebracht wird. Sie besteht aus Wasser oder ähnlichem mit einem herrlichen Duftzusatz, der so stark ist, dass er sich über ein ganzes System von tausendmal tausend Planeten verbreiten kann. „Räucherwerk“ gibt es in Pulverform, das man verteilt oder in ein Feuer wirft, um duftenden Rauch zu erzeugen. Es wird als Päckchen ausgelegt oder in Linien gestreut wie gefärbter Sand in einem Mandala, so hoch und so weit wie Meru, der große Berg in der Mitte der Welt.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Fünf

Der Ausdruck „dargebracht“ bezieht sich auf alle Opfergaben. Das ursprüngliche Sanskrit-Wort kann sowohl „Mehrheit“ als auch „darbringen“ oder „verschiedene“ bedeuten.

Die andere Art der Darbringung ist die, die nichts Höheres enthält. Sie findet sich in dem Vers mit den Worten „Jede einzelne Darbringung“. [Der vollständige Vers lautet:

Ich sehe auch
Jede einzelne Darbringung,
Unübertroffen, fern und nah,
Dargebracht allen Siegreichen.
Durch die Kraft meines Glaubens
Möge ich mich in guten Taten
Wahrhaftig niederwerfen und allen
Siegreichen Opfergaben darbringen.]

Darbringungen, die „etwas Höheres enthalten“, sind die der weltlichen Wesen. Daher bestehen die Darbringungen in diesen Versen aus all den vielen wunderbaren Dingen, die sehr mächtige Wesen wie Bodhisattvas mit ihrem Geist aussenden können.

Die Worte der zweiten Hälfte dieser Verse sollten in den vorangegangenen Versen angewandt werden, wo die Absicht nicht direkt angegeben wird. Sie drücken dann sowohl die Motivation aus, mit der Niederwerfung und Darbringung erfolgen, als auch das Objekt, an das sie gerichtet sind.

9

Bekentnis

[c] Der dritte Bestandteil ist das Eingeständnis, zu finden im Vers mit den Worten „Begehren und Ablehnung“. [Der vollständige Vers lautet:

Ich bekenne mich nacheinander,
Zu jeder und allen schlechten Taten,
Die ich vielleicht begangen habe,
In Taten oder Worten
Und auch in Gedanken,
Getrieben durch Begehren oder
Ablehnung, oder tiefste Unwissenheit.]

Dies bezieht sich auf all das, was durch die drei Geistesgifte verursacht wurde, ausgeführt durch Körper, Sprache oder Gedanken. Dinge, die entweder von einem selbst oder durch einen Dritten, den man dazu aufgefordert hat, begangen wurden, oder die von einem Dritten begangen wurden und man froh war, dass dieser Jemand es getan hat. Die Worte „aller schlechten Taten, die ich vielleicht begangen habe“ schließen alle diese Elemente ein.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Fünf

Versuche, dir alle Probleme vorzustellen, die dir diese Taten bringen werden, bedauere die Taten, die du in der Vergangenheit getan hast, und verpflichte dich, sie in der Zukunft zu unterlassen. Dann machst du dein Eingeständnis. Dadurch wird zukünftiges Leid bereits vor dem Entstehen verhindert.

10
Sich freuen

[d] Die vierte Zutat ist die Freude. Sie findet sich im Vers mit den Worten „Siegreiche in allen zehn Richtungen.“ [Der vollständige Vers lautet:

Ich erfreue mich
An jeder einzelnen
Guten Tat, die jemals begangen wurde
Von Wesen in allen zehn Richtungen:
Von allen Siegreichen,
Von all ihren Söhnen und Töchtern,
Von den Selbstverwirklichten,
Von jenen auf den Pfaden des Lernens,
Von jenen auf den Pfaden jenseits des Lernens,
Von jeglichen Wesen.]

Stelle dir das unermesslich Gute der vortrefflichen Taten dieser fünf unterschiedlichen heiligen Wesen vor und empfinde große Freude, wie ein Bettler, der auf eine Goldmine gestoßen ist.

11
Um Lehren bitten

[e] Der fünfte Bestandteil ist die Bitte an die heiligen Wesen, das Rad des Dharmas zu drehen. Dies ist in dem Vers mit den Worten „diejenigen in allen zehn Richtungen“ zu finden. [Der vollständige Vers lautet:

Lichter, die
Jede Welt
In allen zehn Richtungen
Des Raumes erleuchten.
Ihr, die ihr alle Stufen
Zur Buddhaschaft gegangen
Seid und so den Zustand
Jenseits des Begehrens erreicht habt,
Die Erleuchtung eines Buddhas.
Ihr Retter, ich flehe euch alle an,
Dreht das Rad des Dharmas.
Nichts ist wertvoller.]

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Fünf

Dieser Vers richtet sich an alle, die in den Paradiesen aller zehn Richtungen des Raums vor kurzem Buddhaschaft erreicht haben, perfekte Erleuchtung eines Buddhas. Jene, die den Zustand jenseits des Begehrens erreicht haben, ein Wissen, das überall hinreicht, unaufhaltsam. Wir flehen sie an, eine große Anzahl an Körpern auszusenden, um das Dharma zu lehren.

Der Kommentar von Meister Yeshe De gibt den Haupttext hier als „die Buddhaschaft in perfekter Erleuchtung eines Buddhas erreicht haben“ wieder [anstatt „diejenigen, die jede der Stufen zur Buddhaschaft gegangen sind“ und ich tue es ihm nach.]

12

Die Bitte zu bleiben

[f] Der sechste Bestandteil ist das Bittgebet, zu finden im Vers mit den Worten „vorgeben, ins Nirwana einzutreten.“ [Der vollständige Vers lautet:

Ich falte meine Hände vor meiner Brust,
Und richte dieses Bittgebet
An alle, die vielleicht beabsichtigen,
Vorzugeben, ins Nirwana einzutreten:
Bleibt, ich bitte euch, helft allen Wesen
Und bringt ihnen Glückseligkeit.
Bleibt so viele Zeitalter
Wie Atome in der Welt sind.]

Hier richten wir ein Bittgebet an alle, in den Welten der zehn Richtungen des Raums, die vielleicht vorgeben, ins Nirwana einzutreten. Wir bitten sie zu bleiben, letztendlich um allen Lebewesen Hilfe zu bringen und bis dahin Glückseligkeit zu spenden. Wir bitten sie zu bleiben und nicht wegzugehen, für so viele Zeitalter wie es Atome in den unterschiedlichen Welten des Universums gibt. Wir flehen sie in unserem Bittgebet an, in unzähligen Körpern zu bleiben.

13

Widmung

[g] Der siebte Bestandteil ist die Widmung, zu finden in dem Vers mit den Worten in „Niederwerfung und ...“ [Der vollständige Vers lautet:

Ich widme
Meiner zukünftigen Erleuchtung
Alle meine Verdienste,
Selbst die kleinste gute Tat,
Die ich hiermit angesammelt haben möge
Durch Niederwerfung und Darbringung,
Durch Eingeständnis und Freude,
Durch Bitte und Bittgebet.]

Hier widmen wir all die guten Samen, die wir durch das Praktizieren der sechs vorangegangenen Bestandteile erworben haben, der vollständigen Erleuchtung, sowohl von uns als auch von allen anderen Lebewesen. Wenn man mit starkem Willen widmet, wird die Kraft des Guten auf immer weiterfließen und niemals enden.

Lies dieses Gebet, wie ich es dir hier beigebracht habe. Verstehe die Bedeutung von jedem Vers und sprich ihn langsam, ohne deinen Geist abschweifen zu lassen. Wenn du dies tun kannst, wirst du einen unermesslich großen Berg guter Taten erwerben.

Fünf der Bestandteile, die wir hier aufgeführt haben – Niederwerfung, Darbringung, Bitte, Bittgebet und Freude – helfen dir dabei, die für den Pfad förderlichen Faktoren zu sammeln. Einer der Bestandteile, Eingeständnis, hilft dir, die den Pfad behindernden Faktoren zu bereinigen. Ein Aspekt von Freude – das Gefühl der Freude über die guten Taten, die du begangen hast – wirkt auch als Multiplikator deiner Verdienste.

Widmung multipliziert auf wunderbare Weise selbst die kleinen guten Taten, die du beim Sammeln, Bereinigen und Vermehren getan hast. Sie wirkt auch auf Taten, die dir schnell ein gutes Ergebnis bringen und dann verschwinden, indem sie sie so verändert, dass sie sich nie erschöpfen. Kurz gesagt wirkt sie auf alle drei Arten: sie sammelt, bereinigt und vermehrt, so dass das Gute niemals endet.

14

Um einen abschließenden Segen

Bei der sechsten und letzten Vorbereitung kehrst du zur Visualisierung zurück und bringst das Mandala dar. Danach bitte die Lamas, den Strom deiner Gedanken zu segnen. Bitte sie, dir zu helfen, schnell alles zu beenden, von Respektlosigkeit gegenüber deinen spirituellen Lehrern bis zum Anhaften am Glauben an eine vermeintliche Selbstnatur in einer der beiden Arten. Bitte sie um Hilfe bei der schnellen Entwicklung aller Arten von perfekten und nicht fehlgeleiteten Gedanken, von Respekt für deine spirituellen Lehrer bis zur Erkenntnis der Leerheit, der Tatsache, dass nichts eine Natur aus sich heraus hat. Und bitte sie schließlich darum, dir dabei zu helfen, in dir und außerhalb von dir alle Dinge endgültig zu beenden, die deinem spirituellen Fortschritt im Wege stehen.

Sprich dieses Gebet immer und immer wieder mit leidenschaftlicher Hoffnung auf Erfolg.

15

Eine tatsächliche Praxis der Vorbereitungen und Bestandteile

Tausend Engel

Im Himmel der Glückseligkeit

Ein Hingabegebet an den Lama

Bitte komm zu mir, Lobsang Drakpa,
König des Dharmas, Allwissender,
Komm mit deinen Söhnen
Reite herbei auf Wolken,
Die weiß sind,
Wie Berge aus reinem Schnee.
Komm,
Komm aus dem Herzen
Des Herrn der Tausend Engel
Der im Himmel der Glückseligkeit lebt.

Setz Dich mir gegenüber,
Auf einen Thron
Der auf dem Rücken von Löwen ruht
Mit Kissen aus Mond und Lotus.

Mein heiliger Lama
Lächelt mich freundlich an
Und ist übergücklich mit mir.
Ich bitte dich:
Bleib für eine Million Jahre,
Und verbreite die Lehren.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Fünf

Bitte bleib bei mir,
Denn es gibt niemand Höheren,
Mit dem ich Verdienste erwerben kann
Durch die Tugend meines Vertrauens.

Dein Geist
Ist Weisheit,
Das alle
Existierenden Dinge
Umhüllt.

Deine Worte
Sind gute Erklärungen,
Die wir Glücklichen
Wie Juwelen
An unseren Ohren tragen.

Dein Körper
Erstrahlt in hellem Glanz,
Mit einer Pracht
Und Herrlichkeit,
Die die Welt sehen wird.

Ich verneige mich vor dir,
Allein dich zu sehen,
Allein dich zu hören,
Allein an dich zu denken,
Bringt großartige Dinge hervor.

In meinem Geist
Und an diesem Ort
Bringe ich dir
Ein Meer von Geschenken dar,
Die den Himmel bedecken könnten,

Um all deine Sinne zu erfreuen.
Blumen in allen erdenklichen Farben,
Süß duftendes Räucherwerk,
Hell leuchtendes Licht,
Duft für deinen Körper
Und weitere Geschenke
Bringe ich dir dar.
Es gibt keinen Höheren,
Mit dem ich Verdienste erwerben kann.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Fünf

Ich bedauere zutiefst
Aus der Tiefe meines Herzens
Und bekenne freimütig all das Leid,
Das ich durch mein Handeln,
Meine Worte oder meine Gedanken
Verursacht habe.
Jegliches Unrecht, das ich seit Anbeginn
Der Zeit begangen habe,
Besonders jene Taten,
Mit denen ich die drei Arten
Der Gelübde verletzt habe.

In diesem Zeitalter des Niedergangs
Hast du unendliche Anstrengungen
Unternommen,
Um großartiges Wissen zu erlangen.

Du hast die acht
Weltlichen Gedanken überwunden
Und deine Gnade und Muße genutzt.

Retter, wir freuen uns,
Wir sind tief im Inneren
So glücklich und voller Freude,
Über das, was du getan hast,
So gut und so mächtig.

Heilige, hohe Lamas,
Hüllt den Himmel eurer Dharma-Körper
In gewaltige Wolken
Aus Wissen und Liebe
Und gießt sie
Über die Erde eurer Schüler,
Denn wir sind bereit
Für den Regenschauer aus Lehren,
Den tiefgründigen und weitreichenden.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Fünf

Möge all das Gute,
Das ich mit diesem Gebet getan habe,
Hilfreich sein für die Lehren
Und für jedes Lebewesen.

Ich bete auch darum,
Dass ich das Licht,
Die Essenz des Wortes,
Die Lehren von Je Tsongkapa,
Viele Jahre weitertragen darf.

Ich bitte dich, komm zu mir,
Mein Herzenslehrer
Strahlend und kostbar.
Lass dich nieder
Auf dem Lotus auf meinem Haupt.
Nimm mich mit
In deiner unvergleichlichen Güte.
Gewähre mir, dass ich
Deinen Körper, Sprache
Und Geist erlange.

Ich bete zu dem Einen,
Dem Hüter des Diamanten,
Um die Quelle aller Ziele zu erreichen.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Fünf

Ich bete zu Liebende Augen,
Dem Schatz der Liebe,
Mit niemandem, den sie lieben.

Ich bete zu Sanfte Glorreiche Stimme,
Lord der Weisheit,
Der keinen Makel hat.

Ich bete zum Hüter des Geheimen,
Der alle Armeen
Der Dämonen vernichtet hat.

Ich bete zu Tsongkapa,
Dem Kronjuwel,
Meister aus dem Land des Schnees.

Ich bete zu dem Einen,
Ich bete zu seinen Füßen,
Ich bete zu Lobsang Drakpa.

Ich bitte dich, komm zu mir,
Mein Herzenslehrer,
Strahlend und kostbar.
Lass dich nieder
Auf dem Lotus in meinem Herzen.
Nimm mich mit
In deiner unvergleichlichen Güte.
Gewähre mir, dass ich
Deinen Körper, Sprache
Und Geist erlange.

Ich bitte dich, komm zu mir
Mein Herzenslehrer,
Strahlend und kostbar.
Lass dich nieder
Auf dem Lotus in meinem Herzen.
Nimm mich mit
In deiner unvergleichlichen Güte.
Gewähre mir,
Dass ich beide Ziele erreiche,
Die gewöhnlichen und die höchsten.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Fünf

Ich bitte dich, komm zu mir,
Mein Herzenslehrer,
Strahlend und kostbar.
Lass dich nieder
Auf dem Lotus in meinem Herzen.
Nimm mich mit
In deiner unvergleichlichen Güte,
Bleibe hier für immer
Bis zur Buddhaschaft.

Möge Tsongkapa der Siegreiche,
In all meinen zukünftigen Leben
Immer bei mir sein
Und als mein spiritueller Freund
Die Lehren des Großen Weges erklären.

Möge ich in all meinen Leben
Niemals von meinen
Unübertroffenen Lamas getrennt sein.
Möge ich in der Herrlichkeit des
Dharmas schwelgen.

Möge ich alle Erkenntnisse jeder Stufe
Und jedes Pfades verwirklichen
Und dann schnell jenen Ort erreichen,
An dem ich selbst
Zum Hüter des Diamanten werde.

16

Die Bedingungen, um Stille zu entwickeln

Aus dem *Großen Buch über die Stufen auf dem Pfad*:

Die Erklärung, wie du dich in jeder der beiden [Stille und besonderer Einsicht] üben kannst, besteht aus drei Teilen: Wie du dich in Stille üben kannst, wie du dich in besonderer Einsicht üben kannst, und wie die beiden vereint werden. Der erste dieser drei Teile besteht wiederum aus drei Abschnitten: Wie die Bedingungen für Stille geschaffen werden, wie du über Stille meditierst, wenn du diese Bedingungen geschaffen hast, und wie du weißt, dass du in deiner Meditation die Stille auch tatsächlich erreicht hast. Der erste Punkt ist in den Worten beschrieben: „Heilige Praktizierende sollten zunächst die Bedingungen für Stille schaffen: die Ursachen, die ihnen erlauben, Stille schnell und leicht zu entwickeln.“ Dies sind die sechs verschiedenen Bedingungen.

17

Ein förderlicher Ort

[1] Die erste Bedingung ist, dass du an einem Ort bist, der für deine Meditation förderlich ist. Dieser Ort sollte fünf Eigenschaften besitzen:

- a) Es sollte ein Ort sein, wo Dinge „einfach zu bekommen sind“, in dem Sinne, dass du Lebensmittel, Kleidung und alles Notwendige ohne Probleme besorgen kannst.
- b) Es sollte ein „guter Ort“ sein, in dem Sinne, dass es keine gefährlichen Tiere, Umstände oder Menschen, z.B. Feinde, gibt, die dir Schaden zufügen könnten.
- c) Er sollte in einer „guten Umgebung“ sein, in dem Sinne, dass die Umgebung dich nicht krank macht.
- d) Es sollten „gute Freunde“ dort sein, in dem Sinne, dass die Menschen, die diesen Ort mit dir teilen, auch deine Moral und deine Weltsicht teilen.
- e) Der Ort sollte „Abgeschiedenheit“ besitzen. Es sollte tagsüber wenige Menschen und in der Nacht wenig Geräusche geben.

Wie es in *Juwel der Sutras* heißt:

Der Ort, wo intelligente Menschen praktizieren
Sollte Dinge haben, die leicht zu finden sind,
Sollte ein guter Ort sein, mit guter Umgebung,
Ein Ort, wo gute Freunde sind,
Mit allem, was der Praktizierende braucht, gut verfügbar.

18

Lebe einfach

[2] Die zweite Bedingung ist, wenige Bedürfnisse zu haben. Du hast keine Anhaftung an Dinge wie schöne Kleider, die Anhäufung von Dingen oder ähnlichem.

19

Sei leicht zufrieden

[3] Die dritte Bedingung ist, dass du leicht zufrieden zu stellen bist. Du hast immer das Gefühl, genug zu haben, selbst, wenn du nur Kleidung im schlechtesten Zustand usw. bekommst.

20

Sei nicht geschäftig

[4] Die vierte Bedingung ist der Versuch, nicht zu viele Dinge zu tun. Du gibst nicht erstrebenswerte Handlungen wie die Geschäftigkeit des Berufs auf. Du vermeidest zu engen Kontakt mit Laien wie auch Ordinierten. Du gibst die Praxis der kleineren Künste wie Medizin, Astrologie oder ähnliches auf.

21

Sei rein

[5] Die fünfte Bedingung ist eine völlig reine Moral. In Bezug auf deine Freiheits-, und Bodhisattva-Gelübde stellst du niemals die grundlegenden Ideen deiner Praxis in Frage, du machst nichts, von dem du gelernt hast, dass es natürlicherweise falsch ist, und auch nichts, was der Buddha verboten hat. Wenn du aufgrund mangelnder Aufmerksamkeit dennoch eine solche Tat begehst, bereust du sie schnell und tust etwas Gutes, um sie auszugleichen.

22

Mache dich von dummen Gedanken frei

[6] Die sechste Bedingung ist, dass du dich vollständig von den törichten Gedanken des Begehrens und dem Rest befreist. Du meditierst über das Problem des Begehrens in diesem Leben: wie es dir den Tod und das Gefangensein bringen kann. Und du meditierst über die Probleme, die dir das Begehren im Leben danach bringen kann: eine Wiedergeburt in den niederen Reichen oder ähnliches. Oder du meditierst darüber, wie jedes einzelne dieser hübschen Dinge im Kreislauf des Leids vergehen wird, wie schnell es verschwindet, wie sicher es ist, dass es dir über kurz oder lang entrissen wird. Dann gewöhne dich an Gedanken wie diesen: Warum hänge ich immer noch an diesen Dingen? Was bringen sie mir? Benutze dies, um dich von allen törichten Gedanken des Begehrens zu befreien.

23

Die neun Stufen der Meditation

Hier ist der dritte Abschnitt mit einer Beschreibung, wie man die neun Level der Meditation über die oben beschriebenen Stufen erreicht. Jeder, der meditieren möchte, muss Meister dieser neun Level werden. Und um Meister dieser Level zu werden, muss man sie kennen. Daher kommt hier eine Erklärung der neun Level: (1) Den Geist auf das Objekt ausrichten. (2) Den Geist für kurze Zeit auf dem Objekt halten. (3) Den Geist auf dem Objekt halten mit Lücken, in denen das Objekt verloren geht. (4) Den Geist dauerhaft auf dem Objekt halten. (5) Den Geist kontrollieren. (6) Den Geist still werden lassen. (7) Den Geist vollständig still werden lassen. (8) Auf ein Objekt fokussierte Konzentration erlangen. Und (9) Ausgeglichenheit erreichen.

24

Den Geist auf ein Objekt ausrichten

Das erste Level der Meditation heißt „den Geist auf das Objekt ausrichten.“ Du erreichst dieses Level dadurch, dass du von deinem Lama Anleitung über das Objekt erhältst, über das du meditieren sollst. Der Geist bleibt zu diesem Zeitpunkt nur ab und zu auf dem Objekt, die meiste Zeit ist er nicht auf das Objekt fixiert. Du bist nicht in der Lage, deinen Geist kontinuierlich auf dem Objekt zu halten. Die beiden geistigen Funktionen „etwas bemerken“ und „untersuchen“ sind aktiv, daher sind deine Gedanken zerstreut und unruhig. Dir fällt das auf und du hast den Eindruck, dass das Problem, dass dir zu viele Gedanken in den Geist schießen, größer ist als jemals zuvor. Aber in Wirklichkeit hast du nicht mehr Gedanken als vorher. Dir wird das Problem nur zum ersten Mal richtig bewusst.

25

Kontinuität erlangen

Das zweite Level der Meditation heißt „den Geist für kurze Zeit auf dem Objekt halten“. Du erreichst dieses Level dadurch, dass du die Ausrichtung des Geistes auf das Objekt so oft geübt hast, dass du den Geist für eine gewisse, wenn auch nur kurze Zeit auf dem Objekt halten kannst. Man könnte das mit der Fähigkeit vergleichen, deinen Geist so lange vom Abschweifen abzuhalten, wie es dauert, eine Gebetskette des Mani-Mantras aufzusagen. An diesem Punkt verschwindet das Problem zu vieler Gedanken für eine Weile, und dann kommt es für eine Weile wieder zurück, so dass der Eindruck entsteht, diese Gedanken würden periodisch wiederkehren. Dieses Level der Meditation wird durch Kontemplation erreicht.

In diesen ersten beiden Levels der Meditation sind Trägheit und Unruhe vorherrschend, der Geist ist nur gelegentlich auf das Objekt fixiert. Daher sagen wir, dass sich dein Geist an diesem Punkt im ersten der vier Geistesmodi befindet, der „sich konzentrieren müssen, um zu fokussieren“ genannt wird. In diesen Levels, so unser Lama, sind die Zeiten der Ablenkung länger als die Zeiten, in denen der Geist auf das Objekt fixiert ist.

26

Die Lücken schließen

Das dritte Level der Meditation heißt „den Geist auf das Objekt ausrichten mit Lücken, in denen das Objekt verloren geht“. Normalerweise näht man einen Flicker auf ein Stück Stoff. Hier wird ein Flicker aufgebracht, um deine Fokussierung aufrecht zu erhalten. Das bedeutet, dass man seinen Geist schnell zurückholen kann, wenn er vom Objekt abschweift, und dadurch wird das Loch in der Meditation „geflickt“. Der Unterschied zwischen diesem Meditationslevel und den beiden vorangegangenen besteht in der Dauer der Abschweifung. Unser Lama sagt auch, dass dies das Level ist, in dem man seine Erinnerung und Rückholkraft stark ausbildet.

27

Den Geist dauerhaft auf dem Objekt halten

Das vierte Level der Meditation heißt „den Geist dauerhaft auf dem Objekt halten“. Deine Rückholkraft ist mittlerweile sehr stark ausgebildet. Du kannst das Meditationsobjekt so gut in deinem Geist halten, dass du es nie mehr ganz verlierst. Das unterscheidet dieses Level der Meditation von den vorangegangenen dreien. Obwohl du es schaffst, das Meditationsobjekt nicht mehr zu verlieren, sind Trägheit und Unruhe immer noch in deinem Geist, und sie sind sehr stark. Daher musst du jetzt die Korrektur für Trägheit und Unruhe anwenden. Diese beiden Level, das dritte und vierte Level der Meditation, werden durch Erinnerung und Rückholkraft erreicht. Unser Lama sagt, dass ab diesem Zeitpunkt die Kraft unserer Meditation vollständig bzw. erwachsen ist, wie ein Mensch, der zur Reife gelangt ist.

28

Den Geist kontrollieren

Das fünfte Level der Meditation heißt „den Geist kontrollieren“. Im vierten Level der Meditation gibt es die Tendenz, den Geist zu sehr nach innen zu ziehen. Die Gefahr ist dann groß, dass dies subtile Trägheit verursacht. Daher müssen wir unsere Wachsamkeit stärken. Sie beobachtet und überwacht den Geist, und wenn sie eine Abweichung entdeckt, müssen wir die Stimmung heben und an die vielen Vorteile denken, die uns Konzentration bringt. Der Unterschied zwischen diesem Level und den vorherigen ist, dass hier keine grobe Trägheit mehr auftreten kann.

29

Den Geist beruhigen

Das sechste Level der Meditation heißt „den Geist still werden lassen“. An diesen Punkt besteht die große Gefahr, dass subtile Unruhe auftritt, weil wir im fünften Level unsere Stimmung zu weit gehoben haben. Wenn diese subtile Unruhe auftritt, muss man sie mit kraftvoller Wachsamkeit identifizieren und erkennen, dass selbst sehr subtile Unruhe ein großes Problem in der Meditation darstellt und beendet werden muss. Der Unterschied zwischen diesem Level und dem vorherigen ist, ob es eine große Gefahr der subtilen Trägheit gibt oder nicht. Diese beiden Level, das fünfte und das sechste, werden durch Wachsamkeit erreicht. Ab diesem Punkt, so unser Lama, ist die Kraft unserer Wachsamkeit vollständig.

30

Den Geist vollständig beruhigen

Wenn du den siebten Level der Meditation erreichst, den wir „den Geist vollständig still werden lassen“ nennen, sind deine Rückholkraft und deine Wachsamkeit vollkommen. Daher ist es unwahrscheinlich, dass hier noch Trägheit und Unruhe auftreten. An diesem Punkt musst du die größte Anstrengung aufbringen: Du musst erkennen, wie zerstörerisch selbst subtile Formen der Trägheit und Unruhe sind, und alles in deiner Macht Stehende tun, um sie vollständig zu beseitigen. Der Unterschied zwischen diesem Level und den vorangegangenen ist, ob du dir Sorgen machen musst, in subtile Trägheit oder Unruhe abzugleiten oder nicht. Obwohl an diesem Punkt die Gefahr, dass subtile Trägheit oder Unruhe auftreten, nicht mehr groß ist, musst du dennoch alles tun und die unterschiedlichen Gegenmittel zum Einsatz zu bringen, um sie zu beseitigen. Im fünften und sechsten Level der Meditation musst du dir immer noch Gedanken machen, ob dich Trägheit und Unruhe attackieren oder nicht. Hier, im siebten Level der Meditation besitzt du die Fähigkeit, von dir aus die notwendigen Maßnahmen zu ergreifen, um sie zu aufzuhalten. Und dadurch sind dann, sagt unser Lama, Trägheit und Unruhe nicht mehr in der Lage, dich anzugreifen und zu behindern. In diesen zuletzt aufgeführten fünf Levels der Meditation – also vom dritten bis zum siebten – befindet sich der Geist zumeist in der auf ein Objekt fokussierte Meditation. Nichtsdestotrotz unterbrechen Bedingungen wie Trägheit und Unruhe noch die Konzentration. Daher beschreiben wir den Zustand des Geistes hier als „verbunden, aber mit Unterbrechungen“.

31

Eins-Gerichtetheit

Wenn du das achte Level der Meditation, das wir „den Geist auf ein Objekt ausrichten“ nennen, erreichst, passiert Folgendes: Wenn du eine Meditationssitzung beginnst, musst du noch immer eine kleine Anstrengung unternehmen, die verschiedenen Korrekturen anzuwenden. Danach jedoch kannst du eine vollständige Sitzung durchlaufen, ohne dass subtile Formen von Trägheit und Unruhe im Geist auftauchen. Man kann sich diese letzten Level wie folgt vorstellen: zuerst einen Feind in voller Kraft gegenüberzustehen, dann einen, der einen Teil seiner Kraft eingebüßt hat, und schließlich einen, der seine Kraft vollständig verloren hat. Diese Beispiele beschreiben, wie Trägheit und Unruhe allmählich ihren Einfluss verlieren, und so können wir sagen, dass du ab dem achten Level der Meditation dich nicht mehr bewusst anstrengen musst, um die Wachsamkeit aufrecht zu erhalten. Weil du in diesem achten Level der Meditation nur zu Beginn einer Meditationssitzung etwas Anstrengung aufbringen musst und dann die gesamte Dauer der Sitzung ohne Unterbrechung durch Probleme wie Trägheit und Unruhe meditieren kannst, wird der Zustand des Geistes an diesem Punkt „verbunden ohne Unterbrechung“ genannt. Das siebte und achte Level der Meditation werden dadurch erreicht, dass du dich anstrengst.

32

Gleichgewicht

Das neunte Level der Meditation wird „das Gleichgewicht erreichen“ genannt. Hier fokussiert der Geist ohne jegliche bewusste Anstrengung auf das Objekt. Dieses Level ist das Ergebnis des unermüdlichen Übens des achten Levels, bis man mit ihm völlig vertraut ist. Danach kannst du spontan und mühelos meditieren. Dies ist vergleichbar mit dem Punkt bei der Rezitationspraxis, an dem man einen Text mühelos aus dem Gedächtnis aufsagen kann, weil man ihn immer und immer wieder rezitiert hat. Du bist sofort im Level der auf ein Objekt konzentrierten Meditation. Dieser Geisteszustand ist Ziel und Zweck der eins-gerichteten Stille im Reich der Begierde. Das neunte Level der Meditation wird durch vollständige Gewöhnung erreicht.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Sechs: Angewandte Meditation, Teil Zwei

1

Die Motivation für Meditation

Die folgenden Auszüge sind dem Werk Vorbereitung auf Tantra: Der Berg an Segnungen entnommen. Der Quelltext dieses Werkes wurde von Je Tsongkapa Lobsang Drakpa (1357–1419) verfasst, der Kommentar dazu ist von Pabongka Rinpoche (1878–1941). Das Werk wurde von Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin (1921–2004) und Geshe Michael Roach (1952–) übersetzt, die auch die folgende Einleitung schrieben.

Bevor du dieses kleine Buch beginnst, entscheide dich, mit welcher Motivation du es liest. Denke dabei:

Ich möchte so schnell wie möglich Erleuchtung erlangen. Ich möchte sie in diesem Leben erlangen. Und wenn ich sie erlange, werde ich jedes Lebewesen von jedem Schmerz der leidenden Existenz, in der wir jetzt alle leben, befreien. Dann werde ich all diese Wesen zur Buddhaschaft führen, in den ultimativen Zustand der Glückseligkeit. Aus diesem Grund werde ich dieses Buch lesen, das alle Stufen bis zur Erleuchtung beschreibt.

Halte einen Moment inne, bevor du weiterliest. Stelle sicher, dass du diese Motivation wirklich hast.

Dieses kleine Buch deckt absolut alles ab, was der Buddha jemals lehrte. In Tibet haben wir einhundert große Werke von Buddha aus dem Sanskrit, der Sprache des alten Indiens, ins Tibetische übersetzt. Dieses kleine Buch behandelt sie alle.

All die alten, großen Werke des Buddhismus haben nur ein einziges Ziel: Sie wollen uns zeigen, wie jeder von uns den Zustand perfekter Erleuchtung erreichen kann. Sie sagen uns alles, was wir tun müssen: wie wir das Ziel erreichen, wie wir praktizieren, wie wir lernen sollen. Sie zeigen uns, wie wir anfangen sollen. Und sie zeigen uns, wie wir das Ziel erreichen. Alles, was wir brauchen, steht in diesen Büchern.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Vor fünfhundert Jahren kam ein großartiger Mönch und Lehrmeister nach Tibet. Sein Name war Tsongkapa der Große. Er nahm diese alten Werke und fasste sie in einem Buch zusammen, das wir heute unter dem Namen *Lam Rim* kennen. Das bedeutet „Stufen auf dem Pfad zur Erleuchtung“. Hier beschreibt er all die Stufen, die jeder von uns erreichen kann, eine nach der anderen, in der richtigen Reihenfolge, wenn wir die Erleuchtung wahrhaft erlangen wollen. Er hat sich viel Mühe gegeben, die Stufen klar und einfach darzustellen. Und er hat doch alles abgedeckt, was zu tun ist, um den Pfad zu beginnen, auf ihm entlangzuschreiten und schließlich sein Ziel zu erreichen.

Dieses kleine Buch hier heißt *Quell all meines Glücks*. Es ist die Essenz aller *Lam Rims*, aller Werke über die Stufen zur Erleuchtung. Der Text stammt von Tsongkapa und bezieht seinen Namen aus den Eröffnungszeilen, die da lauten: „Der Quell all meines Glücks ist mein gütiger Lama, mein Lord.“

In den Lehren über die Stufen ist dieses Werk auch unter einem anderen geheimen Namen bekannt: *Bitte um einen Berg an Segnungen*. Das Wort „Segnung“ steht hier für die Segnungen aller Buddhas im Universum. „Berg“ bezieht sich auf ein tibetisches Wort, das riesiger Haufen, große Ansammlung von Dingen auf einer Stelle bedeutet. Das Wort „Bitte“ zeigt, wie sehr wir diese Segnungen brauchen und wie sehr wir sie wollen.

Wenn wir dieses Werk laut rezitieren, ist das wie eine Bitte an die Buddhas, uns ihre Segnungen zu gewähren, uns zu helfen, alles zu erreichen, vom Anfang bis zur Erleuchtung. Wir bitten sie, uns zu helfen, all die verschiedenen Pfade zu erreichen, all die unterschiedlichen Stufen des Wissens. Wir bitten sie um die Kraft ihres Segens, wir bitten sie um Hilfe.

Aber wen genau bitten wir da um Hilfe? Normalerweise beginnen wir, wenn wir mit der geheimen Zeremonie des Zehnten beginnen, mit der Praxis der Sechs, gefolgt von den Tausend Engeln. Unmittelbar danach beginnen wir mit *Der Quell all meines Glücks*. Daher haben wir noch immer dieselben heiligen Wesen vor uns wie während der Tausend Engel.

In der Mitte vor uns in der Luft sitzt Tsongkapa. In seinem Herzen ist Sanfte Stimme, oder Manjushri, das Sinnbild der Weisheit aller Buddhas. Im Herzen von Sanfter Stimme ist ein weiteres heiliges Wesen, Vajradhara, der Hüter des Diamanten oder auch der Buddha der geheimen Lehren. Sein Körper ist blau und in seinem Herzen ist der Sanskrit-Buchstabe *huung*. Dieser Buchstabe ist mit einem weiteren Buchstaben verbunden: *mam*.

Zur Rechten von Tsongkapa ist sein Schüler Gyaltsab Je, dessen vollständiger Name Gyaltsab Darma Rinchen lautet. Im Herzen dieses Schülers ist Liebende Augen, Avalokiteshvara auf Sanskrit, die Verkörperung der Liebe aller Buddhas. Im Herzen von Liebende Augen ist erneut der Hüter des Diamanten, und in seinem Herzen der Buchstabe *huung*, verbunden mit *mam*.

Auf der anderen Seite, zur Linken von Tsongkapa, ist sein Schüler Kedrup Je, dessen vollständiger Name Kedrup Je Gelek Pelsang lautet. In seinem Herzen ist der Träger des Diamanten, Vajrapani, und im Herzen des Trägers ist der Hüter des Diamanten. Im Herzen des Hüters ist der Buchstabe *huung*, verbunden mit *mam*.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Alle diese Wesen sitzen in der Luft vor dir. Sie sind es, die du um ihren Segen bittest. Sie sind es, die du um Hilfe bittest, um jede Art von Wissen, vom Anfang des Pfades bis zur Erleuchtung.

Denke jetzt bitte über Folgendes nach: Was ist der Unterschied zwischen einem Buddha und uns? Was genau unterscheidet all die Buddhas von uns? Und was ist mit dir? Du versuchst, Buddhaschaft zu erreichen, aber was ist der Unterschied zwischen all diesen Buddhas und dir? Das ist eine Frage, der du nachgehen musst, und dann wirst du die Antwort finden.

Was sind die Buddhas? Zunächst einmal sind alle Orte, an denen sie leben, ein Paradies. Das reine Paradies. Die Paradiese, in denen die Buddhas leben, sind völlig rein. Reinheit ist ihre wahre Natur, und es gibt nichts an ihnen, das nicht rein wäre.

Auch im Inneren sind die Buddhas rein. Sie haben keinerlei innere Hindernisse, keine schlechten gespeicherten Taten, keinerlei Probleme gleich welcher Art. Sie haben keine der Probleme, die durch die vier Elemente der physischen Welt verursacht werden, weder um sich herum noch in sich. Sie kennen keine Krankheit, kein Altern, keinen Tod. Sie haben nicht einmal Wörter für diese Dinge, dort wo sie leben. Deshalb haben ihre Paradiese Namen wie „Himmel der Glückseligkeit“, denn sie leben in der höchsten Seligkeit, die es gibt.

Wenn wir über unser Leben nachdenken, dann sehen wir den großen Unterschied zwischen den Buddhas und uns. In gewisser Weise haben wir außerordentlich großes Glück: Wir wurden als Mensch geboren, und wir können diese kleinen Quäntchen Glück, das Menschen manchmal erleben, genießen. Deshalb denken wir manchmal, wir wären glücklich.

Aber wir haben immer noch Probleme. Viele Probleme. Wir haben Probleme überall um uns herum und wir haben Probleme in uns. Wir haben Probleme, die in der Natur dieses Lebens begründet sind. Die Buddhas haben keins dieser Probleme.

Denk über den Unterschied zwischen den Buddhas und dir nach. Warum hast du dieses Buch gekauft, warum liest du es? Der Hauptzweck ist Erleuchtung zu erlangen, den höchsten Glückszustand, den es gibt. Und um dies zu erreichen, musst du all dem Leid, das durch dieses gegenwärtige Leben erzeugt wird, entfliehen.

Um dieses Ziel zu erreichen, musst du eine Praxis ausüben. Du musst unterschiedliche Ebenen und Pfade durchlaufen, einen Schritt nach dem anderen. Du musst sie in der richtigen Reihenfolge machen, einen nach dem anderen. Jede nächsthöhere Stufe erreichst du nur durch Üben, und um zu üben, musst du lernen, was du üben musst. Wenn du niemals lernst, was du tun musst, wirst du niemals in der Lage sein, es zu tun.

In diesem kleinen Buch lernst du, was du tun musst. Aber das ist nur eine Vorbereitung für etwas anderes.

Grundsätzlich enthält dieses Buch alles, was du brauchst. Wenn dies hier alles ist, was du jemals lernen wirst, und wenn du praktizierst und übst, was du hier lernst, dann wirst du Erleuchtung erlangen. Aber es wird lange dauern, wenn du dich auf diese Methode, auf den Pfad der offenen Lehren des Buddhas beschränkst. Sehr, sehr lange.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Aber du willst Erleuchtung, du brauchst sie, und du brauchst sie jetzt. Warum? Weil du dieses Buch nur liest und diese Themen nur studierst und diese Ziele nur erreichst, um allen anderen Lebewesen zu helfen. Sie alle waren deine Mutter und der Sinn und Zweck von all dem ist, ihnen zu helfen.

In diesem Moment leiden sie, aufgrund der Natur des Lebens, das wir führen. Die meisten von ihnen leben in den drei niederen Reichen. Selbst die, die in einem der höheren Reiche leben, leiden. Aufgrund der Natur der Dinge, leiden sie immer, die ganze Zeit. Du möchtest sie von diesem Leid befreien, du möchtest ihnen helfen, Erleuchtung, absolute Glückseligkeit, zu erlangen. Deshalb studierst du, deshalb übst du und deshalb praktizierst du.

Wenn du nur die Methoden der offenen Lehren nutzt, wird es lange dauern, um dieses Ziel zu erreichen. Aber du willst das Ziel jetzt, du willst es schnell erreichen, weil alle diese Lebewesen um dich herum, die alle einmal in einem vergangenen Leben deine Mutter waren, in dieser Existenz leiden. Du kannst es nicht ertragen und nicht zulassen, dass ihr Leid so lange andauert.

Also wirst du sie befreien, und zwar so schnell wie möglich. Jetzt. Aber gibt es überhaupt einen Pfad, dies so schnell zu tun? Die Antwort ist: Ja, es gibt einen Pfad, der schneller funktioniert als alle anderen, einen Pfad, der sehr tief, kraftvoll und heilig ist. Es ist der tantrische Pfad, der geheime Pfad der Diamantkönigin Vajra Yogini.

Um diesen Pfad zu praktizieren, musst du eine Einweihung erhalten, und dann musst du ihre Lehren erhalten. Aber bevor du dies tun kannst, musst du zuvor eine weitere Einweihung erhalten, die dich qualifiziert, ihren Pfad zu studieren und ihm zu folgen. Es gibt vier große Gruppen geheimer Lehren, und um dafür qualifiziert zu sein, den Pfad dieses Engels zu praktizieren, muss dir eine Einweihung gewährt werden, die zur Gruppe der „Unübertroffenen“ gehört. Daher ist wichtig, dich als erstes um eine Einweihung der „Unübertroffenen“ zu bemühen.

Gemäß der Tradition der Diamantkönigin ist die beste Art, dich auf ihre Einweihung und ihren Pfad vorzubereiten, die, die wir „Vereinigung der Sphären“ oder Chakrasamvara nennen. Es gibt jedoch auch noch andere Einweihungen der „Unübertroffenen“-Gruppe, die du anstreben kannst, wenn du diese nicht bekommen kannst. So gibt es zum Beispiel die Einweihung des Wesens mit dem Namen „Der Furchterregende“ oder Bhairava, die viel kürzer und einfacher ist, als die für die Vereinigung der Sphären, und die dich trotzdem dafür qualifiziert, ihre Einweihung später zu erhalten.

Es gibt einen weiteren Schritt, den du auch noch machen solltest, bevor du ihre Einweihung anstrebst. Wenn du an der Universität einen höheren Abschluss oder überhaupt einen Abschluss machen willst, musst du dich erst einmal an der Universität einschreiben. Dann besuchst du die Vorlesungen, machst deine Scheine und nach ein paar Jahren hast du alle Anforderungen erfüllt, und du erreichst dein Ziel. Daher ist es für das Erreichen des Ziels sehr wichtig, kontinuierlich und konstant zu studieren und zu lernen. Aber um zu studieren und zu lernen, muss man erst an der Universität aufgenommen sein.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Hier ist es genauso. Das Erste, was du tun musst, ist zu den geheimen Lehren des Buddhas der Gruppe der Unübertroffenen zugelassen zu werden. Um zu diesen Lehren zugelassen zu werden, musst du eine Pforte durchschreiten, und das ist die Einweihung. Die Einweihung ist die Tür.

Wenn du die Einweihung erhältst, verpflichtest du dich zur Einhaltung einer Reihe von Gelübden. Die Gelübde zu halten ist genau wie das tägliche Studium, nachdem du an der Universität zugelassen wurdest. In einer Schule muss man lernen, was man studieren soll, und dann muss man einen regelmäßigen Studienplan einhalten. Hier in den geheimen Lehren sind die Gelübde, die du während deiner Einweihung erhalten hast, das, was du studieren musst: Sie sind es, die du täglich einhalten musst.

Um die Gelübde zu halten, musst du alles über sie lernen. Daher ist es absolut unabdingbar, dass du nach deiner ersten Einweihung die geheimen Gelübde im Detail studierst, zusammen mit den generellen ethischen Gelübden und den Bodhisattva-Gelübden. Der Sinn und Zweck dieser Gelübde bzw. das Ergebnis dieser Gelübde ist einfach: *Wenn du sie einhältst, erzeugen sie deine Erleuchtung.*

Zusätzlich zu dieser Hauptfunktion hat das Einhalten der Gelübde noch eine weitere Auswirkung. Kurzfristig, also während du dich noch auf dem Pfad befindest, vom Anfang bis zu dem Tag, an dem du dein ultimatives Ziel erreichst, helfen sie dir, sie halten dich, sie behüten dich. Sie machen dich immer liebevoller und reiner, jeden einzelnen Tag, an dem du sie einhältst. Alles an Dir wird besser und besser: Wie du handelst, wie du denkst, jeden Tag, jeden Monat.

Die Gelübde werden so zu deinem lieben Gefährten. Sie sind dein ergebener Helfer. Gelübde sind keine Bestrafung. Der Lama kommt nicht zum heiligen Ort der Einweihung und sagt: „Da du die Einweihung bekommen hast, gebe ich dir Gelübde, die du als Strafe einhalten musst.“ Du musst all den großartigen Nutzen, den die Gelübde dir bringen, begreifen, und du musst sie studieren.

Nachdem du die Gelübde gelernt hast, wird ihr Einhalten zu deiner täglichen Praxis. Du solltest einen Punkt erreichen, an dem du zurückblickst und deine Fortschritte siehst und sagen kannst: „Vor ein paar Jahren habe ich auf eine bestimmte Art und Weise gehandelt. Ich hatte eine bestimmte Einstellung, bestimmte Verhaltensmuster, und mein Wissen und meine Fähigkeiten waren begrenzt. Jetzt hat sich all das zum Besseren geändert. In den letzten beiden Jahren habe ich mich verändert. Selbst im letzten Jahr habe ich mich weiter verändert.“ Du solltest für dich beurteilen können, ob du die Gelübde einhältst und wie dies alles in deinem Leben verändert.

Wir arbeiten also hauptsächlich auf den Tag hin, an dem wir die Einweihung in die Praxis der Diamantkönigin erhalten. Danach dürfen wir ihre Lehren erhalten und sie umsetzen. Dafür müssen wir erst eine der vorausgehenden Einweihungen in die geheimen Lehren der Gruppe der „Unübertroffenen“ anstreben, der höchsten Gruppe der geheimen Lehren.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Ein Mensch, der in diese höchste Gruppe initiiert werden möchte, sollte dieses höchste Niveau haben, in dem Sinne, dass er oder sie hoch qualifiziert ist, diese Einweihung zu erhalten. Dieses hohe Niveau muss man in der richtigen Reihenfolge, in bestimmten Schritten, einen nach dem anderen, erlangen.

Oben habe ich dich gebeten, darüber nachzudenken, was die Buddhas von uns unterscheidet. Früher waren all jene Wesen, die heute Buddhas sind, genauso, wie wir heute sind. Sie haben dasselbe leidvolle Leben geführt, in dem wir heute unsere Tage verbringen, und sie haben dies Millionen und Abermillionen Jahre lang, viele Leben lang getan.

Irgendwann jedoch waren diese Wesen in der Lage, ein außerordentliches Leben als Mensch zu erlangen – dieselbe Art Leben, die du jetzt hast. In diesem menschlichen Leben hatten sie auch das Glück, einen außerordentlichen Lehrer zu treffen. Er oder sie gab ihnen die richtige Ausbildung und die erforderlichen Einweihungen, und dem folgend wurden diese Wesen immer besser. Schließlich erlangten sie Erleuchtung: Sie konnten alle Probleme im Innen und im Außen beenden. Wenn sie in der Lage waren zu praktizieren und dieses Ziel zu erreichen, warum solltest du das nicht auch können? Warum nicht?

Also ist es für dich möglich, jemand zu werden, der für eine Einweihung der Gruppe der „Unübertroffenen“ der geheimen Lehren hoch qualifiziert ist. Um dich für diese Einweihung zu qualifizieren, um ein in diesem Sinne hoch qualifizierter Praktizierender zu sein, musst du ein Praktizierender des *Mahayana* Pfades, des Großen Pfades sein. Denn auch die geheimen Lehren gehören zum Großen Weg. Sie sind die höchsten Lehren und Praktiken des Großen Weges. Du musst also auch ein unübertroffener Praktizierender des Großen Weges sein. Aber wie gelangst du da hin?

Zunächst musst du dich mit dem, was wir „geteilte“ Praxis nennen, vorbereiten. Das Wort „geteilt“ bedeutet, dass diese vorbereitende Praxis in allen drei Lehren enthalten ist: im Pfad der offenen Lehren, im Großen Weg und im Pfad der geheimen Lehren. Alle drei Pfade teilen diese Praxis.

Nehmen wir an, du willst ein sehr hohes Gebäude mit vielen Stockwerken bauen. Das Wichtigste ist zu Beginn eine gute Grundlage, ein gutes Fundament zu schaffen. Wenn das Fundament solide ist, kann man darauf so viele Stockwerke bauen, wie man will.

Dieses kleine Buch – *Bitte um einen Berg an Segnungen* mit dem Kommentar des großen Pabongka Rinpoche – liefert diese Grundlage. Es präsentiert die Praxis, die von allen drei Pfaden geteilt wird und bereitet dich auf die Einweihung in die geheimen Lehren vor. Dies ist die solide Grundlage, auf die du dein großes Haus bauen wirst.

Denke darüber nach und sei glücklich. Freu dich über das, was du beginnst. Du musst erkennen, was für eine kostbare Gelegenheit dies ist, in diesem Moment, in diesem seltenen Leben. Lese, lerne und versuche, nichts zu vergessen. Erinner dich an das, was du in diesem kleinen Buch lernst, und integriere es dann als festen Bestandteil in deine Praxis, in deinen Alltag.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Am Ende dieses Buches solltest du ein anderer Mensch sein. Die Person, die dieses Buch in die Hand genommen hat, und die Person, die es nach dem Lesen der letzten Seite weglegt, sollten zwei völlig unterschiedliche Menschen sein. Du musst dein Inneres verändern, alles, was du bist: anders denken, anderes wissen, dich jeden Tag anders verhalten. Versuch, dich zu verändern. Wenn du das tust, wirst du belohnt werden; dafür, dass du es in die Hand genommen hast, es gelesen hast und eingetreten bist in die Welt, für die es steht.

Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin

Emeritierter Abt des Tibetischen Klosters Sera Mey,
Abt des Rashi Gempil Ling Kalmuk Buddhist Temple,
Freewood Acres Howell, New Jersey, USA

Am Je Tsongkapa Tag,
27. Dezember 1994

2

Warum sollen wir die Stufen zur Erleuchtung studieren?

„Und so fängt es an“, sprach der Lama.

Erinnere dich an die Zeilen vom König des Dharmas in allen drei Reichen, Tsongkapa dem Großen. In ihnen heißt es: „Dieses Leben spiritueller Muße, kostbarer als ein Juwel, das dir jeden Wunsch erfüllen kann“. Der Refrain dieser Verse lautet: „Die von euch, die Freiheit suchen, sollten sich bemühen, dies zu meistern, wie ich es getan habe“. Du und ich leben schon ewig im Kreislauf dieses leidenden Lebens und es gibt keine einzige Lebensform in allen sechs Reichen des Schmerzes, die wir nicht bereits durchlebt haben.

In diesen Leben haben wir gelitten und kurzzeitige Freuden genossen, haben uns ziellos von dieser hohen Stufe, die „Gipfel der Existenz“ heißt, entfernt, bis hinunter zur tiefsten Hölle „Qual ohne Unterlass“, dann wieder hoch und von dort wieder zurück. Wir haben so seit anfangslosen Zeiten gelebt, und doch haben wir nie einen Sinn darin gefunden. Die Zeit glitt durch unsere Hände, nutzlos, sinnlos, leer. Und so sind wir immer noch hier, auf- und abwärtssteigend in den drei Reichen des Rads des Lebens und verdammt dazu, immer so weiter machen zu müssen.

Irgendwann in lang vergangenen Zeiten, kamen du und ich aus purem Glück einige kurze Momente in die Obhut eines Lamas oder in die der Drei Juwelen. So konnten wir ein wenig reines, starkes Karma sammeln. Die Kraft dieses Karmas, ich gebe es zu, hat es uns ermöglicht, dieses eine Mal das gegenwärtige Leben zu erlangen, das wir genießen, voll der verschiedenen Arten von Muße und Glück, befreit von den Problemen, die wir bekommen, wenn wir die Bedingungen für eine ordentliche spirituelle Praxis nicht haben.

Ich gebe auch zu, dass alles, das wir brauchen, dieses eine Mal für uns zusammengekommen ist: Wir haben einen Lama, wir haben Dharma, das wir praktizieren können, alle notwendigen Voraussetzungen sind erfüllt. Und daher halten wir jetzt die Befähigung, dem spirituellen Pfad zu folgen, in unseren Händen. Aber stell dir nur vor, wir scheitern. Stell dir vor, dass wir nicht in der Lage sind, das ultimative Ziel der unendlich vielen Leben, die wir geführt haben, zu erreichen.

Ohne jeden Zweifel werden wir in Reichen wiedergeboren, wo es kein Dharma gibt. Und wenn wir fallen, dann ist es gleichgültig, wohin wir fallen. In jeder Wiedergeburt ohne Dharma, kann unser Leben niemals etwas anders sein als Schmerz.

Wenn du verhindern möchtest, jemals wieder eine Geburt ohne Dharma erleben zu müssen, musst du, im Hier und Jetzt, das Dharma rein praktizieren. Es gibt keinen anderen Pfad. Und du musst sofort beginnen. Du wirst sterben. Du musst sterben. Es ist sicher, dass du sterben wirst. Aber du weißt nicht, wann. Und was geschieht danach?

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Was wir heute tun, entscheidet, wohin wir danach gehen werden. Wenn wir Gutes tun, wird es uns eine der höheren Wiedergeburten bescheren. Wenn wir Schlechtes tun, wird es uns ein elendes nächstes Leben bringen. Stell dir vor, wir schaffen es nicht, zu praktizieren. Stell dir vor, wir sterben mitten in unserem gegenwärtigen schlechten Lebensstil. Es ist nur logisch, dass wir dann dorthin gehen, wohin wir gehören: In genau diese elendigen Leben.

Daher müssen wir jetzt erst einmal Zuflucht suchen bei den Drei Juwelen, um uns vor einer Wiedergeburt in den niederen Reichen zu bewahren. Wir müssen uns öffnen und die schlechten Dinge zugeben, die wir getan haben, und sie in Zukunft unterlassen. Wir müssen die vier Kräfte inbrünstig anwenden, um die Kraft des Schlechten auszubalancieren. Wir müssen uns zudem stetig bemühen, die kleinste gute Tat zu tun und die kleinste schlechte Tat zu unterlassen.

Wenn wir dann noch dem Pfad der Drei Außergewöhnlichen Trainings folgen, dann werden wir von allen Ängsten im Kreislauf des leidenden Lebens befreit sein. Aber es reicht nicht, dass nur du dem Kreislauf entkommst, denn wir sollten uns an die Worte von Meister Chandragomi erinnern:

Selbst die Kuh weiß
Wie sie sich um sich kümmert,
Wenn sie ein paar Büschel Gras frisst,
Die sie leicht erreichen kann.

Selbst ein Tier kann glücklich aus einer
Pfüte trinken, die es gefunden hat,
Wenn starker Durst es quält.

Aber bedenke, was es bedeutet,
Dein ganzes Herz in die
Fürsorge für andere zu stecken.

Das ist Ruhm.
Das ist wahre Freude.
Das ist das Ultimative.

Die Sonne
Besteigt ihren strahlenden Wagen,
Fliegt über den Himmel,
Erleuchtet die ganze Welt.

Die Erde
Erhebt ihre mächtigen Arme,
Trägt die Last,
Hält die gesamte Menschheit.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Und so tun es auch
Jene großartigen Wesen,
Die sich nichts
Für sich wünschen,

Ihre Leben widmen sie
Einem einzigen Lied:
Dem Wohlergehen und dem
Glück aller Lebewesen.

3

Die Güte unserer Mütter zurückzahlen

Wir müssen tun, was uns diese Verse vermitteln: Wir müssen uns vom Tier abheben, wir müssen großen Mut in unserem Herzen finden, um die Ziele aller anderen fühlenden Lebewesen zu erreichen. Und es gibt einen guten Grund, warum wir das tun sollten.

Jedes einzelne Lebewesen im Universum war schon unser Vater, war unsere Mutter. Nicht nur einmal, sondern öfter als Zahlen dies erfassen können. Und es ist nicht ein Lebewesen unter ihnen, das uns damals, als es uns als Elternteil diente, nicht mit jeder erdenklichen Güte überschüttet hat, immer und immer wieder.

Denk weiter: Alles, was wir jetzt haben, angefangen bei diesem kostbaren menschlichen Körper, haben wir nur aufgrund der Güte anderer Lebewesen. Und deshalb müssen wir ihnen dies zurückgeben. Und dieses Zurückgeben muss hier und jetzt erfolgen, solange ich dazu in der Lage bin, solange ich mich in dieser perfekten Situation für das Praktizieren von Dharma befinde.

Wenn ich dieses große Ziel nicht erreichen kann, wenn alles, was ich erworben habe, verloren geht, dann macht die Behauptung, dass man nach dem Wohl aller Lebewesen strebt, wenig Sinn: Es ist nicht sehr wahrscheinlich, dass ich in der Lage sein werde, die höheren Reiche im Kreislauf des leidenden Lebens noch einmal zu erreichen.

Wie können wir ihnen ihre Güte zurückzahlen? Es gibt keine bessere Möglichkeit, als sicherzustellen, dass jedes Lebewesen alles Glück bekommt, das es gibt, und jedes Lebewesen frei ist von jedem Schmerz, den es gibt. Und ich werde das bewirken! Erhebe dein Herz mit diesen Gedanken der Liebe und des Mitgefühls!

Und dann musst du die Entscheidung treffen, die Last auf dich zu nehmen: „Ich werde nicht darauf vertrauen, dass ein anderer diese Arbeit tut. Ich sollte es sein, ich allein, der allen Lebewesen alles Glück bringt und jedes einzelne von allem Leid befreit.“

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Und dennoch besitzt nur ein einziges Wesen die Fähigkeit, diese edle Aufgabe zu erfüllen: Nur ein Buddha kann all dies tun, niemand sonst. Wenn ich ausschließlich zum Wohle aller anderen Lebewesen den Zustand eines Buddhas erreichen kann, dann kann ich am Ende die beiden ultimativen Ziele vollständig erfüllen und dabei gleichzeitig auch alles erreichen, was ich brauche.

4

Die Stufen auf dem Pfad

Diese Art der Werke nennen wir „Stufen zur Buddhaschaft“. Bücher wie diese enthalten jeden einzelnen entscheidenden Punkt aus allen offenen und geheimen Lehren des Buddhismus. Sie präsentieren diese Punkte, ohne den geringsten Fehler, von Anfang bis Ende: Vom Finden eines spirituellen Lehrers und dem Dienst an ihm oder ihr, bis zur perfekten geheimen Vereinigung, wo es nichts mehr zu lernen gibt.

Diese Lehren über die Stufen sind die reine Essenz all dessen, was die Siegreichen Buddhas jemals gesprochen haben, zur Quersumme vereint. Sie sind die eine und einzige Form der Lehre, die alle Lehren des Großen Weges verkörpert. Sie sind die Spitze des obersten Endes des höchsten, einzigartigen Gipfels.

5

Die Stufen und die Geheimen Lehren

Unser Lord, der Lama, sagt in seinem Werk *Lieder meines spirituellen Lebens*:

Wenn du in dir den Pfad entwickelt hast,
Der geteilt wird,
Der gebraucht wird
Für die beiden höchsten Pfade...

Damit sagt er auf allgemeine Weise, dass die Anleitung über die Stufen zur Buddhaschaft absolut unentbehrlich ist, ganz gleich, ob du die offenen oder die geheimen Lehren des Buddhismus praktizierst. Oder genauer, wie der Große Fünfte Dalai Lama gesagt hat:

Jeder spricht davon,
Das geheime Wort, der tiefste, wesentliche Gedankengang
Im Fluss des Dharmas
Für diejenigen mit großer Motivation;

Doch versuche es,
Bevor dein Geist geschult ist
Auf dem Pfad, den sie beide teilen,
Auf einen mächtigen Elefanten zu klettern,
Der immer noch wild und noch nicht gezähmt ist;
Du wirst nur Dich selbst verlieren.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Es ist daher absolut entscheidend für jeden, der hofft, die Tür zu durchschreiten, die auf den Pfad des Geheimen Wortes führt, dass du deinen Geist zunächst in dem Pfad, den die offenen und die geheimen Lehren teilen, übst.

Könnte jemals ein System tiefer und weitreichender sein als dieses Dharma, die Stufen auf dem Pfad? Sicherlich nicht jene Lehren, von denen andere behaupten, sie wären so tief, so hoch und so undurchschaubar. Die Menschen schwätzen über ihre Erkenntnisse, die Höhepunkte eines sehr geheimen Pfades, sie reden von Beendigung, sie reden über Stufen der Kreation und des Vervollkommnens, über Kanäle und Winde und Tropfen, das große Siegel oder die große Perfektion, was auch immer. Aber wenn man diese Stufen nie nutzt, kann man niemals die Samen pflanzen, geschweige denn den Pfad im Geiste vollständig zum Wachstum bringen.

6

Warum man einen Lama braucht

Der erste dieser Teile wird in einem einzigen Vers präsentiert, dem ersten des Werkes:

*Der Quell all meines Glücks
Ist mein gütiger Lama, mein Lord.
Als erstes segne mich, damit ich erkenne,
Dass es die Grundlage des Pfades ist,
Mich ihm in angemessener
Weise anzuvertrauen,
Und gewähre mir dann,
Ihm zu dienen und zu folgen
Mit all meiner Kraft und Ehrerbietung.*

Dieser Schritt, bei dem man sich einem Lama anvertraut, ist in zwei Abschnitte unterteilt: großes Vertrauen in ihn entwickeln, was die wahre Grundlage des Pfades darstellt. Und dann Ehrerbietung für ihn entwickeln, indem wir uns der großen Güte bewusst werden, die er uns erweist. Die Anleitung zur Entwicklung von Vertrauen hat zwei Stufen: wie man dem Lama in Gedanken folgt und dann, wie man dem Lama in Taten folgt.

Die Geheimen Lehren von Sambhuta besagen:

Du wirst niemals ein Boot
Zur anderen Seite des Ufers bringen,
Wenn du das Ruder nicht in die Hand nimmst.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Du wirst niemals das Ende des leidvollen Lebens
Ohne einen Lama erreichen,
Selbst wenn du dich
In jeder anderen Hinsicht perfektionierst.

Das *Kürzere Sutra über die Perfektion der Weisheit* stimmt dem zu:

Die Siegreichen Buddhas,
Die die höchsten
Aller guten Eigenschaften besitzen,
Sprechen mit einer Stimme, wenn sie sagen:
„Jeder einzelne Teil des buddhistischen
Pfades hängt vom spirituellen Lehrer ab.“

Es besagt auch:

Und daher sollten die Weisen,
Die den hohen Zustand der Erleuchtung suchen
Mit brennendem Wunsch tief im Inneren
Allen Stolz in sich zerschmettern

Und wie eine Horde kranker Menschen,
Die Medizin zur Heilung suchen,
Sich einem spirituellen Lehrer anvertrauen,
Und ihm unermüdlich dienen.

Unser Sanfter Retter, Tsongkapa der Große, hat die folgenden Worte gesprochen:

Es gibt einen einzigen Schlüssel
Für den perfekten Einstieg
Um jeden deiner Wünsche zu erreichen, sowohl
Kurzfristige Glückseligkeit als auch ultimative.

Und die höchsten Worte, die jemals
Gesprochen wurden, sagen stets das Gleiche:
Es ist dein Lama.

Daher musst du dich der Meditation
Über deinen Lama widmen,
Über die Essenz all der drei Unterschiedlichen Arten von Zuflucht.
Bitte ihn, für alle deine Ziele.

Alle diese Zeilen beschreiben dasselbe:

Wenn du hoffen willst, die hohen spirituellen Eigenschaften der verschiedenen Stufen und Pfade zu erreichen, dann musst du von Beginn an mit aller Entschiedenheit einen Lama finden, der dir zeigen kann, wie das geht, und du musst ihm folgen.

7

Die Qualitäten eines authentischen Lamas

Und der Lama, den wir hier beschreiben, ist nicht einfach der erste Beste, der deinen Pfad kreuzt. Es ist nicht einfach jemand, den sie „Lama“ nennen. Vielmehr muss er die zehn hohen Eigenschaften besitzen, die in *Juwel der Sutras* beschrieben werden. Er muss Selbstkontrolle besitzen und großen Frieden, was bedeutet, dass er alle drei Trainings besitzen muss. Er muss edle spirituelle Eigenschaften zeigen, die die seines Schülers übertreffen und außergewöhnliche Anstrengung demonstrieren. Er sollte vollständige Meisterschaft des Dharmas in Form der Schriften haben und sollte Leerheit realisiert haben. Er sollte das Dharma außergewöhnlich gut lehren können und seine Schüler sehr lieben und er sollte niemals entmutigt oder müde werden, zu lehren, ganz gleich wie oft er darum gebeten wird.

Wir leben heute jedoch in den Tagen des Verfalls und daher ist es möglicherweise schwierig, jemanden zu finden, der alle diese Eigenschaften besitzt. In diesem Falle müssen wir dem Rat des Herrn der Lamas folgen:

Wenn ihr meinem Rat folgt,
Menschen von Gyalkam,
Dann sucht euch den ultimativen
Spirituellen Lehrer:
Den, der die Wirklichkeit begreift,
Der seine Sinne beherrscht,
Der dein Herz berührt,
Sobald du ihn nur siehst.
Zu dem,
Wenn du folgst, was er lehrt,
Das Gute in dir zu blühen beginnt
Und das Schlechte beginnt zu vergehen.

Diese und weitere Zeilen sagen uns, dass der Lama, den wir suchen, zumindest fünf unterschiedliche Eigenschaften komplett besitzen muss: Er muss seinen Geist durch die Drei Trainings unter Kontrolle gebracht haben. Er muss Leerheit realisiert haben. Und er muss Liebe besitzen.

Als absolutes Minimum muss der Lama unbedingt der folgenden Beschreibung entsprechen. Er muss sich mehr mit dem Dharma als mit weltlichen Dingen beschäftigen. Er muss sich mehr mit dem, was für die zukünftigen Leben wichtig ist, beschäftigen, als mit dem, was für dieses

gegenwärtige Leben wichtig ist. Er muss sich mehr damit beschäftigen, andern zu helfen als sich selbst. Er ist nie achtlos in dem, was er tut, sagt oder denkt. Und schließlich führt er seine Schüler niemals auf einen falschen Pfad.

8

Die Vorteile und die Gefahren

Angenommen du schaffst es einen Lama, wie oben beschrieben, zu finden. Welchen Nutzen kannst du erwarten, wenn du ihm richtig folgst? Einfach gesagt, wirst du jedes Gute in diesem und all deinen zukünftigen Leben gewinnen. Welche Gefahren gibt es, wenn du dich weigerst ihm oder ihr weniger als richtig zu folgen? Du wirst sehr viele unerträgliche Schmerzen erleiden, sowohl kurz-, als auch langfristig. Du musst diese Tatsachen wirklich gut begreifen.

Dein Lama ist wie die Quelle, er ist wie der Ursprung, aus der jede einzelne gute Eigenschaft aller unterschiedlichen Stufen und Pfade, sowohl der offenen als auch der geheimen Lehren, entspringt. Wenn es dir gelingt, auch nur einen einzigen persönlichen Fehler zu beenden, dann hast du es ihm zu verdanken. Wenn es dir gelingt, auch nur eine einzige spirituelle Eigenschaft zu entwickeln, dann hast du auch dies ihm zu verdanken. Die gesamte Bandbreite der Tugenden, vom finalen Erlangen der geheimen Vereinigung hinunter bis zu einem einzelnen förderlichen Gedanken, alles kommt von ihm.

Dein Lama ist auch die eine und einzige „Quelle“ im Sinne der Verkörperung oder Aktualität aller mächtigen Taten, allem großen Guten, dass alle Siegreichen Buddhas mit ihren heiligen Taten, Worten und Gedanken vollbringen. Streng dich an, diese Grundlage des Pfades zu entwickeln – entwickle klares Vertrauen in ihn.

Wenn du mit den durch dieses Vertrauen klar gewordenen Augen deinen Lama als realen Buddha zu sehen beginnst, dann wird der Segen eines realen Buddhas in deinem Gedankenstrom folgen. Daher ist es wichtig, dass du deinen Geist in den wichtigen Teilen, wie sie in den Texten über die Stufen beschrieben werden, übst: die Gründe, warum du deinen Lama als Buddha sehen solltest. Die Gründe, warum du sehen kannst, dass dein Lama ein Buddha ist. Wie du ihn sehen sollst. Und so weiter.

9

Wie folgst du deinem Lama

Was bedeutet es, „deinem Lama richtig zu folgen“? Du musst verstehen, dass es bedeutet, dich ihm vollständig zu unterwerfen. Du solltest dich ihm anvertrauen wie ein gehorsames Kind und mit den übrigen neun Einstellungen, die in *Anordnung der Truhen* beschrieben werden.

Kurz gesagt musst du dich unbedingt so verhalten. Du muss jede einzelne der klassischen Beschreibungen, wie man einen Lama findet und ihm folgt, genauestens befolgen. Wenn der

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Grundstein eines Hauses, das Fundament, auf dem es ruht, stabil ist, dann ist auch das Haus stabil. Wenn die Wurzeln eines Baums fest im Boden verankert sind, dann werden die Äste, die Früchte, der ganze Rest stark wachsen.

Was wir wachsen sehen wollen ist der Pfad, in seiner Gesamtheit: alle Stufen aus der Erkenntnis der Bedeutung der spirituellen Muße und Freizeit unserer gegenwärtigen Umstände, bis hin zum Erlangen der geheimen Vereinigung. Wir müssen sicheres und stabiles Wissen finden. Wir müssen erkennen, dass wir, indem wir einem Lama richtig folgen, all dies ohne Schwierigkeit erreichen.

Das gesamte Thema, wie du deinem Lama in Gedanken folgen sollst, wird in den Worten „zuerst zu sehen“ beschrieben: Du sollst deinen spirituellen Freund als realen Buddha sehen, dies bringt uns dazu, wie du ihm in Taten folgen sollst.

Wie können wir unseren Lama erfreuen? Was den Pfad, der geteilt wird, angeht, solltest du die Anleitungen aus den allgemeinen Diskussionen, wie man einen Lama findet und ihm folgt, befolgen. Was den Pfad des geheimen Wortes angeht, solltest du die Anleitungen in *Fünzig Verse über Lama* folgen. Beide beschreiben, wie du, so gut du kannst, „mit all deiner Kraft“, freudig jede schwierige Aufgabe an allen drei Türen des Ausdrucks – Körper, Sprache oder Geist – annehmen solltest, um ihn zu erfreuen.

Es gibt verschiedene Ebenen, wie wir unseren Lama ehren: Wir bringen ihm Gaben dar, materielle Dinge, wir stellen uns in seinen Dienst, dienen seiner Ehre. Und wir nehmen das, was er uns lehrt, und setzen es in unserer Praxis um, um unsere spirituellen Ziele zu erreichen. Jeder dieser Punkte ist höher als der zuvor genannt, der letzte ist der Höchste.

Der Haupttext besagt, dass wir unserem Lama auf unterschiedlichste Weise dienen sollten, immer entsprechend unserer geistigen Kapazität.

Erinnere dich, wenn du deinem Lama dienst: Wenn ein Bauer seine Samen pflanzt, dann leistet er jede Arbeit auf dem Feld zu seinem Wohl. Er leistet sie nicht, um dem Feld zu gefallen. Hier ist es genauso. Ich will Freiheit von Schmerz erlangen und den Zustand der Allwissenheit. Dafür muss ich bestimmte Dinge leisten und andere aufgeben. Aber ich bin wie ein Blinder – ich habe keine Ahnung, welche Dinge welche sind.

Mein spiritueller Freund ist hier, um die Blinden zu geleiten. Und in meinem Dienst an ihm, bin ich verpflichtet, alles zu tun, was von mir verlangt wird, ganz gleich wie anstrengend oder ekelig es sein mag, solange es nicht moralisch falsch ist.

Und ich darf auch nicht diesen Dienst als etwas sehen, das ich für einen anderen leiste. Im Gegenteil, ich sollte ihn nicht einmal als Last sehen, sondern als Belohnung: Es ist mein großes Glück, die Gelegenheit überhaupt zu haben. Daher muss ich ihm, mit tiefster Ehrerbietung, erfolgreich sowohl mit meinen Gedanken als auch meinen Taten dienen.

Wenn unser Dienst an unserem Lama gut ist, dann werden wir uns in allen zukünftigen Leben unter der Obhut von Lamas wiederfinden. Dann können wir auch das Leben, das wir jetzt

jetzt gefunden haben, als das Erste in einer langen und ununterbrochenen Reihe von Leben rechnen, in denen wir alle acht spirituellen Arten der Muße und alle zehn Arten des Glücks genießen. Es wird auch in dieser besonderen Rechnung keinen Fehler mehr geben: Wir werden immer genau die Zahl von Umständen genießen, die wir brauchen, um unserer Dharma-Praxis zu folgen und so letztendlich den Zustand vollkommener Erleuchtung zu erlangen.

10

Das kostbare Leben, das wir haben

Wir alle besitzen die fünf Arten spirituellen Glücks, die sich auf das eigene Selbst beziehen, wie im folgenden Vers beschrieben:

Geboren als Mensch,
In einem zentralen Land,
Im vollständigen Besitz
Aller Fähigkeiten,
Nicht verloren an das schlimmste Karma,
Und ausgestattet mit Glauben an den Ort.

Hier bezieht sich „geboren in einem zentralen Land“ auf ein Land, in dem „der Kern des Dharmas“ existiert. Das bedeutet, dass es in diesem Land Menschen gibt, die die Gelübde der „vier Diener des Buddhas“ einhalten. Dies sind voll ordinierte Mönche und Nonnen sowie Novizen beiderlei Geschlechts. Der wichtigste Bestandteil des Kerns ist der voll ordinierte Mönch.

„Nicht verloren an das schlimmste Karma“ bedeutet, dass man das Karma, das durch das Begehen einer der „unmittelbaren“ Missetaten erzeugt wird, nicht begangen hat, bzw. es bereinigt hat.

Der *Ort*, aus dem jedes weiße, gute Ding erwächst, ist die Lehre der Disziplin. Hier kann das Wort „Disziplin“ ausgeweitet werden auf den gesamten Inhalt des Kanons – der drei Schriftsammlungen – da sie alle die Disziplin des Geistes bewirken. Wir besitzen also das Glück, Glauben in die heiligen Bücher zu haben.

Untersuchen wir, ob wir die fünf Arten des Glücks besitzen, die sich auf Dinge außerhalb von uns beziehen. Die klassische Referenz ist:

Der Buddha ist gekommen
Und hat das heilige Dharma gelehrt.
Seine Lehre bleibt,
Wie auch die, die folgen.
Es gibt Mitgefühl zum Wohle der anderen.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Hier muss der Buddha gekommen sein und immer noch in dieser Welt verweilen. Er oder seine direkten Schüler müssen das Dharma lehren. Die daraus entstandenen Lehren müssen ebenfalls bleiben, und zwar während der Zeit vor seinem endgültigen Übergang jenseits aller Not. Bestimmte Schüler des Buddhas müssen beobachten, wie andere Schüler die vier Ergebnisse erreichen, nachdem er sie gelehrt hat. Und diese Schüler müssen ebenfalls genau diese Praktiken befolgen.

Alle vier soeben erklärten Arten des Glücks besaßen sogar Menschen wie der Mönch Udayi. Über den Retter Nagarjuna konnte dies nicht gesagt werden. Er besaß sie in ihrer buchstäblichen Form nicht. Auch wir haben unsere Lamas getroffen, die nicht anders sind als der Buddha, und sie haben das Dharma gesprochen und so weiter. Ja, sie sind ein vollwertiger Ersatz, aber wir können nicht sagen, dass wir all diese Arten des Glücks in ihrer buchstäblichen Form besitzen. Jedoch genießen wir alle acht Arten der spirituellen Muße. Diese sind demnach unser Hauptvorteil, und vor dem Hintergrund dieser Tatsache wird im Vers von „Leben der Muße“ gesprochen.

Was bedeutet es, wenn es in der Referenz heißt: „Es gibt Mitgefühl zum Wohle der anderen“? „Andere“ bezieht sich hier auf uns. Unsere Unterstützer und Lamas und weitere solcher Personen handeln zu unserem Wohle, motiviert von Mitgefühl und kümmern sich darum, alle Bedingungen herzustellen, um unsere Praxis des Dharmas zu erleichtern: Sie geben uns Nahrung, Kleidung und anderes, was wir benötigen. Sie lehren uns das Dharma und so weiter. Daher sollte dieser Ausdruck als Beschreibung des Glücks verstanden werden, jene um uns zu haben, die uns die Dinge geben, die wir für die Praxis benötigen.

Menschen wie du und ich begehen die ganze Zeit unheilsame Taten. Das ist das absolut größte Hindernis, dass wir jemals wieder den Zustand spiritueller Muße und spirituellen Glücks erreichen werden. Das wird noch weiter ausgeführt in *Grundlagenwort zur ethischen Disziplin durch Gelübde* und anderen Texten. Sie besagen, dass die Zahl derer, die als Tiere wiedergeboren werden, geringer ist, als die Zahl derer, die Wiedergeburten des Elends erfahren. Und die Zahl derer, die als Mensch wiedergeboren werden, ist sogar noch geringer als die Zahl, die als Tier wiedergeboren werden. Und unter den Menschen ist die Zahl derer, die in einem Land wiedergeboren werden, wo die Lehren des Buddhas verbreitet ist, noch viel geringer.

In einem solchen Land wiedergeboren zu werden und dann auch noch das Dharma zu treffen mit einem so speziellen Geist und Körper, wie wir ihn jetzt besitzen, grenzt von der Wahrscheinlichkeit her an Null. Das zeigt, wie schwierig ein Leben, wie wir es jetzt haben, auch aus seiner eigenen Natur heraus zu finden ist.

11

Sich des Todes bewusst sein

*Mein Körper und mein Leben darin sind
So flüchtig wie die Gischt der Wellen
Im Ozean. Segne mich, dass ich mir
Des Todes bewusst werde,
Der mich bald zerstören wird.
Und hilf mir, die wahre Erkenntnis
Zu erlangen, dass nach meinem Tod
Die Dinge, die ich getan habe,
Gut oder schlecht,
Und dass die Früchte dieser Taten,
Mir auf dem Fuß folgen,
So sicher wie mein Schatten.*

*Gewähre mir dann, stets
Achtsam zu sein, um selbst
Die kleinsten der vielen Fehler,
Die wir begehen, zu unterlassen,
Und stattdessen jede der
Guten Taten, derer wir fähig
Sind, zu vollbringen.*

So haben wir diese sehr besondere Art des Lebens mit seiner spirituellen Muße und seinem spirituellen Glück erlangt. Aber *mein Körper und das Leben darin sind flüchtig*, verändern sich ständig und mit jedem einzelnen Moment, der vergeht, bewegen sie sich unausweichlich weiter auf meinen Tod zu.

Aber das ist noch nicht alles. Es gibt Bedingungen überall um mich herum, die mich augenblicklich erreichen und töten können: Dinge wie Krankheiten und böse Geister, plötzliche Katastrophen, Angriffe auf mich durch die vier Elemente, die meinen Körper formen. Sie lauern um mich herum und warten nur darauf, mein Leben zu rauben, wie ein Rudel gieriger Hunde nach einem Stück frischen Fleisch.

Und noch mehr: Mein Körper ist wie *Gischt des Meeres auf einer Welle*. Er hat keine Macht, dem geringsten Schaden zu widerstehen. Wir können sehen, dass sogar ein kleiner Riss durch einen Dorn zum Tod eines Menschen führen kann.

Zusammengefasst: Mein Körper und das Leben darin sind zerbrechlich: *Der Tod wird mich bald zerstören.*

12

Zur Schlachtbank gezerrt

Du bist nicht lange in diesem Leben.
Der Tod kommt schnell.
Jeder Schritt bringt dich näher zu ihm.
Mit jedem Augenblick, der vergeht.
Wir sind unterwegs wie ein Tier,
Das sie zum Schlachter zerren.

Deine Pläne für heute,
Deine Pläne für morgen,
Sie werden niemals alle erfüllt werden.
Lass all deine tausend Pläne gehen,
Widme dich nur dem einen.

Du wirst in die fürchterliche
Gegenwart des Herrn des Todes gerufen.
Am Ende wirst du auf deinem Bett liegen,
Der Atem vergeht, das Leben erlischt.

Und an diesem Tag,
Mein Rinchen Drup,
Wird dir nichts
Außer dem Dharma helfen.

13

Es gibt ein zukünftiges Leben

Der Meisterlehrer von Bodong mit dem Namen Jikdrel Chokle Namgyal, hat auch gesagt:

Die Existenz vergangener und zukünftiger Leben kann auch durch logische Begründung verstanden werden. Wenn der menschliche Körper ohne jede Ursache entstehen könnte, dann müsste jedes existierende Objekt mit menschlichen Körpern vollgestopft sein. Wenn der menschliche Körper ohne Einwirkung vorangegangenen Bewusstseins, wenn er allein aus physischer Materie entstehen könnte, dann müssten jedes bisschen Schmutz, jeder Fels, jeder Berg und jeder Fluss vollgestopft sein mit menschlichen Körpern. Die, die bestreiten, dass das Leben weitergeht, treffen diese Zeilen wie ein Blitzschlag.

14

Nichts kann uns dann helfen

Da nichts Anderes dann helfen kann, ist es entscheidend, dass wir das Leben aufgeben und uns ganz dem Tod widmen, indem wir eine reine Form des Dharmas praktizieren – als Unterstützung für unser zukünftiges Selbst. Es ist nicht so, dass der Strom unseres Geistes einfach aufhört und wir ins Nichts verfallen, *nachdem* du und ich *gestorben sind*. Vielmehr haben wir keine andere Wahl, als eine neue Geburt anzunehmen. Und es gibt nicht mehr als zwei Orte, an denen wir diese Geburt nehmen können: in den höheren Bereichen des Glücks oder den niederen Bereichen des Leids.

Wir haben absolut keine Kontrolle darüber, in welche der beiden Regionen wir gehen werden. Wir müssen dorthin gehen, wohin uns die unterschiedlichen Ursachen für diese jeweiligen Orte senden, und diese Ursachen *sind die Dinge, die wir getan haben, unsere schwarzen und unsere weißen Taten*.

Unser Geistesstrom enthält nur sehr, sehr wenige Ursachen für eine höhere Geburt. Hingegen besitzen wir eine große Menge Ursachen für eine der Geburten des Elends. Wir begehen hier und jetzt sowohl weiße als auch schwarze Taten: gute und schlechte. Im Moment des Todes wird die Kraft der einen wie der anderen aktiviert und zwingt uns in unsere nächste Wiedergeburt. Die am häufigsten vorhandenen Samen werden wahrscheinlicher aktiviert.

Und wenn wir in unser nächstes Leben eingetreten sind, dann *folgen uns* die guten oder schlechten Auswirkungen unserer Tugend oder unseres Fehlverhaltens auf dem Fuß. Diese Auswirkungen sind unausweichlich: Aus Gutem muss Gutes entstehen, aus Schlechtem Schlechtes. Sie werden sich meinem Bewusstsein anhängen und ihm überallhin folgen, *so unfehlbar wie mein Schatten*.

15

Fürchte keinen Mangel

Das Wichtigste ist, dass wir den Worten jenes Königs des Dharmas, Dromton Je, folgen:

Wir haben nur eine kurze Lebenszeit,
Es ist sicher, dass wir nicht lange hier sein werden.
Lass die Welt die Zeit damit verbringen,
Für ihr Futter zu arbeiten.
Selbst die Ärmsten wissen, wie das geht.

Jene, die den Regeln des Dharmas folgen,
Müssen keine Sorge haben.
Das Schwert des Hungers
Kann sie niemals berühren und töten.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Lass dieses Leben hinter dir.
Du kannst nicht zugleich für das zukünftige
Leben und für dieses arbeiten.
Das Nächste ist wichtiger.
Streng dich an für das Dharma.

Er sagt weiter:

Ob du deinen Magen
In diesem Leben gut füllst oder nicht,
Du wirst weiterleben.

Das Schwierige ist,
Das Dharma in deinem zukünftigen
Leben zu treffen.

Widme daher in diesem Leben
All Deine Anstrengung
Ausschließlich dem Dharma.
Wenn du nicht jetzt dein Bestes
Geben kannst, um das Tugendhafte zu tun,

So sei sicher, dass du im Leben danach
Nur Schmerz erfahren wirst.

16
Lernen Freiheit zu wollen

*Segne mich, dass ich klar erkenne,
Was trügerisch ist
An den scheinbar guten Dingen
Dieses Lebens.
Ich kann nie genug davon bekommen.
Auf sie kann man nicht bauen.
Sie erzeugen all mein Leid.
Gewähre mir dann, stattdessen
Nach der glückbringenden Freiheit
Zu streben.*

17

Wer unser wahrer Feind ist

Der Höchste der Siegreichen, der Große Fünfte der Dalai Lamas, hat auch gesagt:

Was geschah zuvor?

Etwas war in meinem Geist seit anfangsloser Zeit.

Wann war das?

Es gab niemals einen Augenblick, in dem sie nicht da waren.

Wer sind sie?

Ich lebe und lebe erneut, die Geistesgifte.

Und am Ende?

Werden sie mich im Ozean des leidenden Lebens verrotten lassen, ohne
Aussicht auf ein Ende.

Und das Karma?

Es kommt wie der Wind, mit all den Dingen, die ich niemals wollte.

Wie weit?

Es peitscht mich überall und wirft große Wellen, die drei Arten des Leids.

Wie lang?

Ich könnte für immer um dieses Meer wandern. Die Fackel würde
kreisen und der Ring des Lichtes würde erstrahlen.

Was sollte ich sehen?

Denk an dies und sieh, die Geistesgifte sind der eine wahre Feind.

Was ist zu tun?

Der Feind, der für dieses Leben lebt, muss sterben.

Wer soll es tun?

Du musst vorgeben, Krieger genug zu sein, um der zu sein, der es tun wird.

Wann werden sie kommen?

Deine Feinde, deine Geistesgifte, waren schon immer da, haben schon
immer gelauert, sind bereit für die Schlacht.

Und nun?

Die Zeit ist wahrhaftig gekommen. Ziehe denn hinaus und besiege sie.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Wie die Zeilen besagen, gibt es ein Ding, das die wahre Wurzel all unseres Leids hier im Kreislauf des Lebens ist. Dies ist nichts Anderes als unser Feind, die Geistesgifte, so sehr von uns geschätzt, unserem Herzen so nah.

18
Was ist im Leben wichtig?

Höre diese Beschreibungen des leidenden Lebens, wie sie zuerst vom Siegreichen, Yang Gonpa, gesprochen wurden:

Du kannst nicht sicher sein, dass du leben wirst,
Noch kannst du die Stunde deines Todes festlegen.

Dieses Monster, der Herr des Todes
Hat kein Interesse
Zu kommen, wann es dir passt.

Die vier Elemente deines physischen Körpers
Und deines Geistes
Könnten schon heute getrennte Wege gehen.

Denk darüber nach:
Kannst du jemals sicher sein?
Kannst du jemals entspannt sein?

Er fügt weitere Zeilen hinzu, unter anderem:

Dieser Teufel, Gier
Häufte Geld an

Ohne Rücksicht auf Trost
Und Mühsal, um dies zu erreichen.

Aber wir haben keine Macht
Auch nur das allergeringste
Davon mitzunehmen an jenem Tag.

Was nutzt das Geld,
Das nie da ist,
Wenn du es brauchst?

Unsere Freunde und Familie
Standen uns bei
Und gingen mit uns durch Dick und Dünn.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Wir gewannen und behielten sie,
Indem wir uns anpassten
Und auf unseren guten Ruf achteten.

Aber es gibt nicht einen, der
Auch nur einen Schritt
An unserer Seite gehen kann an jenem Tag.

Was nutzen Familie, Freunde,
Die nie da sind,
Wenn du sie brauchst?

Mit Mühe und Schweiß
Bauten wir ein großes
Wundervolles Haus für uns.

Um das zu erreichen,
Übertraten wir alle Regeln,
Zu dem, was wir tun, sagen, denken sollen.

Aber was geschieht,
Wenn der Herr des Todes eines Morgens
Entscheidet, dass er nicht länger schlafen wird?

Was nutzt ein Haus,
Das nie da ist,
Wenn du es brauchst.

Und dann sagt er:

Im Sommer
Drängen sich große Wolken am Himmel.

Es kommen die Blitze,
Es gehen die Blitze.

Dieses Leid namens Unbeständigkeit
Reißt unser Leben
In den Abgrund.

Lass los das Gefühl
Der Beständigkeit,
Vorbereitet zu sein.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Der Regen bringt ihn hervor,
Jenen glückbringenden Moment,
Wo alles einfach richtig ist.

Es kommt ein Regenbogen,
Es geht ein Regenbogen.

Dieses Leid namens Unbeständigkeit
Reißt unser Glück
In den Abgrund.

Lass los das Bedürfnis,
Gut auszusehen
Und herumzustolzieren.

Ein plötzlicher Ton
Bringt es hervor.

Es kommt ein Echo,
Es geht ein Echo.

Dieses Leid namens Unbeständigkeit
Reißt unseren Ruhm
In den Abgrund.

Lass los die Hoffnung
Nach Größe,
Nach einem Namen.

Sie reisen in eine große Stadt,
Um ihre Waren zu verkaufen
Und übernachten in einem Hotel.

Es kommt der Gast am Morgen,
Es geht der Gast am Abend.

Dieses Leid namens Unbeständigkeit reißt
Unsere Freunde
In den Abgrund.

Lass los die Hoffnung,
Zu deinen Freunden zu passen,
Zu deiner Familie

Im Sommer arbeiten die Bienen und
bauen ihren Bienenstock.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Aber jeder kann sehen,
Wie sie ausgelöscht werden
In einem einzigen Augenblick.

Dieses Leid namens Unbeständigkeit
Reißt unsere Nahrung
Und unser Geld in den Abgrund.

Lass los den Versuch,
All dieses Geld und Nahrung
Zusammen zu raffen.

19

Den Weg zur Freiheit finden

Nirgends steht etwas
Anderes als dies:
Wenn du hoffst,

Einsicht, das Training
Der Weisheit gut zu entwickeln,
Musst du die Stille finden
In der Konzentration.

Es heißt auch,
Wenn du einen reinen,
Eins-gerichteten Geist entwickeln willst,

Musst du das Training
Der Moral besitzen.
Und dies ist ein guter Rat.

Einige mutige Seelen
Behaupten, sie würden
Viele unterschiedliche Gelübde einhalten.

Aber es passiert allzu oft,
Dass wir erleben, wie sie jedes Versprechen,
Das sie gegeben haben, brechen.

Der Pfad der Heiligen
Ist das Bemühen,
Ihre Moral reinzuhalten,

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Genauso, wie
Sie es versprochen haben,
Dies zu tun.

Wenn du die Wahrheit
Hierin erkannt hast,
Dann nutze deine Wachsamkeit,

Kontrolliere ständig
Deine Gedanken, Worte und Taten,
Um jeden Fehler am Entstehen zu hindern.

Erinnere dich,
Gib dir größte Mühe,
Verspüre Scham
Und Bedacht.

Wende sie für
Das Pferd deiner Sinne an,
Wenn es den falschen Pfad gehen will.
Nutze deine Stärke,
Es zu zügeln,
Denn dies ist der Geisteszustand,

Den du dazu bringen kannst,
Sich zu fokussieren und
Auf jedem heilsamen Objekt konzentriert zu bleiben.

Stabil,
Was auch immer du willst,
Wie auch immer du es willst.

Und dies ist der Grund,
Warum sie die Moral
Rühmen als den Pfad,

Um Eins-gerichtet-Sein des Geistes zu erreichen.

20

Beginne mit einem ethischen Leben

Die wesentlichen Punkte der *gesamten Lehre* des Siegreichen *Buddhas*, die Bedeutung der Inhalte der drei Sammlungen des Wortes, all dies ist in drei kostbaren, außergewöhnlichen Formen des Trainings enthalten: dem Training in Moral, in meditativer Konzentration und in Weisheit. Der Kernpunkt, um den sich die beiden letzteren Trainings drehen, *ihre Grundlage*, ihr Ursprung und der Boden, auf dem sie stehen, ist im Wesentlichen ein einziges Element: Moral, in Form der verschiedenen Gelübde der Freiheit. Wie der große Panchen Lama, Lobsang Chukyi Gyaltsen, gesagt hat:

Alles beginnt,
Wenn du denkst:
„Es wird schon nicht so schlimm sein,

Wenn ich ein paar
Dieser kleineren Gelübde
Ein klein wenig breche.“

Innerhalb kürzester Zeit
Wirst du dich an einer großen Zahl
Deiner Gelübde vergangen haben.

Wenn du wahrhaftig darüber nachdenkst:
Diese Einstellung
Ist wie ein Metzger,

Der kommt,
Um das Leben deiner zukünftigen
Höheren Geburt zu zerstören.

Der Punkt hierbei ist: Wenn etwas so Kleines wie der Bruch eines einzigen, geringfügigen Gelübdes sich derart ausweiten kann, dann versteht es sich von selbst, dass das Ansammeln noch größerer Verfehlungen uns zwangsläufig in einen der drei niederen Bereiche führt – zu einer Art von Leiden, das völlig jenseits unserer Fähigkeit liegt, es zu ertragen.

21

Erreiche den Wunsch nach Erleuchtung

*Ich bin gestürzt und
In den Ozean dieses
Leidvollen Lebens gefallen.
Segne mich, dass ich erkenne,
Dass alle Lebewesen
Jedes meine Mutter,
Auch hineingefallen sind.
Gewähre mir sodann,
Den Wunsch nach Erleuchtung zu leben,
Und die Aufgabe, sie alle
Zu befreien, auf mich zu nehmen.*

Im Sutra, das Viradatta erbat heißt es:

Würde der Verdienst des Wunsches nach
Erleuchtung physische Form annehmen,
Es würde jeden Winkel des Raums ausfüllen
Und dann noch weiter überlaufen.

Das Werk *Leben eines Bodhisattvas* enthält ebenso Zeilen wie die Folgenden:

All die anderen
Arten der Tugend
Sind wie ein Bambusbaum.

Sie geben ihre Früchte
Und dann unweigerlich
Sterben sie und vergehen.

Aber der Wunsch
Nach Buddhaschaft
Ist ein Immergrün,

Trägt immer Früchte,
Und statt zu vergehen,
Erbliht er immer mehr.

22

Die Bodhisattva-Gelübde nehmen und bewahren

*Segne mich, dass ich erkenne,
Dass der Wunsch alleine
Nicht genügt.
Denn wenn ich kein Meister bin
In den drei Arten der Moral,
Kann ich kein Buddha werden.
Gewähre mir sodann
Die unerschütterliche Entschlossenheit,
Die Gelübde für die Kinder
Der Siegreichen einzuhalten.*

Angenommen, du bist in der Lage, wie oben beschrieben, den Wunsch nach Erleuchtung zu erreichen den aufrichtigen Wunsch, den Zustand eines Buddhas zu erlangen, um jedem fühlenden Wesen zu helfen. Doch das *allein genügt nicht*. Sobald du diesen Wunsch erreicht hast, musst du dennoch die Gelübde dieser Bodhisattva-Prinzen und -Prinzessinnen annehmen – dieser Söhne und Töchter der Siegreichen Buddhas. Dann musst du dich im Geben und in den fünf weiteren Perfektionen schulen. Andernfalls gibt es keinen Pfad, jemals zur Erleuchtung zu gelangen.

23

Erreiche perfekte Meditation über Leerheit

*Gewähre mir, dass ich schnell
Den Pfad erreiche, wo Stille
Und Einsicht sich vereinen.
Das Eine, das meinen Geist
Davor bewahrt, sich ablenken
Zu lassen und ihn beruhigt.
Das Andere, das die
Perfekte Bedeutung auf
Korrekte Weise untersucht.*

Die hier erwähnte Strophe spricht von Objekten, die „falsch“ sind; dies sollte im Sinne von irrtümlichen Objekten verstanden werden. Ein Beispiel wäre der Versuch, meditative Konzentration zu entwickeln, indem man den Geist auf ein kurzes Holzstäbchen fixiert, wie es einige Nicht-Buddhisten empfehlen. Wir müssen versuchen, *den Geist zu „beruhigen“* – das heißt, ihn davon abzuhalten, sich von solchen *falschen*, äußeren Objekten *ablenken zu lassen*.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Es gab auch tibetische Schulen der Vergangenheit, die lehrten, dass meditative Ruhe darin bestand, an nichts zu denken. Sie sagten, man solle den Geist in einem dunklen Zustand der Dumpfheit halten. Den hohen Zustand vollkommener Einsicht beschrieben sie als ein Fortschreiten in diesem Stupor. Dabei käme es zur Verwirklichung der reinen und einfachen Leerheit der trügerischen Natur des Geistes. – Diese Leerheit erklärten sie durch eine Analyse des „Geistes“. Man solle untersuchen, ob der Geist Form oder Farbe besitzt. Wenn man nichts dergleichen findet, sei dies die Erkenntnis der Leerheit.

Aber keine dieser Ideen ist korrekt. Wir müssen vielmehr Texten folgen wie den kurzen und den umfassenderen Erklärungen der Stufen auf dem Pfad, die vom Lord selbst verfasst worden sind. In denen gibt er die Anleitungen weiter, die vom Großen Herrscher, dem Liebenden, in seinem Werk mit dem Titel *Trennung der Mitte und der Extreme* gegeben wurden.

Diese Abhandlungen beschreiben, wie man in Schritten die fünf Probleme der Meditation eliminiert, die acht Gegenmittel anwendet und die neun Geisteszustände mit ihren vier unterschiedlichen Ansätzen erreicht.

So erreicht man eine Glückseligkeit, eine vollständige Fügbarkeit von Körper und Geist, die aus dem Verweilen in eins-gerichteter Meditation auf ein gewähltes tugendhaftes Objekt entsteht. Dies führt dann zu dem, was wir meditative *Stille* nennen.

Der Begriff „*perfekte Bedeutung*“ bezieht sich hier im Vers auf ein bestimmtes Objekt: die Tatsache, dass nichts eine Natur aus sich heraus hat. Eine Art der Weisheit, die für die Untersuchung der Natur eines Objekts genutzt wird, *analysiert* dieses Objekt auf bestimmte, *korrekte Art* und kommt am Ende dieser Analyse zu einem definitiven Schluss. Der Geist verbleibt in Meditation auf dieser Wahrheit, so dass sich Analyse und Fixierung auf das Objekt *vereinen* und *zusammen* arbeiten. Dies erzeugt ein Gefühl der Glückseligkeit, das den Geist vollständig erfüllt – und damit hat man das erreicht, was wir „*perfekte Einsicht*“ nennen.

Wir bemühen uns in der Praxis dieses Prozesses, wo Stille und Einsicht nicht mehr länger voneinander getrennt sind. Wenn wir den Vers rezitieren, dann bitten wir unseren Lama *zu gewähren*, dass *wir* als Ergebnis *schnell* in unserem Geist die außergewöhnliche Form der Realisation *erreichen mögen*, wo meditative Stille und perfekte Einsicht sich verbinden.

24

Den Diamantweg betreten

*Gewähre mir, dass ich, nachdem
Ich in mir die offenen Lehren
Vervollkommnet habe
Und würdig geworden bin,
Den Diamantweg
Mit Leichtigkeit betreten möge,
Den höchsten aller Pfade,
Die heiligste aller Tore
Für die Gesegneten.*

Du musst zuerst die allgemeinen Stufen des Pfades *gut geübt* haben, die sowohl in den offenen als auch in den geheimen Lehren „geteilt“ werden; das heißt, sie sind für beide so wichtig, dass du ohne sie niemals Erfolg haben könntest. Genauer gesagt musst du deinen Geist gut in den drei Hauptpfaden geschult haben: Entsagung, dem Wunsch nach Erleuchtung und der richtigen Sicht der Realität. Darüber hinaus musst du als Motivation ein äußerst starkes Verlangen haben, die Erleuchtung zum Wohle aller lebenden Wesen zu erreichen. Dies macht dich dann zu einem *würdigen* Gefäß, um den Weg des Geheimen Wortes zu betreten.

25

Der Diamantweg

Wenn die Zeit gekommen ist, musst du sicherlich den *Weg des Diamanten* betreten – das heißt, diesen Weg des geheimen Wortes. Es ist der *höchste aller „verschiedenen Wege“*: die Wege der Zuhörer, der selbstgemachten Buddhas und der Bodhisattvas. Was den Diamantweg höher macht, sind bestimmte einzigartige Merkmale, wie die Verwendung des Ziels der Praxis als Pfad zum Ziel.

Das tibetische Wort für „Diamant“ hier ist *dorje*. Dies ist die Übersetzung des Sanskrit-Wortes *Vajra* – ein Begriff, der in seiner grundlegenden Bedeutung „untrennbar“ bedeutet. Der „Diamant“ bezieht sich hier auf den eigentlichen Diamanten des heiligen Geistes des Buddhas – jenen tiefen Zustand der Meditation, der nur mit einem Diamanten verglichen werden kann. Man kann auch sagen, dass er sich auf jene Art von Weisheit bezieht, die die untrennbare Verbindung von dem ist, was wir „Methode“ (große Glückseligkeit) und „Weisheit“ (Leerheit) nennen.

Das Wort für „Weg“ hat hier die Bedeutung von „Transportmittel“ – etwas, auf das man steigt und mit dem man ein Ziel erreicht. Der hier erwähnte „Diamantweg“ ist daher auch eine Art „Diamant-Transportmittel“. Im Pfad der Perfektionen muss man seine Praxis über drei „unzählige“ Äonen hinweg fortsetzen, um die Buddhaschaft zu erreichen. Dies dauert so lange, dass es fast so ist, als würde man zu Fuß gehen, anstatt mit einem Transportmittel zu reisen.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Wenn du jedoch den Diamantweg nutzt, den Weg des Geheimen Wortes, ist eine so lange Zeitspanne nicht erforderlich: Du kannst den Zustand der geheimen Buddhaschaft, die Einheit, in nur einem einzigen Leben erreichen – sogar in einem der sehr kurzen Leben, die wir hier und jetzt im Zeitalter des Verfalls haben. Tatsächlich ist es möglich, die Buddhaschaft in nicht mehr als drei Jahren und drei Monaten zu erlangen. Dieser Weg ist also eine Methode, die unglaublich tiefgründig und schnell ist – eher vergleichbar mit dem Ritt auf einem edlen Rennpferd.

26
Die heiligste Tür

Was ist die „*heiligste*“ (im Sinne von höchst) *Tür* oder das Tor für Bodhisattvas – für jene Menschen, die so *glücklich und tugendhaft* sind –, um diesen Pfad zu betreten? Es ist der Empfang der vier Ermächtigungen des Diamantweges, des Weges des Geheimen Wortes, und ihr vollkommenes Empfangen, sodass sie sicher die Samen für die vier Körper eines Buddhas pflanzen.

Wir erbitten also in dieser Strophe, sagte unser Lama, ist, dass unser Lama uns die Fähigkeit verleiht, mit vollkommener Leichtigkeit den tiefgründigen Pfad zu betreten, der gerade beschrieben wurde: den Weg des Diamanten, die unübertreffliche Form des Geheimen Wortes.

27
Reinheit: der Weg zur geheimen Buddhaschaft

*Segne mich, damit ich
Immer weiß, dass, wenn
Ich den Pfad betreten habe,
Die Ursache für die beiden
Errungenschaften,
Das Gewissenhafte
Einhalten meiner
Heiligen Versprechen und Gelübde ist.
Hilf mir sodann, sie
Stets zu befolgen, selbst,
Wenn es mein Leben kostet.*

Angenommen, *du hast den Pfad beschritten*, hast dich zu einem Gefäß gemacht, das des Diamantweges, des Pfades des Geheimen Wortes, würdig ist. Du hast auf die richtige Art und Weise die vier unterschiedlichen Ermächtigungen erhalten. Wenn du die richtige Methode befolgst, kannst du die *beiden Errungenschaften* erlangen: die, die wir „*ultimativ*“ nennen und die, die wir als „*geteilt*“ beschreiben.

Die ultimative Errungenschaft ist die Geheime Vereinigung, wo es nichts mehr zu lernen gibt. Dies ist der Zustand des Siegreichen, des Hüters des Diamanten.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Die Errungenschaften, die geteilt werden, sind solche wie die „acht großen Errungenschaften“. Dazu gehören besondere Kräfte wie das Schwert, die Augensalbung, schnelle Füße, Tablette, unterirdische Bewegung, Verschwinden, Erscheinen und Himmelsgehen.

Was also können dir diese Errungenschaften *bringen*? Ihre *Ursache* oder Grundlage, das, was sie alle trägt, ist nur eins: Jedes einzelne der Haupt- und Nebenversprechen und -gelübde, die du beim Empfang der Ermächtigungen versprochen hast, *zutiefst rein zu halten*.

Die ungeheure Kraft der Reinheit deiner Versprechen und Gelübde wird dich durch die Kette deiner zukünftigen Leben zu einer sehr speziellen Art von Leben führen, wo du die geheimen Lehren praktizieren kannst. Du wirst immer einen authentischen Großmeister des Diamanten treffen, der dich im Geheimen Pfad unterweist. Und du wirst immer in der Lage sein, die geheimen Pfade in deiner Praxis umzusetzen.

So wirst du zweifellos in der Lage sein, vollständige Erleuchtung innerhalb von sieben, maximal sechzehn Leben zu erlangen. Hierzu hat unser Lehrer, der Hüter des Diamanten, Folgendes im *Tantra des Schatzes der Geheimnisse* gesagt:

Wenn einem eine reine
Ermächtigung gewährt wird,

Dann wird ihm Leben für Leben
Die Kraft gegeben.

Innerhalb von sieben Leben
Wird das Ziel erreicht.

Selbst wenn die Person
Nicht meditiert.

28

Die Essenz einer geheimen Praxis

*Segne mich sodann,
Die entscheidenden Punkte
Beider Stufen zu erkennen,
Die Essenz
Der geheimen Pfade.
Gewähre mir dann
So zu praktizieren,
Wie es der Eine gesagt hat,
Und immerzu
All mein Augenmerk
Auf die Vier-Mal-Praxis zu richten,
Der höchsten Praxis die es gibt.*

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Du fragst dich vielleicht: „Nehmen wir an, ich kann meine Versprechen und Gelübde einhalten. Was muss ich danach tun?“ Der höchste der Siegreichen, Kelsang Gyatso, hat Folgendes gesagt:

Der Punkt

Kann Geburt oder Tod oder der Zustand dazwischen sein.

Die Zeit

Die wichtigste für das Pflanzen der Samen, ist jetzt.

Der Pfad

Sie zu transformieren, ist die Praxis der Schöpfung und Perfektion.

Die Zuflucht

Die du lernen musst, sind die drei finalen Körper.

Hier wird gesagt, dass du zunächst jedes einzelne der geheimen Versprechen und Gelübde wie oben beschrieben einhalten musst. Dann musst du die bloße *Essenz* der großen See *der geheimen Pfade* praktizieren. Hier kommt zunächst die Stufe der Schöpfung, die anhand einer Reihe von Methoden erklärt wird.

Wir neigen dazu, die Dinge auf gewöhnliche Weise zu sehen, wir denken, sie sind nicht mehr als das, was wir sehen. Wir neigen dazu, auf diese Weise nach dem Ort zu greifen, an dem wir leben, nach unserem eigenen Körper, nach den Dingen, die wir besitzen und benutzen, und nach Dingen wie den Teilen, aus denen wir bestehen und auch nach der Welt: Das, was wir die „Haufen“, die „Kategorien“ und die „Sinnes-Tore“ nennen. Auch mussten wir schon immer eine gewöhnliche Geburt, einen gewöhnlichen Tod und die gewöhnliche Spanne zwischen Tod und Geburt durchleben.

Auf der Stufe der Schöpfung transformieren wir all diese anscheinend gewöhnlichen Dinge und Ereignisse. Wir verwandeln sie in die drei Körper eines Siegreichen Buddhas. Wir nehmen, was auch immer sich uns anbietet: Alles, was unseren Augen erscheint, alles, was unsere Ohren erreicht, alles, was in unsere Gedanken kommt. Und wir lassen es sich uns zeigen als vollkommene, absolute Reinheit, als Galaxie der Perfektion, als großartige Himmelspaläste, als heilige Engel, als magischer Tanz, veranstaltet von unseren Lamas.

Die Stufe der Perfektion setzen einige irrtümlich mit der ausschließlichen Konzentration auf eine Meditation über die unterschiedlichen Kanäle und Winde gleich, die zu einer nicht ungewöhnlichen inneren Hitze führt. Andere denken fälschlicherweise, es sei ein hoher spiritueller Pfad, wenn es einem einfach nur gelingt wahrzunehmen, dass die Essenz des Geistes ist, bewusst und wissend zu sein.

Die wahre Stufe der Perfektion ist jedoch nicht so. Vielmehr konzentrierst du dich auf die unterschiedlichen Winde, die sich aufgrund des gewöhnlichen konzeptionellen Denkens durch den Körper bewegen. Du leitest sie alle in den Zentralkanal, in einem dreifachen Prozess des Eintritts, Verweilens und Aufgehens. Als Ergebnis entsteht ein Urzustand des

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sechs

Geistes, das klare Licht, die Weisheit, die simultan ist. Und die Kraft dieser Weisheit lässt alle Existenz als Spiel von Glückseligkeit und Leerheit erscheinen.

Auf dem Pfad der Stufe der Perfektion meditieren wir immer und immer wieder über diese und verwandte Praktiken, bis wir schließlich in der Lage sind, die Vereinigung von Heiligem Körper und Heiligem Geist zu bewirken: Wir erreichen den Zustand des Herrn der Geheimen Welt, des Hüters des Diamanten.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Sieben: Der Beweis für zukünftige Leben, Teil Eins

Die folgende Auswahl zum Beweis für zukünftige Leben ist aus Licht auf dem Pfad zur Freiheit (Thar-lam gsal-byed, ACIP elektronischer Text S5450) entnommen, geschrieben von Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364–1432), einem bedeutenden Schüler des großen Tsongkapa (1357–1419). Der Text ist eine Erklärung des Kommentars zur gültigen Wahrnehmung (Pramana Varttika, ACIP Text T4210), verfasst von Meister Dharmakirti etwa im Jahr 650 n. Chr.

1

Der Zweck der Logik: Andere nicht verurteilen

Dies ist der dritte Abschnitt, [welchem Zweck es dient, einen Beweis für die Nicht-Existenz von etwas zu führen, was nicht wahrnehmbar ist]. In einem Sutra wird folgende Aussage getroffen:

Ich oder jemand wie ich kann eine Person beurteilen, aber kein normaler Mensch sollte einen anderen bewerten. Er wird fallen.

Diese Aussage drückt die Bedeutung von logischem Denken aus. Der Buddha sagt hier:

Ohne die wahren Umstände zu kennen, kannst du niemals etwas sagen wie: „Die Person hat diesen und jenen Fehler. Die Person hat keine einzige positive Seite.“ oder „Er oder sie hat ein paar gute Eigenschaften, aber nicht mehr als das.“

Wir können nie wissen, wer ein göttliches Wesen ist. Sowohl die offenen als auch die geheimen Lehren sagen, dass der einfachste Weg, um in ein Universum der unerträglichen Leiden wiedergeboren zu werden, der ist, schlecht über ein göttliches Wesen zu sprechen. Jede Person mit etwas Intelligenz sollte deshalb diesbezüglich sehr vorsichtig sein. Behandle solche Dinge so, als wenn du am Rand von glühenden Kohlen laufen würdest, die ganz unauffällig mit Asche bedeckt sind.

Die Folgerung aus der oben zitierten Sutra und aller großen Abhandlungen, die diese kommentieren, ist, dass wir uns um ein Verhalten bemühen müssen, bei dem wir allen Lebewesen helfen und ihr Glück sicherstellen wollen. So versuche, in dieser reinen Vision zu bleiben, in der du nur unverfälschtes Gutes in anderen Menschen siehst. Falls Dir das nicht gelingt, wäre es nett, wenn du zumindest weniger schlecht über sie sprechen würdest, als du es jetzt tust.

2

Etwas zur Geschichte der Buddhistischen Logik

Die nächste Auswahl stammt aus der englischen Einleitung zum Juwel des wahren Denkens“ (Tsad-ma dgongs-rgyan, ACIP Text S0023), einem modernen Kommentar zur gültigen Wahrnehmung von Geshe Yeshe Wangchuk, einem herausragenden Gelehrten des Sera Mey Tibetischen Klosters.

Thema des Werkes

Das Studium der gültigen Wahrnehmung ist ein essentieller Bestandteil der buddhistischen Philosophie. Es ist diese Wahrnehmung, die uns erlaubt, die wahre Natur der Welt um uns herum zu bestimmen und so dem Schmerz zu entkommen. Sei es in Form von leichtem Kopfweh, Angst, ungewollten Ereignissen oder sogar dem Tod. Die wahre Natur der Welt muss nicht nur mit unseren direkten physischen und geistigen Sinnen wahrgenommen werden. Auch durch indirekte Methoden wie Argumentieren, kann der Geist wichtige Konzepte erkennen, z.B. den Vorteil von moralischem Verhalten. Deswegen ist das Studium der Wahrnehmung eng mit dem Studium der Beweisführung und der Logik verknüpft – und dies sind die Hauptthemen des *Kommentars zur gültigen Wahrnehmung*, der klassische Text, den dieses Buch erläutert.

Die Tradition des Kommentars

Der *Kommentar zur gültigen Wahrnehmung (Pramāṇavārttika* oder *Tsad-ma rnam-'grel*) ist eine Arbeit mit vier Kapiteln des indischen, buddhistischen Meisters Dharmakīrti. Wie bei vielen frühen Weisen des Buddhismus wissen wir wenig über sein Leben und wann er gelebt hat. Westliche Wissenschaftler datieren ihn auf ca. 630 n. Chr., auch wenn dies nicht bewiesen ist.

Die „gültige Wahrnehmung“ im Titel seines Meisterwerkes bezieht sich auf eine andere Abhandlung *Das Kompendium der gültigen Wahrnehmung (Pramāṇasamuccaya, oder Tsad-ma kun-btus)* und ist eine Verteidigung der Thesen des Kompendiums.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben

Das *Kompendium* wurde von Meister Dignāga geschrieben, der als Vater der buddhistischen Logik betrachtet wird. Westlichen Wissenschaftlern datieren es auf ca. 440 n. Chr. Aber auch dies ist unsicher. Es wird davon ausgegangen, dass Meister Dignaga der Lehrer von Meister Īśvarasena war, der als direkter Lehrer von Meister Dharmakīrti betrachtet wird.

Der Philosoph Dignāga seinerseits kommentierte das von Śākyamuni Buddha (der 500 v. Chr. lebte) in seinen Lehren dargelegte Konzept der Wahrnehmung und Logik. Und so geht die Linie von Buddha, zu Meister Dignāga, weiter zu Meister Īśvarasena und zu den frühen indischen Erklärungen von Meister Dharmakīrti, inklusive des Kommentars, in dem er sich selber kommentiert.

Aus der heutigen Zeit betrachtet, ist es für einen modernen tibetischen Kommentar der Gelukpa Tradition sehr typisch, seinen Text auf einem der klassischen klösterlichen Textbücher aufzubauen. Diese wurden meistens im 17. oder 18. Jahrhundert für den Lehrplan eines spezifischen Klosters geschrieben. Diese Lehrbücher wiederum basieren hauptsächlich auf denen der vorhergehenden Generation aus dem 15. Jahrhundert. Sie wurden vom großen Tsongkapa (1357–1419) oder von einem seiner direkten Schüler verfasst.

Hier sind die beiden wichtigsten Werke *Das Juwel der Beweisführung (Tsad-ma rigs-rgyan)* des ersten Dalai Lama, Gyalwa Gendun Drup (1391–1474) und *Licht auf dem Pfad zur Freiheit (Thar-lam gsal-byed)* von Gyaltsab Je (1362–1432). Er war der erste große Vorstand von Je Tsongkapas Schule. Diese Texte basieren auf den indischen Kommentaren zu Meister Dharmakīrtis Arbeit, und so erstreckt sich die Tradition der Kommentare über 25 Jahrhunderte, von Śākyamuni Buddha bis hin zu den großen philosophischen Meistern unserer Zeit.

3

Table der Realitätsebenen

Die folgende Tabelle wurde aus verschiedenen tibetischen Quellen von Geshe Michael Roach zusammengestellt.

<p>Deduktive gültige Wahrnehmung basierend auf Überzeugung</p>	<p>Diese unfehlbare, gültige Wahrnehmung, die ein verborgenes Objekt wahrnimmt, indem sie einen guten, auf Überzeugung basierenden Grund anführt.</p>	<p>Diese tief verborgenen Dinge, die nur durch maßgebliche Schriften begründet werden können.</p>	<p>Bedenke Schriften, die sagen: „Großzügigkeit führt zu Reichtum und Moral zu Glück.“ Sie sind richtig in ihrer Aussage, da diese Schriften durch die drei Tests bestätigt wurden.</p>
<p>Deduktive gültige Wahrnehmung basierend auf Konvention.</p>	<p>Diese unfehlbare, gültige Wahrnehmung, die ein verborgenes Objekt wahrnimmt, indem sie einen guten, auf Konventionen basierenden Grund anführt.</p>	<p>Diese Objekte, die nur dadurch existieren, weil wir beschließen, dass sie da sind.</p>	<p>Bedenke das „Portrait des Kaninchens“. Du kannst behaupten, es ist ein Mond, weil es etwas ist, was du erfinden kannst.</p>

4

Die Eröffnungsäußerung von Meister Dignaga

Für die nächste Auswahl kehren wir zum Juwel des Wahren Gedankens (Tsad-ma dgongs-rgyan) von Geshe Yeshe Wangchuk zurück.

Dieses Kapitel beginnt mit dem zweiten Hauptthema der Arbeit, der Erklärung dessen, was wir wahrnehmen wollen: Freiheit und den Zustand des Allwissens sowie den Pfad, der uns dorthin führt. Dabei haben wir zwei Kategorien – das Hauptthema und einige Nebenthemen.

Das Hauptthema ist in drei Punkte aufgeteilt. Sie zeigen auf, was Meister Dignaga meinte in seiner Beschreibung, wie der Autor des *Kommentars* das Gesagte erklärt hat, und zeigen die wahre Bedeutung eines jeden [der drei Punkte].

Hier ist der Erste. Es folgt die klassische These von Meister Dignaga:

Ich verbeuge mich vor dem Einen, der sich zum Wahren Wandelte,
Der allen Lebewesen hilft, dem Lehrer,
Der eingegangen ist in die Glückseligkeit
Und unserem Beschützer.

Und aus Liebe werde ich,
Denen, die in ihrer Logik irren,
Die richtige Art und Weise darlegen,
Wie man korrekte Wahrnehmung erlangt.

Wie in *Licht auf dem Pfad zur Freiheit* erklärt, enthalten diese Zeilen die Darbietung der Lobpreisung und das Versprechen, das Werk zu verfassen.

5

Beweis, dass die Buddhas vollkommen korrekt sind

Wir lesen wieder aus dem Juwel des Wahren Gedankens:

Der Beweis, dass der Fähige stets fehlerfrei ist, besteht aus zwei Teilen. Im ersten Teil wird aufgezeigt, auf welchem Pfad er dorthin gekommen ist. Dieser Teil enthält den vorwärts gerichteten Beweis. Im zweiten Teil wird der Beweis erbracht, dass er auf diesen Pfad gekommen ist. Dabei wird von dem rückwärtsgerichteten Beweis gesprochen.

Der erste Teil besteht aus drei eigenen Teilen. Der erste Punkt besteht darin, ein typisches Beispiel für eine Person zu nennen, die völlig korrekt ist, indem die Bedeutung der Worte „die sich korrekt verhalten“ erklärt wird. Der zweite Teil besteht darin, die Definition einer Person zu bestimmen, die völlig korrekt ist. Das geschieht durch die Erläuterung der übrigen vier Elemente der Aussage. Und drittens geht es darum, den Weg aufzuzeigen, auf dem man diesen Zustand erreicht.

**Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben**

Der erste dieser drei Punkte hat wiederum zwei Unterpunkte. Der erste Punkt beinhaltet die Definition von gültiger Wahrnehmung im Allgemeinen. Der zweite Punkt ist der Nachweis, dass diese Definition auch auf den Fähigen zutrifft. Unsere Erörterung der Definition selbst wird in zwei Schritten erfolgen: der Kern der Definition sowie eines ihrer Details.

Der Kern der Definition ist unterteilt in die Definition, ein typisches Beispiel und die Feststellung, dass die Definition auf dieses Beispiel zutrifft. Für die Definition müssen wir zunächst herausfinden, was es bedeutet, „irrtumsfrei“ zu sein. Alsdann müssen wir widerlegen, dass sie nicht umfassend verständlich sein könnte, und schließlich widerlegen, dass sie zu umfassend verständlich sein könnte.

Die Feststellung, was es heißt „irrtumsfrei“ zu sein, ist im Haupttext in zweieinhalb Zeilen enthalten:

**Gültige Wahrnehmung ist ein Zustand des „irrtumsfreien“ Geistes;
„Irrtumsfrei“ bedeutet, in einem Zustand zu sein,
in dem eine Aufgabe Ausgeführt werden kann.**

Das, was die gültige Wahrnehmung zu erkennen unternimmt, ist die Existenz und die Mittel für eine Person, um eine Geburt in den höheren Bereichen zu erlangen, sowie das endgültige Gute. Der Fähige ist das einzige Wesen, das in Bezug auf all diese Dinge unfehlbar ist. Solltest du dich nun fragen, wie gültige Wahrnehmung definiert ist, können wir sagen, dass „ein **frischer Geisteszustand, der irrtumsfrei ist**“ die Definition von gültiger Wahrnehmung ist.

Und was bedeutet „irrtumsfrei“? Angenommen, du nimmst etwas wahr, das dich **befähigt**, jetzt zu kochen oder etwas zu verbrennen. Deine Wahrnehmung ist „irrtumsfrei“, wenn diese Sache tatsächlich in dem **Zustand** existiert, indem du es wahrgenommen hast.

6

Details der richtigen oder gültigen Wahrnehmung

Der nächste Abschnitt stammt wieder aus dem Juwel des Wahren Gedankens:

....Im Folgenden geht es um ein Detail der Definition, das im Haupttext in sechs Zeilen ausgeführt wird:

**Es muss ebenso etwas erklären, was nicht wahrgenommen wurde.
Nachdem du eine Sache in ihrer wahren Essenz erfasst hast,
Hast du eher eine Erfahrung allgemeiner Natur.
Weil die Absicht, wenn sie eine Wahrnehmung erwähnen,
Eine ist, die noch kein definitives Objekt wahrgenommen hat.
Weil es ein selbst definiertes Objekt wahrgenommen hat.**

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben

Damit soll gesagt werden, dass die oben beschriebene Anforderung, dass eine Wahrnehmung „irrtumsfrei“ sein muss, allein nicht ausreicht, um die vollständige Definition der gültigen Wahrnehmung zu ermöglichen. Es **muss** sich nämlich um eine Wahrnehmung handeln, die **etwas offenbart**, was zuvor **nicht wahrgenommen wurde**. Deshalb müssen wir auch an irgendeiner Stelle in der Definition auch erwähnen, dass das Objekt „zum ersten Mal“ oder „frisch“ erfasst wird. Die Standarddefinition für eine gültige Wahrnehmung lautet daher „eine frische und unbestechliche Wahrnehmung“.

Nun könnte jemand den folgenden Einwand erheben: „Angenommen, wir billigen dir die Definition der gültigen Wahrnehmung als eine frische Erkenntnis eines Objektes zu. Vergegenwärtige dir nun eine Erinnerung, in der du die Farbe Blau wahrgenommen hast. Nach deiner Definition, wäre das nicht eine gültige Wahrnehmung? Weil es kein Zustand des Geistes ist, der das Objekt erkennt und frisch ist? Und ist es das nicht nur, weil es ein Zustand des Geistes ist, welcher eine frische Wahrnehmung des mentalen Bildes der Farbe Blau ist?“

Dennoch gibt es dieses Problem nicht. Was ist passiert? Der Zustand des Geistes, der die Farbe Blau direkt **wahrnimmt**, begreift die **wahre Essenz** der Blauheit, die einzigartig ist. **Nach** dieser Wahrnehmung **hast du eine Erfahrung allgemeiner Natur**, in der dein Geist das mentale Bild der Farbe Blau begreift. Dieser letztere Zustand des Geistes hat jedoch nicht die Kraft, das Objekt aus sich heraus zu erkennen. Eine gültige Wahrnehmung bedeutet entweder eine frische Wahrnehmung eines **definierten Objektes**, das vorher noch **nicht wahrgenommen wurde** oder es muss sich direkt auf eine solche Wahrnehmung stützen. Daher ist es wichtig, den Ausdruck „definiertes Objekt“ hier auf ein Objekt, so, wie es in seiner Essenz existiert, zu beziehen.

7

Wir zeigen, dass der Buddha die Eigenschaften der richtigen Wahrnehmung besitzt

Der Beweis, dass die Eigenschaften der gültigen Wahrnehmung auch Eigenschaften des Siegreichen Buddhas sind. Zweitens zeigen wir, dass die Eigenschaften der gültigen Wahrnehmung auch Eigenschaften des Siegreichen Buddhas sind. Dazu gehen wir in zwei Schritten vor: zunächst verbinden wir diese Erklärung mit der bereits dargelegten Bedeutung von gültiger Wahrnehmung, dann erklären wir den Ausdruck „der eine gültige Wahrnehmung“ erlangte. Der erste Schritt wird im Haupttext in diesen Zeilen dargelegt,

**Der Eine, der es hat, ist der Siegreiche;
Selbst gänzlich korrekt.**

Bedenke den **Siegreichen**, den fähigen Buddha. Er ist **gänzlich korrekt** gegenüber jedem einzelnen und allen existierenden Objekten. Warum? Weil er **derjenige ist, der „es“ hat**: Er ist jemand, der eine frische und irrtumsfreie Wahrnehmung all dieser Objekte hat und der dieses **selbst** ist. An diesem kritischen Punkt präsentieren *Licht auf dem Pfad zur Freiheit* und eine Reihe weiterer klösterlicher Lehrbücher das folgende Argument: Die Wortwahl des Haupttextes impliziert, dass Objekte existieren, die nicht im ersten Moment der Allwissenheit, sondern frisch im zweiten Moment der Allwissenheit wahrgenommen werden.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben

Angenommen, jemand akzeptiert daraufhin ein solches Objekt. Vergewenwärtige dir dieses Objekt. Ist es nicht wahr, dass es vom ersten Moment der Allwissenheit an, gesehen werden *müsste*? Ist es nicht etwas, das existiert? Und ist es nicht zwingend so, da der allererste Moment der Allwissenheit eine Form von Weisheit ist, die jedes existierende Objekt direkt wahrnimmt? Und ist das nicht so, weil es Allwissenheit ist? Und wenn du sagst, nur weil etwas allwissend ist, heißt das nicht, dass es jedes Objekt direkt wahrnimmt? Was ist mit dem Zitat [aus dem *Juwel der Erkenntnis* von Meister Asanga], das besagt: „Es ist der Pfad, der das einzige Wissen von jeder Art von Objekt ist“?

Nehmen wir nun an, du widersprichst unserer ursprünglichen Aussage [in der wir sagten, dass das Objekt etwas ist, das ist]. Vergewenwärtige dir noch einmal diesen Gegenstand [der angeblich nicht vom ersten Moment der Allwissenheit, aber vom zweiten Moment gesehen wird]. Es *ist* wahr, dass es ist, denn es ist ein Objekt, das von der Allwissenheit des zweiten Moments frisch wahrgenommen wird. Wenn du sagst, dem sei nicht so, dann widersprichst du deiner eigenen Position.

Unsere Lehrbücher definieren in dem Abschnitt über den Geist Erinnerungen als: „Ein Geisteszustand, indem du etwas wahrnimmst, was du bereits vorher wahrgenommen hast.“ Die Lehrbücher von einigen anderen Klöstern sagen, dass die Definition von Erinnerung ist: „Ein Geisteszustand, der keine gültige Wahrnehmung ist und in dem du etwas wahrnimmst, was du bereits vorher wahrgenommen hast.“ *Licht auf dem Pfad zur Freiheit* sagt,

Egal, wie sehr wir auch in uns suchen und es überdenken,
wir können keinen Fall finden, in dem Allwissenheit etwas Anderes
sein könnte als gültige Wahrnehmung oder in der gültigen Wahrnehmung
nicht auch frische Wahrnehmung ist.

Wenn du dieses Zitat sorgfältig prüfst, wirst du feststellen, dass dies bedeutet, dass der zweite und alle darauf folgende Momente der Allwissenheit frische Wahrnehmungen der Objekte sind.

Wenn der erste Moment der Allwissenheit nicht die Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft auf einmal sieht, dann kann es keine Weisheit geben, die alle drei Zeiten auf einmal sieht. Wenn sie diese drei Zeiten sieht, dann müsste sie auch alle Objekte sehen, die in der Zukunft vorkommen werden. So könnte es kein Objekt geben, das der zweite Moment und die folgenden Momente wahrnehmen, das nicht schon vorher wahrgenommen wurde oder das der erste Moment es nicht wahrgenommen hat. Wir vertreten daher den Standpunkt, dass die Gruppe der Dinge, die vom ersten Moment der Allwissenheit wahrgenommen werden, und die Gruppe der Dinge, die vom zweiten Moment der Allwissenheit wahrgenommen werden, völlig identisch sind.

Jemand könnte den folgenden Einwand vorbringen:

Wenn dem so ist, lass uns den zweiten Moment der Allwissenheit betrachten. Ist es nicht ein Geisteszustand, in dem etwas wahrgenommen wird, was bereits vorher wahrgenommen wurde?

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben

Ist nicht die einzige Sache, die wahrgenommen wird, genau dieselbe, die bereits im ersten Moment der Allwissenheit wahrgenommen wurde?

Unsere Antwort ist, dass dies nicht zwingend der Fall ist. Obwohl es wahr ist, dass der zweite Moment der Allwissenheit wie oben beschrieben wahrnimmt, erfasst er die Dinge nicht durch die Kraft des ersten Moments der Allwissenheit, sondern nimmt die Dinge aufgrund ihrer eigenen Kraft wahr.

8

Was es bedeutet, richtig „gewendet“ zu haben

Hier ist zweitens unsere Erklärung des Ausdrucks „der, der gültige Wahrnehmung erlangte“: Als erstes beschreiben wir, warum es notwendig ist „der, der gültige Wahrnehmung erlangte“ zu erwähnen. Danach werden wir einige Einwände gegen diese Aussage diskutieren. Der erste erwähnte Punkt wird im Haupttext in den folgenden Zeilen behandelt:

**Der Ausdruck, „der sich gewandelt hat“
Wird verwendet im Sinne**

**Des Gegenteils von etwas,
Das nie entwickelt wurde.**

**Das ist auch der Grund, warum es richtig ist,
Dass Wahrhaftigkeit davon abhängt, etwas zu erreichen.**

Meister Dignaga verwendete aus zwei Gründen am Anfang seiner Arbeit das *Kompendium zur gültigen Wahrnehmung*, in der Strophe zur Darbringung der Lobpreisung, den Ausdruck „**der, der gültige Wahrnehmung erreicht**“. Der erste Zweck besteht darin, dass diese Worte etwas ausschließen sollen. Hier **werden sie im gegenteiligen Sinne verwendet**: sie sollen aufzeigen, dass eine Person, die völlig korrekt ist, niemals jemand sein kann, der sich **nicht vorher** aus den entsprechenden Ursachen **entwickelt hat**.

Der zweite Grund für die Verwendung dieser Worte besteht in der Absicht, etwas zu implizieren. Der Punkt, den wir hier verstehen sollten, ist, dass man sich zu einer Person von völliger **Wahrhaftigkeit** nur entwickelt, wenn man die vielen, graduell fortschreitenden Methoden praktiziert.

9

***Widerlegung von falschen Ansichten
über die Natur der Allwissenheit***

Zweitens folgt unsere Widerlegung der Argumente gegen unseren Standpunkt. Wir werden in zwei Schritten vorgehen: Zunächst widerlegen wir die Idee, dass jemand, der alle bekannten Dinge geschaffen hat, ein allwissendes Wesen sein kann. Anschließend beweisen wir, dass jemand, der jede und alle existierenden Dinge direkt so, wie sie wirklich sind, wahrnehmen kann, ein allwissendes Wesen ist.

Der Erste dieser beiden Schritte ist wiederum in zwei Teile unterteilt: Zunächst widerlegen wir die Natur eines allmächtigen Gottes, der jedes bekannte Ding erschaffen hat. Anschließend widerlegen wir die Versuche, seine Existenz zu beweisen.

10

Widerlegung der Idee eines Schöpfers

Der erste dieser beiden Teile umfasst zwei Punkte: die Widerlegung eines allmächtigen Gottes, der unveränderlich ist, und die Widerlegung eines allmächtigen Gottes, der veränderlich ist.

Die Widerlegung eines unveränderlichen, allmächtigen Gottes wird von Meister Dharmakirti im Haupttext in den folgenden sieben Zeilen präsentiert [Anmerkung des Übersetzers: sieben Zeilen im tibetischen Original]:

**Eine gültige Wahrnehmung,
die unveränderlich ist, kann es nicht geben;**

**Da eine gültige Wahrnehmung
sich auf eine veränderliche Sache richtet.**

**Und weil die Sache, die es wahrnimmt,
sich verändert,**

**Kann dies auch nur etwas sein,
das keine Beständigkeit hat.**

**Dies ist auch wahr, da Sachen
in Stufen nach und nach entstehen**

**Und nie etwas aus einer
unveränderlichen Sache entstehen könnte,**

**Und außerdem können es keine Sachen sein, die
verursacht sind.**

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben

Einige andere Gruppen behaupten, es gäbe ein Wesen, das alle existierenden Dinge erschaffen hat: der allmächtige Gott, der unveränderlich ist. Sie sagen, er sei ein Wesen, das vollständig korrekt und schon von Anbeginn so gewesen sei. Da aber diese Gruppen behaupten, dass dieser allmächtige Gott ein Wesen mit **korrekter Wahrnehmung gegenüber** allen existierenden Dingen sei, müssen sie der Annahme zustimmen, dass er auch bezüglich **sich verändernder Dinge** über korrekte Wahrnehmungen verfügt.

Angenommen, er hätte eine solche Wahrnehmung. Diese **gültige Wahrnehmung – die als etwas Unveränderliches existiert – kann es nicht geben**, da sie ein Objekt des Geistes wahrnimmt, das sich verändert. Das ist immer der Fall, da die **Sache, die es wahrnimmt** – das Objekt des Geistes – **etwas ist, das sich verändert**. Daher **kann dies** (die gültige Wahrnehmung, mit der der Geist beschäftigt ist) auch **nur etwas sein, das keine Beständigkeit hat**.

Angenommen, du sagst, dieser allmächtige Gott sei unveränderlich. Wenn du zustimmst, dass der Geist des Gottes sich verändert, musst du auch zustimmen, dass sein Geist entsteht. Dabei **kann** dieser Geist **nie** in einem allmächtigen Gott **entstehen**, der **unveränderlich** ist, da der Geist **in Stufen und nach und nach entsteht**. **Und außerdem kann** der Geist nicht durch bestimmte Ursachen entstanden sein, da nichts, das unveränderlich ist, **eine Sache** sein kann, **die von etwas anderem verursacht ist**.

Der bedeutende Kommentar *Ozean der Beweisführung* führt einige weitere Beweise hierzu an. Es ist ein Widerspruch, dass das Subjekt Geist unveränderlich ist, wenn das wahrgenommene Objekt veränderlich ist. Andererseits ist es nicht notwendigerweise der Fall, dass, nur weil das Objekt, das der Geist wahrnimmt, unveränderlich ist, das Subjekt Geist unveränderlich sein muss.

Dies hat folgenden Grund: Wenn das Subjekt Geist ein Objekt wahrnimmt, beschäftigt es sich die ganze Zeit mit dem Objekt oder beschäftigt es sich mit dem Objekt mit Unterbrechungen? Wenn es sich die ganze Zeit mit dem Objekt beschäftigt, müsste das Objekt die ganze Zeit vorhanden sein. Das würde einen Widerspruch darstellen, da sich das Objekt verändert.

Wenn du antwortest, dass sich das Subjekt mit Unterbrechungen mit dem Objekt beschäftigt, muss die Wahrnehmung des Objektes auf bestimmten Einflüssen beruhen, und so müsste es veränderlich sein.

Es ist wahr, dass selbst, wenn das Objekt unveränderlich ist, das Subjekt Geist, das es wahrnimmt, nicht unveränderlich sein muss. Dies muss so sein, weil die Wahrnehmung eines Objektes durch ein Subjekt bestimmten Ursachen und Einflüssen unterliegt.

Einige Menschen behaupten, dass das, was wir gerade widerlegt haben, eine konventionelle korrekte Wahrnehmung ist, die unveränderlich war. Vergewöhnliche dir nun die ultimative Wahrnehmung. Laut deiner Annahme kann keine veränderliche Sache als ihr Objekt agieren. Diese Schulen hier im Land des Schnees, die eine unveränderliche Allwissenheit annehmen, sind nun an einem Punkt angekommen, an dem sie der bedeutenden Arbeit des Meisters der Argumentation widersprechen.

**Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben**

Im zweiten Punkt verneinen wir einen allmächtigen Gott, der veränderlich ist. Der Haupttext legt den Punkt in zwei Zeilen dar:

**Da es keine Dinge gibt,
die ihm helfen,**

**Gibt es keinerlei gültige Wahrnehmung
selbst dann nicht, wenn er veränderlich wäre.**

Angenommen, jemand könnte die oben angeführte Argumentation nicht ertragen und behauptet stattdessen, dass der allmächtige Gott **veränderlich sei**. Er würde behaupten, dass der allmächtige Gott von Anfang an kein Begehren hatte und allwissend war. Er musste nicht den Prozess des Erfahrens von Begehren im Kreislauf der Wiedergeburten durchlaufen und auf seiner Praxis basierend, über Gegenmittel meditieren.

Aber ist es nicht wahr, dass **es keine gültige Wahrnehmung gibt**, die die Existenz eines Zustandes der Allwissenheit nachweist. Dessen Zustand in der Vergangenheit von einem allmächtigen Gott hervorgebracht wurde, der noch heute der gleiche ist? Ist es deswegen nicht wahr, dass dieser allmächtige Gott jemand ist, der während seiner Zeit im Kreislauf der Wiedergeburt nie durch die leidvolle Seite der Existenz verletzt wurde? Und er jemand ist, der nie von der reinen Seite der Existenz **Hilfe** erfahren hat? Ist es nicht wahr, dass es **keine Dinge** gibt, die ihn beeinflusst haben?

Der bedeutende Kommentar beginnt in diesen beiden Zeilen die Argumentation damit, dass es falsch ist, die Aussage zu treffen, dass ein unveränderliches Objekt durch bestimmte Bedingungen entstehen kann. Weiterhin führt er aus, dass, sofern es die Ablehnung der Veränderlichkeit betrifft, der allmächtige Gott zugegebenermaßen veränderlich ist. Aber es sei falsch, anzunehmen, dass er allwissend ist. Basierend auf dieser Darlegung erscheint es etwas gewagt, diesen Abschnitt „Leugnung von etwas, das sich ändert“ zu nennen.

11

Festlegung dessen, was Allwissenheit wirklich bedeutet

Es folgt drittens der Abschnitt, der aufzeigt, was es heißt, allwissend zu sein. Der Haupttext von Meister Chandrakirti sagt:

**Das Objekt, das wir übereinstimmend
als vollständig korrekt bezeichnen**

**Ist der Eine, der das Wissen hat
von dem was ist**

**Das wir annehmen und aufgeben sollen,
und die Methode ebenfalls;**

**Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben**

**Es ist aber nicht Einer, der alles kennt,
das ist.**

**Ob oder ob er nicht sehen kann
in wirklich weite Ferne,**

**Er ist ein Mensch, der gesehen hat
das eine Ziel, das wir erwünschen.**

**Wenn es wichtig ist
wie weit er sehen kann,**

**Dann komm herüber und nimm
den Geier als deinen Lehrer.**

Vergegenwärtige dir nun den Fähigen, den Siegreichen Buddha, den einen, der in die Glückseligkeit eingegangen ist. Es ist richtig, dass alle, die die Befreiung anstreben, darin **übereinstimmen** sollten, dass er **vollständig korrekt** ist. Weil er den ultimativen Punkt des Wissens erreicht hat, erkennt er direkt die Gründe, warum wir in der Falle sitzen und wie wir ihr entfliehen können: Er sieht alles, was **wir annehmen** (das Ende des Leidens und den Pfad dahin), **und** alles, was wir **aufgeben sollen** (das Leiden und dessen Ursache). Er sieht **ebenfalls die Methode**, die wir anwenden sollen.

Es ist nicht so, dass es ausreicht, **alle Dinge, die es gibt**, all die Felsen und winzigen Kreaturen am Grunde des Ozeans **zu kennen**, um den Wunsch derer, die Befreiung suchen, zu erfüllen.

Es ist egal, **ob Er in weite Ferne sehen kann oder nicht**. So oder so, ist der Lehrer, der transzendierende Buddha, der richtige Lehrer für Die, die die Freiheit zum Ziel haben. Denn **er ist die Person, die dieses Ziel gesehen hat**.

Wenn die Eigenschaft, wie weit jemand sehen kann, wichtig ist für eine Person, die immer korrekt ist, wäre es angemessen, den Menschen, die die Befreiung erlangen möchten, den folgenden Rat zu geben:

Dann komm herüber. Es ist wahr, dass ein Geier nur ein Vogel ist, aber er kann weit in die Ferne sehen; deswegen solltest du einen **Geier** oder ein anderes solches Lebewesen **als deinen Lehrer nehmen**.

Im täglichen Leben reden die Menschen darüber, wie es sein kann, dass das Wesen, das im Stande war, die Welt zu erschaffen, der Allwissende ist. Dieser Vers dient dem Zweck, die wahre Natur eines allwissenden Wesens zu bestimmen. Eines, das in seiner Gesamtheit versteht, was man annehmen und was man aufgeben soll.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Sieben

Hier kommt ein Rat für Die unter euch, die keine Anhaftung an das gegenwärtige Leben haben. Die ebenso Ziele im nächsten und weiteren Leben anstreben. Darüber hinaus ist es das wichtigste, dem spirituellen Lehrer, der die notwendigen Qualifikationen besitzt, sowohl in Gedanken als auch in Taten angemessen zu folgen. Einen Lehrer zu finden, besteht darin, nach jemandem zu suchen, der dich auf die richtige Art lehren kann, dein gewünschtes Ziel zu erreichen. Dieser Schlüssel – und er ist es, wonach du Ausschau halten solltest – wurde mit absoluter Perfektion vom Meister der Argumentation im obigen Vers beschrieben.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Acht: Der Beweis für zukünftige Leben, Teil Zwei

12

Die vier Argumente der vorwärts gerichteten Beweisführung

Die folgenden „Vier Argumente der vorwärts gerichteten Beweisführung“ wurden für diese Klassenpräsentation von Sermey Khen Rinpoche, Geshe Lobsang Tharchin, verfasst. Sie finden sich im ACIP-E-Text S0073.

Wir wenden uns nun der Stelle im Text zu, die die Zeilen des „Sutras“ über gültige Wahrnehmung behandelt. Die „der Eine, der die gültige Wahrnehmung erlangte, der allen Lebewesen hilft“ beinhaltet. Hier werden zwei Schritte aufgezeigt, die beweisen, dass der Lehrer eine Person ist, die vollständig korrekt ist. Unter Verwendung der vorwärts gerichteten Beweisführung wird gezeigt, woher der Lehrer gekommen ist. Unter Verwendung der rückwärtsgerichteten Beweisführung wird der Beweis geführt, dass Er auf diesen Pfad hätte kommen können.

Hier ist der erste Schritt:

[Erstens: das „Argument des Beschützers,“ das beweist, dass Er die gültige Wahrnehmung erlangte:]

Vergegenwärtige dir unseren Lehrer.

Er ist jemand, der sich korrekt verwandelte,

Da Er die Eigenschaft besitzt, ein unübertroffener Beschützer zu sein. Durch das Lehren der vier edlen Wahrheiten kann er jedes und alle lebenden Wesen vor Leiden schützen.

[Zweitens: das „Argument der Beseitigung unerwünschter Eigenschaften – der Eine, der in die Glückseligkeit eingegangen ist“, das beweist, dass Er der Beschützer ist:]

Vergegenwärtige dir denselben:

Es ist wahr, dass Er die Eigenschaft des unübertroffenen Beschützers besitzt. Er hat die unerwünschten Eigenschaften vollständig eliminiert.

[Drittens: das „Argument des Lehrers“, das beweist, dass Er in die Glückseligkeit eingegangen ist:]

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

Vergegenwärtige dir denselben:

Es ist wahr, dass Er vorher alle unerwünschten Eigenschaften beseitigt hat.

Er übte auf dem Pfad seines Lernens zum Wohle anderer kontinuierlich die Praxis der Selbstlosigkeit. So erreichte er die endgültige Vervollkommnung dieser Praxis.

[Viertens: das „Argument des Großen Mitgefühls“, das beweist, dass Er der Lehrer ist:]
Vergegenwärtige dir denselben.

Es gibt einen Grund, warum Er dies zum Wohle anderer praktiziert hat.
Damit hat Er die endgültige Vervollkommnung des Mitgefühls erreicht.

[Zusammenfassend,]

Vergegenwärtige dir denselben.

Er ist keine Person, die die gültige Wahrnehmung erlangt und der gleichzeitig unveränderlich ist. Keiner, der von Anbeginn an so war.

Er wandelte sich über einen langen Zeitraum hinweg durch die Übung vieler großartiger Methoden. Methoden, die sowohl ein Teil des Kreislaufs des Lebens sind als auch darüber hinaus. Dies tat Er im Verlauf vieler unterschiedlicher Leben, die Er – die ganze Zeit durch sein Mitgefühl angetrieben – durchlebt hat.

13

Die Erklärung des vervollkommeneten Gedankens

Wir kehren als nächstes zum Juwel des Wahren Gedankens von Geshe Yeshe Wangchuk zurück:

Der Haupttext von Meister Dharmakirti besagt:

**Es kommt von der perfekten Praxis,
die es in ihm hervorbringt: heiliges Mitgefühl.**

Von all den Dingen, die eine Person **hervorbringen**, die vollständig korrekt ist, steht das heilige große Mitgefühl an erster Stelle, d.h., es geht ihnen voraus. Aus diesem Grund musst du zuerst zum Lehrer werden. Du musst das **Mitgefühl**, das jedes Lebewesen vom Leid befreien will, aus dir hervorbringen. Erst dann kannst du sie durch die **perfekte Praxis** von Leid befreien.

Diese Art des heiligen großen Mitgefühls entsteht durch die konstante Praxis früher und gleichartiger Formen. Die beiden Ausdrücke „heiliges großes Mitgefühl“ und „großes Mitgefühl“ werden in diesem speziellen Fall als das Gleiche angesehen.

14

Die verschiedenen Arten von Mitgefühl

Der Autokommentar zu *Den mittleren Weg betreten* besagt:

Sie besitzen weder die unermesslichen Anhäufungen von Verdiensten
Und Weisheit, noch heiliges großes Mitgefühl, noch Allwissenheit oder
Dergleichen. Deswegen sind sie weniger als vollständig erleuchtete Buddhas
Und werden entsprechend „mittlere“ genannt.

Die *Analyse des mittleren Pfades* unseres Klosters zitiert diese Passage. Sie besagt, dass daher nicht einmal Bodhisattvas heiliges großes Mitgefühl in ihrem Bewusstseins-Kontinuum haben.

Im siebten Kapitel der *Schatzkammer des höheren Wissens (Abhidharma Kosha)* werden acht Unterscheidungen von großem Mitgefühl bis heiligem großem Mitgefühl getroffen. Dieser Text besagt, dass heiliges großes Mitgefühl nur im Bewusstseins-Kontinuum eines verwirklichten Wesens, das ein Buddha ist, gefunden werden kann. Wie der Haupttext besagt:

Das große Mitgefühl des Buddhas auf der Ebene der konventionellen
Wahrnehmung. Ansammlung, Aspekt, Objekt der Aktivität, Gleichmut,
Ausdehnung der Extreme.
Diese werden auf acht unterschiedliche Arten unterschieden.

Demnach ist der Unterschied zwischen heiligem großem Mitgefühl und großem Mitgefühl unermesslich und heiliges großes Mitgefühl ist kein Pfad, der zu Beginn des Großen Weges praktiziert wird.

Auf die gleiche Art und Weise erklärt die Mehrheit der großen klösterlichen Lehrbücher, dass in dem Bewusstseins-Kontinuum des Praktizierenden des Kleinen Weges kein großes Mitgefühl vorhanden ist. Unsere Lehrbücher jedoch zeigen, dass ein Feindzerstörer vom Typ „Zuhörer“ großes Mitgefühl besitzt. Sie tun dies mithilfe eines Zitates aus dem *Dar* Kommentar für die *Höhere Linie*.

Sie behaupten zudem, dass diese Feindzerstörer die Art des Mitgefühls, mit dem man alle Lebewesen zu schützen wünscht, vermissen lassen. Sie aber trotzdem die Art haben, mit der sie wünschen, sie seien frei von Leiden.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

Der Text *Die Erklärung, die ein Licht auf dem Pfad zur Freiheit* ist, besagt: „Dieses große Mitgefühl ist die eine Sache, die einem erlaubt, den Beginn der Praxis auf dem Pfad des Großen Weges zu erreichen.“

Der *Große Kommentar, der Ozean der Beweisführung*, besagt ebenfalls:

Jede Person, die in der Lage ist, in ihrem Bewusstseins-Kontinuum diese eine Sache zu entwickeln, das große Mitgefühl, das wünscht, jedes und alle lebenden Wesen von Leid zu befreien, ist zu jemandem geworden, den wir als „Bodhisattva“ bezeichnen können.

Es besagt außerdem:

Diese eine Sache, großes Mitgefühl, ist im Abschnitt der vorwärts gerichteten Beweisführung als der Beginn auf dem Pfad des einzigartigen Pfades des großen Weges dargelegt.

Zusätzlich, besagt die gleiche Quelle:

Eine bestimmte Haltung entsteht im Innersten des eigenen Herzens. Es ist ein gänzlich aufrichtiger Geisteszustand mit dem innigen Wunsch, jedes Lebewesen von Leid befreien zu wollen. Diesen Geisteszustand nennen wir „heiliges großes Mitgefühl“ oder „großes Mitgefühl“. Sobald diese Sache in deinem Herzen entstanden ist, sprechen wir von dir mit den Worten „Großer Weg“. Darüber hinaus ist dieser Geisteszustand der Beginn für den einzigartigen Pfad und eine besondere Ursache für das Erreichen von Allwissenheit.

Deswegen wird großes Mitgefühl als der Beginn des Pfades zum Großen Weg erklärt. Man sagt, dass heiliges, großes Mitgefühl und großes Mitgefühl zwei unterschiedliche Bezeichnungen für die gleiche Sache sind.

In den *Großen Stufen des Pfades*, wird das Sutra, um das der *Ozean des Verstehens* bittet, zuerst zitiert. Danach fährt Meister Tsongkapa fort, das Beispiel eines Familienvaters zu beschreiben, dessen besonders geliebter Sohn plötzlich in einen Graben voller Dreck fällt. Das Mitgefühl der Praktizierenden der Zuhörer oder des selbstverwirklichten Buddha-Typus ist dem der Mutter des Sohnes und anderen Verwandten ähnlich, wenn sie ihn aus dem Dreck herausziehen möchten. Allerdings, sagt er, besitzt nur ein Bodhisattva die Art des Mitgefühls, die der Besorgnis des Vaters des Jungen entspricht.

Von diesem Standpunkt aus betrachtet, scheint es, als seien die Lehrbücher unseres Klosters an dieser Stelle korrekt. Dies, weil das Mitgefühl der Mutterliebe dem der Zuhörer und selbstverwirklichte Buddhas ähnelt. Dies entspricht auch der Definition von großem Mitgefühl.

Wir sollten jedoch beachten, dass man vor der Entwicklung von Mitgefühl die Schritte der „barmherzigen“ Liebe durchlaufen muss, die ihr Objekt schätzt und wertschätzt. Dazu gehört

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

auch der Wunsch, Güte zu erwidern, sich an Güte zu erinnern und zu erkennen, dass sie alle deine Mutter waren und so weiter.

Ob die Zuhörer und selbstverwirklichten Buddhas über diese Stufen meditieren, gilt es zu erforschen.

15

Widerlegung der Argumente, dass persönliche Perfektion unmöglich ist

In diesem zweiten Abschnitt widerlegen wir die Argumente, dass der vervollkommnete Gedanke überhaupt existiert. Zunächst präsentieren wir die Argumente und zeigen danach, wie wir sie widerlegen.

Das erste dieser beiden ist im Haupttext in zwei Zeilen beschrieben:

**Angenommen, du sagst,
aufgrund der Tatsache, dass der Geist**

**Etwas ist, das auf dem Körper beruht,
kann nichts durch Praxis erreicht werden.**

Diejenigen der Charvaka-Schule sagen:

Deine Aussage, dass ein Mensch über viele Leben hinweg Mitgefühl übt und dann zu einem Menschen wird, der völlig fehlerfrei ist, ist falsch. Denn es gibt keine vergangenen oder zukünftigen Leben. Das Gewahrsein im Geist ist etwas, das auf den Körper angewiesen ist.

Sie [die Charvakas] sagen, dass es drei Arten gibt, wie der Geist auf dem Körper beruht. Als allererstes, sagen sie, ist der Geist eine Qualität des Körpers, ähnlich wie Alkohol und dessen Eigenschaft, jemanden betrunken zu machen. Zweitens ist der Geist Teil der Natur des Körpers, ähnlich einer Wand und einem Muster auf dieser Wand. Drittens ist der Geist ein Ergebnis des Körpers, ähnlich einer Lampe und ihrem Licht.

Und sie sagen, dass, da der Geist auf dem Körper beruht, die Bewusstheit des Geistes stirbt, wenn der Körper stirbt.

16

Der Beweis für andere Lebenszeiten durch die Widerlegung anderer Möglichkeiten

Die folgende Passage stammt aus Einige Notwendigkeiten, die diejenigen, die nach Freiheit suchen, wie ihr Herz in der Brust schätzen sollten (Thar-'dod rnam la snying ltar gces-pa'i nyer-mkho 'ga'-zhig). Der folgende Auszug stammt aus Auflösung der Dunkelheit des Geistes über die sieben Bücher zur gültigen Wahrnehmung, ein Text von Kedrup Je.

Angenommen, du sagst, dass der Geist einer Person, die gerade geboren wurde, keine Ursache hat. Du wirst widerlegt durch die Tatsache, dass der Geist veränderlich ist.

Folglich nehmen wir an, dass der Geist eine Ursache ist. Ist die Ursache unveränderlich oder veränderlich? Wenn es ein unveränderliches Ding wäre, das eine Aufgabe ausführen könnte, gäbe es keinen Grund, warum es diese nicht an jedem Ort und zu jeder Zeit tun könnte. Dann gäbe es keine Möglichkeit, dass es eine feste Beziehung zu dem Ergebnis hätte, woher es gekommen ist und wohin es gehen wird.

Nehmen wir also an, dass letzteres wahr wäre (und dass sich die Ursache für diesen Geist ändern würde). Es wäre falsch zu sagen, dass dieser Geist aus irgendeinem anderen funktionierenden Ding als der Substanz (Ursache, Materie) oder dem Geist entstehen könnte. So muss er aus dem einen oder dem anderen von diesen beiden kommen.

Angenommen, du sagst, dass Substanz den Stoff für die wesentliche Ursache des Geistes liefert. Ist es die Art von Substanz, die die Sinneskräfte beinhaltet, oder ist es Substanz außerhalb von diesen?

Angenommen, du sagst, es ist der erste der beiden. Ist diese Ursache eine, in der alle unterschiedlichen Sinneskräfte zusammenkommen müssen, oder ist eine oder eine Kombination von ihnen ausreichend? Im ersten Fall würde das geistige Bewusstsein nicht entstehen, wenn die Sinneskraft der Augen nicht vorhanden wäre. Im zweiten Fall müssten die Gedanken fähig sein, visuelle Objekte mit der gleichen Klarheit zu erfassen, wie es die Sinneskraft der Augen ermöglicht.

Angenommen, du sagst, die wesentliche Ursache ist eine Substanz außerhalb dieser. Ist es Substanz im Sinne von mehreren Substanzen als Ganzes, oder sind es Atome? Angenommen, du sagst, es ist das erste. Die Substanz, die ein Ganzes ist, kann nur etwas mit Teilen oder etwas ohne Teile sein.

Angenommen, du sagst, es ist ein Ganzes mit Teilen, das die wesentliche Ursache ist. So widersprechen wir dir mit derselben Beweisführung, die wir vorher dargelegt haben: Ist dieser Grund einer, bei dem alle Teile vorhanden sein müssen, oder ist eine oder eine Kombination dieser ausreichend?

Angenommen, du sagst, es ist eine Substanz, die ein Ganzes ist, keine Teile hat und unabhängig von seinen Details existiert. Diese sei die wesentliche Ursache für den Geist. Dann müssten, wenn dein Gesicht mit einem Stück Stoff bedeckt wäre, alle anderen Teile

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

deines Körpers ebenfalls bedeckt sein. Wenn die anderen Teile nicht bedeckt sind, müsste es zwei Teile geben: eines, das bedeckt ist und eines, das nicht bedeckt ist. Diese beiden Teile, das Bedeckte und das Unbedeckte, würden den Details entsprechen. Sie entsprechen aber nicht dem Ganzen, das die Details besitzt. In diesem Fall müsstest du in der Lage sein, das Gesicht des Ganzen klar zu erkennen, selbst wenn das Gesicht als Detail mit Stoff bedeckt ist.

Diese Position ist ebenfalls durch die Beweisführung widerlegt. Und zwar jene, die andere Unterscheidungen behandelt, wie z.B. das Bewegen einer Extremität oder nicht, das Wenden zu einer Seite oder nicht.

Angenommen, du sagst, dass Atome die wesentliche Ursache für den Geist sind. Wenn der Geist durch jedes einzelne der Atome entstehen würde, die unabhängig voneinander agieren, müssten viele verschiedene Bewusstheiten zum gleichen Zeitpunkt entstehen. Wenn es so ist, dass alle Atome gleichzeitig als Gruppe agieren müssen, könnte der Geist nicht entstehen, wenn auch nur eines der Atome fehlt.

Durch diese Beweisführung, bei der wir den Prozess des Ausschlusses aller anderen Möglichkeiten verwendet haben, kommen wir zu der Schlussfolgerung, dass die wesentliche Ursache für den Geist der Geist ist.

Der Geist, der als Ursache agiert, muss zudem entweder ein Teil deines Selbst oder Teil von jemand anderem sein. Angenommen, du sagst, dass ein Geist eines Anderen, etwa von deinem Vater oder deiner Mutter, als wesentliche Ursache für diesen Geist agiert. Das würde bedeuten, unabhängig davon, ob der Vater ein begabter Handwerker oder dumm oder was auch immer ist, dass der Sohn immer genauso sein muss.

Daraus können wir schließen, dass nur ein vorheriger Geist der Teil deines Bewusstseins-Kontinuums sein kann, der die wesentliche Ursache ist [für unseren Geist, wie er kurz nach dem Zeitpunkt der Geburt besteht].

Dies bedeutet, dass die vergangene Geschichte und das zukünftige Weiterbestehen unseres Geistes einfach unendlich sind. Damit kann die Existenz von vorherigen und zukünftigen Leben klar und korrekt bewiesen werden.

17

Dharmakirtis Beweise für die Existenz von weiteren Leben

Die folgende Passage stammt erneut aus Das Juwel des wahren Gedankens.

...Hier ist zweitens die ausführliche Widerlegung [der These der Charvakas]: Zunächst präsentieren wir die Beweise für die Existenz von vergangenen und zukünftigen Leben. Damit versuchen wir die Argumente zu widerlegen, die beweisen wollen, dass diese Leben nicht existieren.

Hier sind nun die Beweise. Der Haupttext besagt:

**Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht**

Wenn eine Person geboren wird,
Die Ein-und Ausatmung, die Kräfte und der Geist
Beruhen weder auf ihrer Art,
Noch sind sie vom Körper allein geboren;

Es wäre absurd. Das Ding, das du sehen kannst
Hat die Fähigkeit, die Grenze zu überschreiten,
Ohne dass ein anderes Ding da sein muss
Dann wäre es nicht so, dass es später nicht hinüberschreitet.

Dann gäbe es keinen Teil der Erde
Und dergleichen, wo diese Wesen niemals wachsen würden
Die aus Wärme, Feuchtigkeit und anderem kommen,
Und so würde alles durch natürliche Samen sein.

Wenn die Kräfte und dergleichen jemals entstehen könnten
Ohne von etwas Ähnlichem abhängig zu sein,
Dann sollten sich all diese zum gleichen Einen ändern,
Da es keinen Unterschied zwischen ihnen gibt.

Wenn du jede einzelne dieser Kräfte verletzt,
So bedeutet dies nicht, dass auch der Geist verletzt wird.
Die Tatsache, dass sie sich ändern, wann immer er
Sich ändert, ist das etwas, was wir sehen können.

Deswegen ist die Grundlage dafür, dass der Geist bleibt,
Der Geist, eine Größe, von der er abhängig ist.

Da sie der Grund für all die Kräfte sind,
Kommen diese Kräfte deswegen vom Geist.

Und wenn die gleichen Gesetze gelten,
Wird es später auch das Gleiche werden.

Stelle dir auf der Grundlage dieses Textes nun ein Kind vor, das gerade geboren wurde: Vergegenwärtige dir seine *Ein-und Ausatmung*, die Reinheit seiner *Kräfte*, das Gefühl der Angst in seinem *Geist* und so weiter. *Wenn ein Mensch zur Welt kommt*, sind diese Dinge *nichts*, was *nicht* von etwas *der gleichen Art abhängt*, welche vorher da war, denn der Säugling besitzt jetzt diesen Ein- und Ausatem, die Klarheit seiner Kräfte, die Unruhe in seinem Geist und so weiter.

Noch sind diese Dinge etwas, was *nur* vom *Körper*, mit seinen Elementen, *alleine* geboren wird. Sie sind durch etwas ähnlicher Art verursacht, das vor ihnen da war.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

Wenn dies nicht so wäre, *wäre es absurd*. So müsste jedes einzelne der Elemente ein lebendiges Wesen sein, wenn der Geist etwas wäre, das nur aus den Elementen kommen würde.

Es gibt eine *Sache, die offensichtlich die Fähigkeit hat, die Grenze zu einem neuen Leben zu überschreiten, ohne dass dafür eine weitere Sache, eine zusätzliche Ursache, vorhanden sein muss*. Dieses Ding ist dann nicht so, *dass es später nicht in ein anderes Leben übergehen kann*.

Dann würde es auch *keinen Teil der Erde und „dergleichen“* (bedeutet eines der anderen Elemente) geben, *wo niemals diese Wesen, die aus der Wärme und Feuchtigkeit und anderem kommen, wachsen würden. So würde „es alles“* (das bedeutet, jedes der Elemente) *von Natur aus sein*. Und dies wäre absurd.

Wenn die Kräfte, der Geist und dergleichen *jemals* aus den Elementen *entstehen könnten, ohne von etwas der gleichen Art abhängig zu sein*, was vor ihnen kam, *sollten alle* (Elemente) sich in ein lebendes Wesen verwandeln, in der *gleichen* Art, wie eines von ihnen sich in ein lebendes Wesen verwandelt hat – *[da es keinen Unterschied zwischen Ihnen gibt.]*

Selbst *wenn du eine der Kräfte verletzt, ist es nicht immer der Fall, dass der Geist auch verletzt ist*. Aber angenommen, der Geist *ändert* sich, weil er durch Gefühle wie Trauer oder dergleichen verletzt ist. *Dann können wir sehen, dass auch sie - die Kräfte - sich verändern*. Deswegen ist der Geist eine ganz besondere *Grundlage* für diese Kräfte. Er ist etwas, das vom *Geist selbst abhängt*, d.h. von früheren Ereignissen der gleichen Art. Außerdem ist eine *Anzahl* bestimmter Fälle von geistigen Aktionen oder Karma, von den vergangenen Leben, nun *die Grundlage dafür, dass der Geist bleibt*. Aus diesen Gründen ist der Geist nicht etwas, das keine eigene Grundlage hat.

Diese *Kräfte* sind etwas, *die vom Geist kommen*, da sie – eine Anzahl von vorherigen Ereignissen des Geistes – der *Grund* für das zukünftige Auftreten all der *Kräfte sind*. Und *später werden auch* Dinge wie der Geist im Moment des Todes den vorherigen Fällen *gleichen* und die Grenze zu späteren Zuständen ähnlicher Art überschreiten. Das liegt daran, dass *die gleichen* (d.h. die gleiche Art von) *Projektionen* (d.h. Ursachen) *vorhanden sind*.

Der Ursprungstext und der soeben gegebene Kommentar enthalten unterschiedliche Begründungen, um die Existenz vergangener und zukünftiger Leben zu beweisen. Wenn man nämlich nachweist, dass das Ein- und Ausatmen eines Säuglings, der gerade geboren wurde (oder eines der anderen Beispiele), von etwas Gleichartigem herrührt, das zuvor aufgetreten ist, kann man verstehen, dass sich die „Gleichartigkeit“ auf das Ein- und Ausatmen des vergangenen Lebens bezieht, und so weiter.

Angenommen, du sagst, dass die Kräfte, und dergleichen, von jemandem, der eben geboren wurde, nur aus den Elementen entstehen konnte. Wir können sehen, dass in einem Glas Wasser ein Käfer mit einem roten Kopf und einem gelben Körper wächst und ein anderer mit einem gelben Kopf und einem roten Körper. Einige Kreaturen kommen kleiner auf die Welt und andere größer.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

Auch unter den Menschen gibt es solche mit größeren Körpern und solche mit kleineren. Manche Menschen kommen mit einem scharfen Verstand und andere mit einem begrenzten auf die Welt. Einige Kinder zeigen eine große Menge an Verständnis und Liebe und dergleichen, während andere eine Tendenz zur Anhaftung und anderen schlechten Gedanken haben. Laut deinem Argument sollten diese und ähnliche Fälle unmöglich sein, da Wesen nur durch die Elemente geboren werden, ohne von vorherigen Ereignissen ähnlicher Art abhängig zu sein.

Nimm nochmal an, dass Lebewesen nur durch die Elemente geboren werden. Dann müssten, wenn sich eines der Elemente in ein Lebewesen verwandelt, sich alle Elemente in Lebewesen verwandeln. Da es keinen Grund oder keine Bedingung gäbe, die einen der beiden entstehen und den anderen nicht entstehen ließe.

Unser eigener Standpunkt ist, dass eine Anzahl von Ereignissen im Geist als verursachende Gründe agiert. Von diesen werden unsere gegenwärtigen Kräfte und so weiter verursacht, weil sie ein Ergebnis von Karma sind, nur zeitverzögert. Da eine Anzahl der Instanzen im Geiste, in der Form des Geistes zum Zeitpunkt des Todes, ebenso einen Grund für die noch kommenden Kräfte und dergleichen liefert, sind wir in der Lage, zu beweisen, dass zukünftige Leben existieren.

Aus diesem Grund ist es nicht immer der Fall, dass der Geist betroffen ist, wenn du einen der fünf Sinneskräfte verletzt. Allerdings werden die physischen Kräfte ausnahmslos verletzt, wenn der Geist durch starke Gefühle wie Trauer oder durch verschiedene schädliche Einflüsse angegriffen wird. Wenn zum Beispiel der Geist durch ein sehr starkes Gefühl der Angst beeinträchtigt ist, können die Geschmackssinne auf der Zunge nichts mehr als köstlich wahrnehmen.

Man könnte das folgende Argument anbringen:

Was, wenn die Sinneskraft des Auges beschädigt ist und deswegen das Bewusstsein des Auges seine Fähigkeit verliert, seine Objekte wahrzunehmen? Ist es nicht allgemein bekannt, dass du Leid erfährst und dies den Geist beeinträchtigt?

Das ist jedoch nicht das Problem. Es ist wahr, dass solche Fälle möglich sind. Aber es ist nicht so, dass der Geist durch die Schwächung der Sinneskraft beeinträchtigt wird. Um genau zu sein, bildet die Schwächung der Sehkraft die allgemeine Voraussetzung für das separate Entstehen, das Leid. Das Leid steigert sich bis zu einem Punkt, bei dem auch der Geist beeinträchtigt ist.

Es ist jedoch nicht der Fall, dass der Geist einzig und allein durch die Beschädigung der Sehkraft beeinflusst wird. Es gibt Vorfälle, bei denen bestimmte höhere Wesen ihre Augen verschenkt haben und dennoch Gefühle von großem Glück in ihrem Geist fühlten. Von daher liefert der Geist eine sehr einzigartige Ursache, ein *sine qua non*, für ein entsprechendes Ergebnis: die Sinneskräfte und so weiter. Die Kräfte und der Rest liefern aber nicht die gleiche Art von Ursache für einen Zustand des Geistes, der aus ihnen resultiert.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

Um es zusammenzufassen, lass uns den Geist von jemandem betrachten, der gerade geboren wurde. Es muss einen vorherigen Zustand des Geistes gegeben haben, da er (der Geist zum Zeitpunkt der Geburt) ein Zustand des Geistes ist. Es ist zum Beispiel wie der aktuelle Geisteszustand. Das ist das Argument, um die Existenz vorheriger Leben zu beweisen.

Vergegenwärtige dir des Weiteren den Geist einer normalen Person zum Zeitpunkt des Todes. Er wird die Grenze zu einem späteren Zustand des Geistes überschreiten, weil es ein Geisteszustand ist, in welchem Anhaftung vorhanden ist. Es ist, zum Beispiel, wie der gestrige Geisteszustand dieser Person. Das ist das Argument, um die Existenz zukünftiger Leben zu beweisen.

Wenn man sich in der Formulierung verfängt, könnte man meinen, dass wir dich auffordern, einen früheren Geisteszustand zu betrachten. Und dass wir argumentieren würden, dass ein früherer Geisteszustand vorausgegangen ist, da er ein Geisteszustand ist. Sonst klingt es so, als würden wir sagen, dass man einen späteren Geisteszustand in Betracht ziehen sollte. Wobei wir argumentieren würden, dass er die Grenze zu einem späteren Geisteszustand überschreitet, weil es ein Geisteszustand ist, in dem Anhaftung nicht vorhanden ist. Es könnte sich so darstellen, dass all diese Argumente wahr sind und alles Notwendige enthalten. Und es könnte sich so darstellen, als ob man diese Argumente nie akzeptieren könnte, da in jedem Fall die Elemente die gleichen sind.

Die Beweise sind ähnlich zu denen, die Meister Kamalashila in seinem *Prägnanten Kommentar über die Leerheit* benutzt, um vergangene und zukünftige Leben zu beweisen. Dort sagt er:

Ein Zustand des Geistes, in dem Begierde vorhanden ist, hat die Fähigkeit, noch einen weiteren Zustand des Geistes zu gebären, denjenigen, den wir bei der Geburt übernehmen. Das liegt daran, dass der Geisteszustand eines gewöhnlichen Menschen beim Tod dem Geisteszustand bei früheren Anlässen ähnelt, bei denen Begierde vorhanden war: so hat auch er Begierde.

Der Text führt weiterhin aus, dass dies Arten der Beweisführung sind, bei denen die behauptete Eigenschaft und die akzeptierte Eigenschaft von gleicher Natur sind.

Bei den beiden oben vorgestellten Argumenten solltest du vergangene und zukünftige Leben wahrgenommen haben, wenn du erkannt hast, was die Argumente zu beweisen versuchen. Daher müssen wir untersuchen, welches Objekt wir als Ausgangspunkt für die Wahrnehmung vergangener und zukünftiger Leben verwenden können.

18

**Die Idee einer materiellen Ursache:
Der Dreh- und Angelpunkt für den Beweis zukünftiger Leben**

Die folgende Auswahl stammt ebenfalls aus Geshe Yeshe Wangchuks Juwel der Wahren Gedanken

Hier ist der dritte Abschnitt, in dem wir die Definition einer materiellen Ursache erklären. Wir gehen in zwei Schritten vor: Zuerst erklären wir die Definition einer materiellen Ursache und anschließend zeigen wir, dass es keine solche Ursache zwischen Körper und Geist gibt.

Die erste dieser beiden Erklärungen wird im Haupttext in den Zeilen von „Eine materielle Ursache könnte niemals...“ bis „...ohne eine Veränderung des Tons“ präsentiert.

Die zweite wird in den Zeilen von „Alles, was etwas herbeiführen könnte...“ bis „...genau wie Feuer und geschmolzenes Kupfer“ dargelegt.

Hier ist also die erste Erklärung:

**Eine materielle Ursache könnte niemals etwas bewirken,
Was nicht eintreten würde, es sei denn,
Sie würde sich selbst verändern.
Beispiele wären ein Krug oder ähnliches
Ohne eine Veränderung des Tons.**

Was wir eine „materielle“ Ursache nennen, ist eine solche, die *niemals* „das, was es hatte“ (das bedeutet ihr Ergebnis) bewirken könnte, es sei denn, die eigentliche Essenz dieser materiellen Ursache würde sich *selbst verändern*. Was wir also für eine materielle Ursache brauchen, ist etwas, das durch seine eigene Natur auf eine sehr unmittelbare Weise seinen einzigartigen Einfluss vermittelt. *Beispiele wären ein keramischer Krug oder ähnliches, das niemals ohne eine Veränderung des Tons entstehen könnte.*

Hier ist zweitens der Nachweis, dass es keine solche Ursache zwischen Körper und Geist gibt. Der Wurzelttext sagt an dieser Stelle:

**Alles, was etwas Anderes bewirken könnte,
Ohne eine Veränderung,
Konnte niemals seine materielle Ursache sein;
Es wäre wie ein Büffel und eine Kuh oder so,
Und der Geist und der Körper
Sind genauso.
Hier ist die Ursache eins mit dem Ergebnis, das daraus kommt,
Die Art, die zusammenbleibt,
Genau wie Feuer und geschmolzenes Kupfer.**

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

Etwas Bestimmtes, das als Ursache wirkt und etwas Anderes bewirken könnte – das heißt, sein Ergebnis – ohne eine Veränderung, kann niemals seine transformierende Ursache sein; das heißt, seine materielle Ursache. Es wäre zum Beispiel wie ein Büffel und eine Kuh oder ein anderes solches Beispiel.

Und der Geist und der Körper sind genauso: Sie könnten niemals füreinander eine materielle Ursache und das von dieser materiellen Ursache produzierte Ergebnis sein. Das liegt daran, dass sie jeweils aus ihrer eigenen materiellen Ursache hervorgehen und nur als ein Faktor voneinander kommen, der zusammen mit ihnen ist. Sie bleiben zusammen, zum Beispiel, genau wie Feuer und geschmolzenes Kupfer.

Die ungewöhnlichen tibetischen Worte hier über die Kühe beziehen sich auf einen Büffel und eine Milchkuh.

[Die auszudrückende Idee ist, dass, obwohl ein Büffel und eine Kuh miteinander interagieren und sich gegenseitig beeinflussen können, sie nicht die Art von Ursache und Wirkung füreinander sind, bei der das eine in das andere verwandelt wird; das heißt, sie sind nicht die Art von Ursache und Wirkung, wie es bei Samen und ihren Sprossen der Fall ist. Feuer beeinflusst Kupfer, indem es schmilzt, auf eine scheinbar gleichzeitige Weise, aber es verwandelt sich nicht selbst in das geschmolzene Kupfer.]

19

Auszüge darüber, wie unwissendes Verlangen ein weiteres Leben auslöst

Die erste Passage stammt aus der Übersicht über die Abhängige Entstehung von Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568), einem bedeutenden Verfasser von Lehrtexten des Sera Mey Tibetischen Klosters. Das Werk ist als ACIP-E-Text S0014 erhalten.

...Die Definition der Unwissenheit, die das erste der zwölf Glieder in der Kette des abhängigen Entstehens darstellt, lautet: „Jene Sichtweise der verderblichen Ansammlung [die Sichtweise von „Mir“ und „Mein“, das seine eigene Natur hat], die einen dazu inspiriert, neue Fälle des relevanten zweiten Gliedes zu begehen - das des unreifen Karmas“.

Die Definition des unreifen Karmas, das das zweite Glied in der Kette des abhängigen Entstehens darstellt, lautet: „Die unreine Bewegung des Geistes, ist diejenige, die frisch durch das relevante erste Glied, die Unwissenheit, inspiriert wird.“

...Dieses bestimmte unreife Karma kann in drei unterschiedliche Typen eingeteilt werden: Verdienst, nicht verdienstvolles Karma und unveränderliches Karma. Verdienstvolles Karma und unveränderliches Karma schließen sich gegenseitig nicht aus. Es gibt etwas, das sowohl grundlegende Tugend sein kann, die mit Verdienst übereinstimmt, als auch der ursächliche Grund für ausgewogene Konzentration ist.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

Es gibt verschiedene typische Beispiele für diese drei. Das erste wäre Karma, das als karmisches Ergebnis die Teile einer Person hervorbringt, die auf einer der besseren Ebenen des Lebens im Bereich der Begierde geboren werden. Das zweite wäre Karma, das als karmisches Ergebnis die Teile einer Person entwirft, die in eine der drei Leben des Elends geboren wird. Das dritte wäre Karma, das als karmisches Ergebnis die Teile einer Person entwirft, die auf einer der höheren Ebenen der beiden Reiche geboren wird.

Die Definition dieses Verlangens, das achte Glied in der Kette des abhängigen Entstehens, ist: „Die mentale Funktion, die aufgrund der Verbindung mit dem Gefühl von sich aus den Wunsch hat, nicht von ihrem Objekt getrennt zu werden.“

Dieses bestimmte Verlangen kann in drei Arten eingeteilt werden: sehnsüchtiges Verlangen, ängstliches Verlangen und Klammern ans Leben. Jede dieser drei kann durch die folgenden typischen Beispiele beschrieben werden. Das Erste ist das Verlangen, bei dem du wünschst, nicht von einem anziehenden Objekt getrennt zu werden. Das Zweite ist das Verlangen, bei dem du wünschst, von einem unerwünschten Objekt getrennt zu werden. Das Dritte ist das Verlangen, bei dem du dich an die Teile deines Daseins zum Zeitpunkt des Todes klammerst, aus Angst, da du denkst, du würdest aufhören.

...Die Definition dieser Habgier, das neunte Glied in der Kette des abhängigen Entstehens, ist: „Der starke Wunsch, der das Verlangen des vorherigen Gliedes repräsentiert, steigert sich übermäßig.“

Diese bestimmte Habgier kann in vier Arten eingeteilt werden: Festhalten an Wünschenswertem, Festhalten an der Existenz einer Natur des Selbst und Festhalten an falschen Formen von Moral und Askese, die eine höherwertige Praxis darstellen.

Das erste ist eine Art von Festhalten an angenehmen Objekten. Das zweite ist eine Art von Festhalten an schlechten Ansichten. Das dritte ist eine Art von Festhalten am Glauben an eine eigenständige Natur des Selbst einer Person. Das vierte ist eine Art von Festhalten an schlechten asketischen Übungen.

Diese beiden Glieder besitzen bestimmte typische Merkmale. Unter den drei Kategorien des Seins, u.a. Tugendhaftigkeit, sind sie immer moralisch neutral. Es gibt sowohl diejenigen, die auf dem Pfad des Sehens, als auch diejenigen, die auf dem Pfad der Gewöhnung eliminiert werden. Beide Arten sind möglich. Diese Ursachen gibt es bei normalen Wesen, bei erleuchteten Wesen und bei Wesen in allen drei Reichen.

Die Definition dieses gereiften Karmas, das zehnte Glied der Kette von abhängigem Entstehen, ist: „Die Bewegung des Geistes ist in ihrer Essenz das Reifen von unreinem Karma, extrem potenziert und ausgelöst durch die Bindeglieder Verlangen und Habgier.“

* * * * *

Die zweite Passage stammt aus Das Juwel des wahren Gedankens. Die Verse wurden aus dem Originalwerk von Meister Dharmakirti eingefügt, manchmal in kürzeren Auszügen als im Text von Geshe Wangchuk, um den Vergleich mit dem entsprechenden Kommentar zu erleichtern.

**Angenommen er würde, weil er frei von der falschen Ansicht ist
Die Wiedergeburt am Anfang des Pfades vereiteln.
Da die Innewohnenden noch nicht beseitigt sind.
Wenn das so wäre, wie könnte es jemals eine Wiedergeburt geben?**

Angenommen, jemand macht den folgenden Einwand: „Lasst uns sagen, dass du Recht hast, und dass die Ansicht der falschen Ansammlung [„mich“ oder „mein“ mit einer eigenen Natur zu sehen] die Ursache des Zyklus der Wiedergeburt ist. Nun denn, nachdem ein Mensch die **ersten Momente des Pfades** des Sehens entwickeln konnte, **hätte er sich selbst davon abgehalten**, jemals wieder die Grenze zu einer neuen Wiedergeburt zu überschreiten. Und warum? **„Weil er dann frei von der falschen Sichtweise ist.“**

Unsere Antwort würde wie folgt lauten: „Vergegenwärtige dir einen Betreter des Stroms [eine Person, die den Pfad des Sehens erreicht und die Leerheit direkt erfahren hat.] Ist es nicht vielmehr so, dass er noch nicht an einem Punkt angelangt ist, an dem er, weil er die falsche Sichtweise eliminiert hat, keine weitere Wiedergeburt nehmen muss? **Denn** ist es nicht so, dass **die Angeborene**, die angeborene falsche Sichtweise **noch nicht beseitigt ist?** Und **wenn sie beseitigt wäre, wie könnte es dann jemals eine Wiedergeburt geben?** In diesem Fall könnte er natürlich niemals eine weitere Wiedergeburt erhalten.“

Du könntest auch antworten: „Vergegenwärtige dir einen Betreter des Stroms, der den Frieden im gleichen Leben erreicht [d.h. er erreicht Nirwana im gleichen Leben, in welchem er den Pfad des Sehens erreicht hat]. **Wie könnte es** für so jemanden **eine Wiedergeburt geben?** Er ist einer der Menschen, der ganz bestimmt die falsche Ansicht vollständig beseitigt und dadurch Nirwana erreicht hat. Genauso wie er im gleichen Leben den Pfad des Sehens betreten hat.

**Der Zustand des Geistes, bei dem eine Person „Ich“ denkt,
Wo sie sich wünscht: „Möge ich glücklich sein,“
Oder „Möge ich nie Schmerz erleiden“,
Diese Sichtweise einer Person ist angeboren.**

Und nehmen wir an, du sagst: „Vergängliche Sichtweisen gibt es nur auf eine Art: die Art, an die man bewusst glaubt, [an ein „Ich“ oder „Mein“, das seine eigene Natur hat]. Deshalb ist sie nicht die Ursache für die leidvolle Existenz.“ Es ist jedoch nicht wahr, dass es keine angeborene Form der vergänglichen Sichtweise gibt. Denke an den Fall, **in dem eine Person** sich ein bestimmtes Objekt **wünscht**, in dem sie **sich** denkt: **„Möge ich glücklich sein“ oder „Möge ich niemals Schmerzen erleiden.“** Ohne von irgendeinem intellektuellen Glauben beeinflusst zu sein, hält sie an einem „Ich“ fest, sie **denkt an ein „Ich“**, das unabhängig ist und das nicht nur ein Etikett ist, das auf die verschiedenen Teile seiner selbst aufgetragen wird. **Diese besondere Geisteshaltung ist die Sichtweise einer Person, die die Angeborene ist.**

**Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht**

**Wenn sie nie gedacht hätten, sie sähen eine Art von „Ich“,
Wenn sie keine Anhaftung an eine Art von „Selbst“ hätten,
Wenn sie frei wären von diesem Verlangen nach einer Natur des Selbst,
Würden sie niemals dem Verlangen nach Glück hinterherrennen.**

Und willst du damit sagen, dass Menschen wie Betreter des Stroms (diejenigen, die die Leerheit direkt gesehen, aber noch nicht das Nirwana erreicht haben) **überhaupt keine Anhaftung an eine Art „Selbst“ haben?** Das muss so sein, denn (laut dir) **glauben sie nie, irgendeine Art von „Ich“ zu sehen. Wenn** du zustimmst, dann musst du sagen, dass **sie niemals** die Art von Menschen sein können, die **durch ein Verlangen nach Glück** (nach einem selbst existierenden „Ich“) ins nächste Leben **rennen**, und doch sind sie es. Das müsste der Fall sein, weil **sie frei von diesem Verlangen nach einer Eigen-Natur wären.**

Der *Große Kommentar* sagt: „Wo immer eine Person **niemals glaubt, irgendeine Art von „Ich“ zu sehen**, hat sie überhaupt **keine Anhaftung an eine Art „Selbst“**. Und weil **sie frei von diesem Verlangen nach einer Ich-Natur sind**, können sie **nie wieder durch ein Verlangen** nach dem **Glück** des „Ich-Selbst“ in ein nächstes Leben **rennen.**“

Wir sollten an dieser Stelle einen Hinweis geben. Die Behauptung, dass nur die Bewusstheit von einem selbst die vergängliche Ansicht hervorruft, ist nicht richtig. Dies beweist die Tatsache, dass die Feindzerstörer und Buddhas Zustände des Geistes besitzen, in denen sie zu sich sagen, „Dies sind meine Roben“ oder „Das ist meine Weisheitsschale“.

Du glaubst nicht, dass dies jemals der Fall sein könnte? Dann müsstest du auch sagen, dass die Mönchsgelübde niemals gebrochen werden können, indem man die Robe oder die Schale oder einen ähnlichen Gegenstand stiehlt, der einem dieser Wesen gehört. Das müsste der Fall sein, denn diese Wesen würden deiner Meinung nach keinen Geisteszustand besitzen, in dem sie etwas als „Meins“ betrachten würden. Das Fehlen eines solchen Zustandes sollte immer bedeuten, dass man von solchen Wesen nicht stehlen kann, denn die folgende Unterscheidung ist richtig: Solange der Lehrer die Welt noch mit seiner Anwesenheit segnet, kann es zu einem Brechen der Gelübde kommen, indem man stiehlt, was rechtmäßig dem Lehrer gehört. Doch nachdem er vorgibt, in sein endgültiges Nirwana überzugehen, kann ein solches Brechen nicht mehr auftreten.

Außerdem sind diese Zeilen in der Einführung [*in den Mittleren Weg*], die von diesem sprechen

Wie in dem Fall, wo Buddhas, die
frei von der Sichtweise
Der vergänglichen Ansammlung sind, immer noch von
„ich“ und „meine Lehre“ sprechen.

**Von der einen Ursache, Anhaftung an eine gewisse Natur des Selbst,
Betrachten sie das Unglück als Glück,
Und als Ergebnis tauchen sie in alles ein;
Deswegen ist Verlangen eine Basis für Wiedergeburt.**

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Acht

Vergegenwärtige dir nun das **Verlangen**. Es ist der [Aspekt der Wahrheit der Quelle des Leidens] „Faktor.“ Und zwar deswegen, weil es **die Basis ist**, die zu einem ähnlichen Ergebnis beiträgt; d.h. einer weiteren **Wiedergeburt**.

Es ist wahr, dass das Verlangen so funktioniert. **Die**, die durch die Tendenz **das, was kein Glück ist**, als Glück zu begreifen, **wurden niedergezwungen**. Als Folge davon **stürzen sie sich auf alles**, was sich auf unwürdige Dinge und Ziele bezieht. Es ist auch nicht wahr, dass diese völlig verkehrte, rückwärts gerichtete Auffassung der Dinge ohne ihre eigentliche Ursache ist. All dies entsteht **aus der Ursache des Anhaftens an eine Eigen-Natur**.

Aufgrund der Tatsache, dass die Meister gesagt haben
„Jene, frei von Anhaftung, werden niemals wiedergeboren.“

Es ist wahr, dass Verlangen die Ursache für eine zukünftige Wiedergeburt ist, **aufgrund der Tatsache, dass die Meister** der Vergangenheit **gesagt haben**: „Feindzerstörer, **jene, die frei von Anhaftung** sind, werden in Zukunft **nicht wiedergeboren werden**. „Aufgrund der Tatsache, dass sie das Verlangen komplett beseitigt haben.“

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Neun: Wie Karma funktioniert, Teil Eins

1

Über die vier alten Schulen des Buddhismus

Die erste Auswahl stammt aus den Schulen der Philosophie (Grub-mtha'), geschrieben von Changkya Rolpay Dorje (1717–1786) und zu finden unter den ACIP-Textnummern S0060-S0063.

Als Nächstes folgen die Buddhistischen Schulen: Dazu gehören die Detaillisten, die Sutristen, die Nur-Geist-Schule, und die des Mittleren Weges. Es sind genau vier Schulen, nicht mehr, nicht weniger, was durch zahlreiche Aussagen sowohl in den geheimen als auch den offenen Schriften belegt wird. Insbesondere bestätigt diese Zahl auch das folgende Zitat aus dem *Kommentar von Diamantherz*:

Die des Buddhas sind vier.
Der Mächtige hatte nicht die Absicht, eine fünfte zu haben.

Meister Aryadeva sagte auch:

Die, die behaupten, die Lehren des Buddhas
Bestünden aus vier Schulen, haben gesehen, wie es ist:
Für die, die zu praktizieren hoffen, sind dies genau
Die Wege, die von den Detaillisten und den anderen erklärt werden.

Was die Frage nach der Entwicklung dieser vier Schulen betrifft, so behaupten einige, dass die Detaillisten- und die Sutristen-Schule nach dem dritten Konzil zur Zusammenstellung der Schriften entstanden sind. Sie sagen, dass die Schule des Mittleren Weges in den Tagen von Meister Nagarjuna begann und dass die Nur-Geist-Schule in der Zeit von Arya Asanga begann. Sie glauben auch, dass es vor diesen Zeitpunkten kein Konzept der vier Schulen gab.

Diese Vorstellung ist jedoch falsch, denn wir finden das Konzept der vier Schulen in Werken wie dem *Ozean der Engel*, der *Geheimen Lehre von Lo Diamond*, in *zwei Teilen der Geheimen Lehre des Rades der Zeit*, der *Geheimen Lehre von Diamond Arali* und auch in anderen.

2

Über den Titel de Schatzkammer

Die Verse im folgenden Kommentar stammen aus der Schatzkammer des höheren Wissens (Abhidharmakosha, Chos mngon-pa mdzod), geschrieben von Meister Vasubandhu um 350 n. Chr. und zu finden unter der ACIP-Textnummer T4089. Der Kommentar zu den Versen stammt aus der Erleuchtung des Pfades zur Freiheit, geschrieben von Gyalwa Gendun Drup, dem ersten Dalai Lama (1391–1474), und ist unter der Textnummer S5525 zu finden.

In Sanskrit: *Abhidharmakosha Karika*.

Auf Tibetisch: *Chu Ngunpay Dzu Kyi Tsikleur Jepa*.

[auf Englisch: *The Treasure House of Knowledge*, in Versform

auf Deutsch: *Schatzkammer des höheren Wissens*, in Versform]

Auf Sanskrit heißt der Titel dieses Werkes *Abhidharmakosha Karika*. In der **tibetischen Übersetzung** lautet er *Chu Ngunpay Dzu Kyi Tsikleur Jepa* [auf Englisch *The Treasure House of Knowledge*, in Versform, auf Deutsch *Schatzkammer des höheren Wissens*, gesetzt in Versform.] *Abhidharma* bedeutet „Wissen“, *kosha* „Schatzkammer“ und *karika* „in Versform“.

Warum erwähnen wir den Sanskrit-Titel dieses Kommentars der Worte von Buddha? Wir wollen damit zeigen, dass das Werk einer namhaften Quelle entstammt. Buddhas aller drei Zeiten, der Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft, erlangen ihre Erleuchtung in Indien, der Heimat des Diamanten. Der indische Name soll also auf die Herkunft aus der Heimat des Wissens, Indien, hinweisen.

Ein Kommentar ist nicht mehr oder weniger wert als das, was er ist. Aber wenn die Menschen glauben, dass er aus Indien kommt, werden sie sich die Zeit nehmen, ihn zu studieren und zu lehren, einfach nur aufgrund der besseren Herkunft. Es ist genau wie mit den einheimischen Händlern: Wenn sie hören, dass Getreide aus dem Flachland kommt, wollen sie es sofort kaufen, einfach nur weil es eine gute Herkunft hat.

Ein Kommentar mag sogar außergewöhnlich gut sein, aber wenn kein Sanskrit darin vorkommt, will niemand damit arbeiten. Die Menschen denken, es ist nur Tibetisch. Es ist wie bei den einheimischen Händlern, wenn sie hören, dass Getreide aus dem Hochland angekommen ist – will es keiner haben, egal ob es gut oder schlecht ist.

Die Erwähnung des Titels auf Sanskrit verfolgt auch den Zweck, ein Interesse für diese wunderbare Sprache zu entwickeln. Buddhas aller drei Zeiten lehren nach ihrer Erleuchtung das Dharma in Sanskrit. Selbst wenn man über den Titel nur eine kurze Bekanntschaft mit dieser Sprache macht, wirkt dies als Same, der zu einer fast automatischen Beherrschung der Sprache reifen wird. Und schließlich hilft es dabei, die Unterschiede in der Wortfolge zwischen Tibetisch und Sanskrit zu verstehen.

Warum erwähnen wir den Titel ganz am Anfang? So wird das Auffinden des richtigen Bandes erleichtert und das Thema auf einen Blick erfasst. Warum wird Sanskrit und Tibetisch nebeneinander gestellt? Damit wir uns an die Güte der meisterhaften Übersetzer erinnern und danach streben, unsere Schuld ihnen gegenüber zu begleichen.

Wir werden später die Bedeutung des Titels erklären. Hier kommt zunächst die Ehrerbietung des Übersetzers.

3

Die acht Kapitel der Schatzkammer

Wir wenden uns jetzt dem zweiten Teil unserer ausführlichen Behandlung des Textes zu: der Erklärung der verursachten Phänomene. In diesem Zusammenhang gehen wir erst auf den Inhalt des Textes ein, nachdem wir seine Struktur in drei Abschnitten erörtert haben: eine Auflistung der acht Kapitel, eine Darstellung ihres Zusammenhangs, und eine Beschreibung des in jedem der acht Kapitel behandelten Themas.

Meister Purnavardhana präsentiert die acht Kapitel der *Schatzkammer* wie folgt:

Acht Kapitel wurden geschrieben, um im Detail zu erläutern, was in den einleitenden Worten der Texte nur kurz angedeutet wird: „Alle Phänomene, rein oder unrein“. Die ersten beiden Kapitel widmen sich der allgemeinen Erklärung reiner und unreiner Phänomene.

Eine detaillierte Darstellung unreiner Phänomene erfolgt in den nächsten drei Kapiteln. Das dritte zum Beispiel zeigt auf, (1) *wer* der so sehr Betroffene ist, (2) *wo* dieser lebt und (3) *wie* es sein kann, dass diese so sehr betroffen sind. Dies geschieht mit jeweiligen Darstellungen zu (1) den fünf Arten von Lebewesen in den drei Reichen – die Welt der Lebewesen, (2) der äußeren Welt – dem „Gefäß“, das diese Lebewesen festhält, und (3) den vier Arten des Geborenwerdens und den zwölf Gliedern des abhängigen Entstehens. Im vierten und fünften Kapitel wird beschrieben, *was* es ist, das uns so sehr plagt: unreine Taten und Geistesgifte.

Die letzten drei Kapitel liefern eine detaillierte Behandlung der reinen Phänomene. Kapitel Sechs behandelt, *wer* es ist, der gereinigt wird, *welche* Art Mensch, *wo* es ist, an welchem Ort er gereinigt wird und *wie* es erfolgt, durch welche Stufen der Erkenntnis er gereinigt wird. Im siebten Kapitel geht es darum, *was* den Menschen rein macht: Wie das Sutra sagt: „Die Weisheit muss das Leid zerstören.“ Im achten Kapitel geht es um die Meditation – das, was der Weisheit eine Grundlage bietet, auf die sie sich stützen kann. Denn das Sutra sagt: „Der Geist in der Meditation sammelt die reine Wirklichkeit.“

Andere Meister vergangener Zeiten haben die acht Kapitel folgendermaßen dargelegt:

Das Werk wird in acht Kapiteln präsentiert, um folgende drei Punkte anzusprechen: Objekte, Taten und Ergebnisse. Im Allgemeinen können alle *Objekte* in zwei Arten unterteilt werden: scheinbare Wirklichkeit und tatsächliche Wirklichkeit. Die ersten beiden Kapitel sind der scheinbaren Wirklichkeit

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

gewidmet. Das dritte, vierte und fünfte Kapitel sind der tatsächlichen Wirklichkeit, den vier Wahrheiten gewidmet. Das sechste Kapitel erklärt die unterschiedlichen Arten der Erkenntnisse, wessen *Handlungsfeld* in der tatsächlichen Wirklichkeit liegt. Das *Ergebnis*, das dadurch erreicht wird, Weisheit, und ebenso die damit verbundenen persönlichen Eigenschaften, werden in den letzten beiden Kapiteln behandelt.

Im ersten Kapitel wird das allgemeine Thema der Werke über das Wissen behandelt: die reinen und unreinen Phänomene. Das erste Kapitel erwähnt nur die Kräfte und wie die verursachten Phänomene entstehen. Daher ist das zweite Kapitel einer ausführlicheren Behandlung dieser beiden Punkte gewidmet. Das Thema der drei Reiche, das in diesen einleitenden Kapiteln nur am Rande erwähnt wird, wird daher im dritten Kapitel erforscht. Manche glauben, dass die drei so vorgestellten Reiche Schöpfungen eines Gottes sind, den sie „mächtig“ nennen. Das folgende, vierte Kapitel widerlegt daher diese Vorstellung und zeigt, dass die wahre Quelle die Taten sind.

Die Botschaft des fünften Kapitels ist, dass die motivierende Kraft hinter den in Kapitel vier beschriebenen Taten die weit verbreiteten Geistesgifte sind. Das sechste Kapitel widmet sich der Darstellung eines Weges, wie wir diese Geistesgifte eliminieren können und schließt sich daher ganz natürlich an diese Darstellung an. Das siebte Kapitel liefert zusätzliche Details über die im sechsten Kapitel erwähnten Arten des Wissens. Das Achte schließlich vervollständigt den Zusammenhang der Kapitel, indem es die Eigenschaften, die der Buddha gemeinsam mit fortgeschrittenen Wesen auf niedrigeren Stufen besitzt, näher erläutert – diese Eigenschaften und die, die dem Buddha eigen sind, erschienen zuerst im siebten Kapitel.

Wie angekündigt ist der dritte Punkt, die Beschreibung der Thematik jedes der acht Kapitel, aus den Worten des Meisters im Text ersichtlich.

4

Was ist Abhidharma

Nachdem wir so das Versprechen zum Verfassen des Werkes mit seiner vorangestellten Ehrerbietung behandelt haben, werden wir die Erklärung des Titels präsentieren – das erste behandelte Thema, nachdem sich der Autor einmal für das Werk inspiriert hat. Das Wort „Wissen“ wird als erstes erklärt, sowohl für sich allein stehend und nachfolgend auch in Bezug auf seine Bedeutungen. Anschließend sprechen wir über den Begriff „Schatzkammer“.

Wissen ist reine Weisheit und deren Hilfsmittel.

[1.5]

Meister Vasubandhu hat versprochen „diesen Kommentar zu schreiben, die *Schatzkammer des höheren Wissens*“. Aber was meint er mit „Wissen“? Es gibt zwei Arten solchen Wissens. Die erste können wir in Form einer logischen Aussage beschreiben:

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Vergegenwärtige dir die folgenden drei reinen Pfade: die des Sehens, der Gewöhnung und des Nicht-mehr-Lernens.

Sie sind echtes Wissen, weil

sie die **unbefleckte Weisheit und ihre Hilfsmittel sind**.

Der zweite Teil des Wissens, seine Hilfsmittel, kann weiter aufgeteilt werden in die beiden Kategorien: echte Hilfsmittel des Wissens und rein nominelle Hilfsmittel des Wissens. Echte Hilfsmittel des Wissens können im Hinblick auf die Ebene betrachtet werden, auf die es sich stützt und auf die Bedeutung von „stützen“ in diesem Zusammenhang. Ebenso gehört dazu die Untersuchung, wie viele Haufen Wissen hat, wenn man auch alles das zählt, was dieses unterstützt.

Auf welchen Ebenen beruhen die drei genannten Pfade? Der Pfad des Sehens kann sich auf jede der sechs Ebenen der Konzentration stützen. Das liegt daran, dass die letzte Stufe des Pfades der Vorbereitung, bekannt als „ultimatives Phänomen“, sich auf eine dieser sechs Ebenen stützen kann. Und der Pfad des Sehens beruht immer auf der gleichen Ebene wie die Stufe des ultimativen Phänomens. Wie es in der Schrift heißt: „Dieselbe Ebene wie das ultimative Phänomen“. Die Schrift bestätigt auch unsere Behauptung, dass die Stufe des ultimativen Phänomens sich auf jede der sechs Ebenen beziehen kann:

Meditativ auf der Stufe jenseits aller Muße,
auch auf der Stufe der außerordentlichen Konzentration.

5

Wissen und seine echten Hilfsmittel

Die Mittel, um es zu erreichen, und die Kommentare.

Es gibt eine Reihe von Hilfsmitteln zum Wissen, die lediglich nominell sind. Dazu gehören zunächst die Weisheiten des Lernens, der Kontemplation und der Meditation, die praktiziert werden, um „**es zu erreichen**“ – das tatsächliche Wissen. Zweitens gibt es die Weisheit, mit der man geboren wird. Schließlich gibt es die klassischen **Kommentare**, die diese Arten von Weisheit als ihr Thema behandeln. Dazu gehören *Die Praxis der Weisheit* und ähnliche Werke.

Lasst uns die Form einer logischen Aussage verwenden:

Vergegenwärtigen wir uns die gerade erwähnten Hilfsmittel des Wissens.

Sie können den Namen „Wissen“ erhalten, weil

Sie die Mittel oder die Ursache dafür darstellen, tatsächliches Wissen zu erlangen.

Was ist die Abfolge der Ursachen in diesem Prozess? Reine Weisheit entspringt meditativer Weisheit, die von kontemplativer Weisheit kommt, welche aus der Weisheit des Lernens entsteht. Sie alle sind von der Weisheit abhängig, mit der man geboren wurde.

Wenn er also diese zugehörigen Hilfsmittel „Wissen“ nennt, verfolgt der Autor einen bestimmten Zweck: Er möchte uns sagen, dass sie als Methoden oder Ursachen für das Erlangen wahren Wissens genutzt werden müssen. Ganz genau genommen können sie niemals Wissen sein, denn sie sind unrein.

6

Die Bedeutung des Namens des Buches

Woher kommt das Wort „Wissen“ [Sanskrit: *Abhidharma*]? Ein Phänomen [*Dharma*] ist das, was eine Natur besitzt [*dhṛ*]. Und Wissen bringt zu dir [*abhi*] oder führt dich zu [*abhi*] diesem höchsten aller existierenden Phänomene: Nirwana.

**„Schatzkammer“ des Wissens, weil sie alle hier hineinpassen,
In seinen Aspekten oder weil sie seine Heimat sind.**

[1.7-8]

Meister Vasubandhu hat erklärt: „Ich sollte diesen Kommentar, die Schatzkammer des höheren Wissens, schreiben.“ Inwiefern ist es eine **Schatzkammer des Wissens**? Die wertvollsten Punkte der sieben Werke über das Wissen **passen alle zu diesen Punkten hier**, zum Thema des Kommentars des Meisters. Die Scheide, in die man ein Schwert steckt, wird zum Beispiel „Schwertscheide“ genannt, und der Ort, an dem man seine Reichtümer aufbewahrt, wird als „Schatzkammer der Reichtümer“ bezeichnet.

Man könnte auch sagen, dass die sieben Werke über Wissen die **„Schatzkammer“** sind und dass **sie die Heimat** oder Quelle des aktuellen Werkes **sind**. Der Ausdruck „Scheide des Schwerts“ könnte beispielsweise ebenso auch den Ort bezeichnen, aus dem das Schwert gezogen wurde.

Es folgt der Nachweis, dass die Lehren über das Wissen das Wort des Lehrers sind, dem eine Erklärung über den Zweck vorausgeht.

7

Warum sollen wir höheres Wissen studieren?

**Ohne eine ultimative Analyse aller existierenden Phänomene
Gibt es keine Möglichkeit, die Geistesgifte zu beseitigen.**

Ultimative Analyse jedes existierenden Phänomens

Und diese Beschwerden sind das, was die Welt hier im Ozean

Des Lebens hält. So hat es der Lehrer gesprochen, sagen sie. [1.9-12]

Eine Erklärung des Wissens zu geben, hat folgenden Zweck: **Ohne** Weisheit, die jedes **Phänomen auf eine endgültige Art und Weise analysiert, gibt es keine Möglichkeit, all das zu beseitigen**, was die **Geistesgifte** mit sich bringen. **Und dieser Kummer ist es, der** die Menschen **der Welt hier im Ozean des Lebens treiben lässt**. Deshalb ist es notwendig, in den Köpfen der Schüler eine Weisheit zu verankern, die diese endgültige Analyse der Phänomene vornehmen kann. **Daher** die Erklärung.

8

Die Bedeutung des Namens der Abhidharma Schule

„Und warum wird diese andere Schule die „Detaillisten“ genannt?“ könnte man jetzt weiter fragen. Man könnte sagen, dass sie „Detaillisten“ sind, weil sie sich ausschließlich dem Studium des klassischen Kommentars *Detaillierte Erläuterung* widmen oder weil sie die *Bedeutung* dieses Werkes verstehen. Die Schule kann noch in weitere Gruppen unterteilt werden: die, die in Kaschmir leben, heißen „Kashmiri“, während die, die im Westen desselben Landes leben, „Westler“ genannt werden. Detaillisten außerhalb von Kaschmir, in Zentralindien usw., werden allgemein als die „Unter der Sonne“ verzeichnet.

9

Die Eigenschaften eines authentischen buddhistischen Buches

Die Zeilen, die mit „Es gibt keine Möglichkeit, die Geistesgifte zu beseitigen...“ beginnen, zeigen auch, dass der Kommentar von Meister Vasubandhu die vier erforderlichen Attribute eines seriösen Werkes besitzt. Auch hier können wir wieder die Form einer logischen Aussage verwenden:

Vergegenwärtigen wir uns den Akt der Erklärung des Zwecks und der Beziehung des Textes zu diesem Zweck hier am Anfang des Kommentars.

Sie hat einen Zweck, denn:

Sie vermittelt den Schülern die Tatsache, dass der Kommentar die vier Merkmale eines seriösen Werkes besitzt. Sobald sie erkennen, dass diese Attribute vorhanden sind, werden die Schüler inspiriert sein, den Text zu studieren.

Dies sind die vier Eigenschaften:

- 1) Die *Thematik* des Textes behandelt unreine und reine Arten von Phänomenen. Das wird im Vers mit den Worten „jedes existierende Phänomen“ ersichtlich.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

- 2) Der *Zweck* ist, mithilfe dieses Themas im Geist der Schüler die Weisheit zu pflanzen, die Phänomene auf ultimative Weise analysiert. Dies wird durch die Worte „ultimative Analyse“ ersichtlich.
- 3) Das *ultimative Ziel* ist, dass die Schüler Nirwana erreichen, sowohl mit als auch ohne Überbleibsel. Dies wird indirekt ersichtlich durch den gesamten Satz von „Es gibt keine Möglichkeit...“ bis zu „...ohne“ und von „dieses Gift“ bis zum Wort „So.“
- 4) Die *Beziehung* besteht darin, dass der Zweck durch das Thema des Werkes erreicht werden muss und das ultimative Ziel durch genau diesen Zweck.

Man könnte auch sagen, dass die Beziehung zwischen dem Thema (also allen existierenden Phänomenen) und dem Mittel, durch das dieses Thema ausgedrückt wird (also dem Kommentar), besteht.

10

Was verursacht Welten

Taten verursachen die Vielzahl der Welten.

[IX.1]

Jemand mag mit folgender Frage beginnen: „Du hast gerade die Welten beschrieben: beide großen Abschnitte der äußeren Welten und alle Lebewesen darin. Wo kommen sie alle her?“ Sie sind nicht ohne Ursache entstanden und sie sind nicht aus Ursachen entstanden, die ihrer Natur widersprechen. Das ist so, weil sie gewisse Zeit existieren und dann verschwinden. Wie der Haupttext sagt: „Nicht durch einen Allmächtigen oder etwas Vergleichbares, sondern durch schrittweise Stufen und ähnliches.“

Was *verursacht* sie denn? Es sind die vergangenen **Taten** der Lebewesen, die **all die Welten verursachen**, beides – die Orte und die Menschen.

Die folgende Erklärung der Taten besteht aus zwei Teilen. Erstens: Die grundsätzliche Natur der Taten und zweitens: Aufzählungen aus Sutras der Arten von Taten. Der erste Teil besteht aus einer kurzen Einleitung und einer anschließenden detaillierteren Beschreibung.

11

Einleitung zu Taten

Sie sind Bewegungen des Geistes und was folgt.

Geistige Bewegung ist eine Tat des Denkens.

Was daraus folgt: Taten des Körpers und der Sprache.

Diese sind entweder kommunizierend oder nicht.

[IV.2-5]

„In der oben zitierten Zeile“, mag jemand fortfahren, hast du gesagt, dass Taten die Welten verursachen. Aber wie viele Arten von Taten gibt es denn?“ **Sie** – die Taten – **sind** zwei unterschiedliche Arten: Taten, die aus einer **Bewegung des Geistes** bestehen, und das, **was folgt** – solche, die das Denken motiviert.

Jemand mag nach jeder ihrer Grundnaturen fragen. **Die geistige Bewegung ist eine Tat des Gedankens**, denn sie besteht aus einer Tat, die mit dem Bewusstsein des Gedankens verbunden ist. **Was sie hervorruft**, d.h. Taten, die durch den Geist motiviert sind, sind von zweierlei Art: Es sind **Taten des Körpers** und **Taten der Sprache**. **Diese** beiden lassen sich wiederum in jeweils zwei Arten unterteilen: Sie **sind entweder** das, was wir „**kommunizierend**“ nennen, **oder** sie sind es **nicht**.

Unsere detailliertere Betrachtung dieser Punkte erfolgt in drei Schritten: die Definition der Tat, typische Eigenschaften der drei Arten von Taten im Allgemeinen und unterschiedliche Unterteilungen der „nicht-kommunizierenden“ Art.

Bei der Diskussion über die Definition der Tat werden wir zuerst die kommunizierenden Arten und dann die nicht-kommunizierenden Arten behandeln. Die Erstgenannte beschreibt zuerst die Taten des Körpers und dann die der Sprache.

12

Kommunizierende Taten des Körpers

Ein kommunizierender Körper muss eine Form annehmen.

[IV.6]

„Du hast eine Zeile zitiert“, könnte jemand beginnen, „die besagt: diese sind entweder kommunizierend oder nicht‘. Könntest du körperliche Taten beschreiben, die als ‘kommunizierend’ bezeichnet werden?“ Kommunizierende Handlungen des Körpers sind in dieser Schule die Form, die der physische Körper, motiviert von geistigen Bewegungen, während der Dauer einer spezifischen Aktion annimmt: wie z.B. sich niederzuwerfen vor einem heiligen Objekt oder einem fühlenden Wesen das Leben zu nehmen.

13

Nicht-kommunizierende Form

**Sogar während Ablenkung, wenn der Geist angehalten wird,
Tugendhaft oder nicht, weiter bestehend,
Die höchsten Elemente als ihre Ursache nehmend,
Diese Form, so sagen wir, ist nicht kommunizierend.**

[I.41-4]

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Jemand mag vielleicht fragen:

Was ist mit der oberen Zeile, die mit den Worten endet „... und nicht-kommunizierend“? Was meinst du mit „nicht-kommunizierende Form“?

Die nicht-kommunizierende Form besitzt fünf besondere Eigenschaften. Die erste ist eine Eigenschaft bezüglich Zeit: Diese Form existiert **selbst in Zeiten** von **Ablenkung** oder **wenn** man sich in einer tiefen Meditation befindet und der **Geist angehalten wird**.

Das gilt auch für das Auge und so weiter, deswegen müssen wir eine Eigenschaft der Essenz erwähnen: Diese Form ist entweder **tugendhaft oder nicht**. Diese Beschreibung könnte auch auf die kommunizierende Form zutreffen, deswegen Vergegenwärtigen wir uns zusätzlich die Eigenschaft bezüglich Zeit: Nicht-kommunizierende Form **besteht** auch **nach** der Tat **weiter**, in einem perfekten Strom. Das gleiche gilt auch für tugendhafte und nicht-tugendhafte Komponenten. Deswegen vermerken wir, dass diese Form **die höchsten Elemente als ihre Ursache hat**.

Kashmiri Sanghabhadra [?] greift diese Definition mit folgendem Vers an:

*Es ist unvollständig, widerspricht dem klassischen
Kommentar, dann ist jemand nicht,
Nicht jemand ist dann. „Sogar“ ist überflüssig,
Eine nicht erwähnte Eigenschaft sollte erwähnt sein.*

Er erklärt seine Kritik folgendermaßen:

Vergegenwärtigen wir uns eine beliebige nicht-kommunizierende Form im ersten Moment ihrer Existenz. Dir zufolge könnte sie niemals eine nicht-kommunizierende Form sein, weil sie *unvollständig* ist – es fehlt die Eigenschaft des Fortbestandes in einem perfekten Strom. Vergegenwärtigen wir uns diese Form erneut. Dir zufolge könnte sie auch niemals ein physisches Ding sein, weil sie ein Strom ist. Wenn du fortfährst und zustimmst, dass sie nicht physisch ist, *widersprichst* du den *klassischen Kommentaren*, welche erklären, dass sie es ist.

Vergegenwärtigen wir uns weiter die nicht-kommunizierende Form, erzeugt von ungeteilter Konzentration. Wenn deine Definition korrekt ist, *ist sie nicht* nicht-kommunizierende Form. Und zwar deshalb, weil sie während spezifischen Zeiträumen nicht existiert, wenn man abgelenkt ist oder wenn der Geist angehalten wird. Sie existiert eher, während man nicht abgelenkt ist und der Geist arbeitet.

Vergegenwärtigen wir uns auch das, was diese Art von Form *auf gar keinen Fall* ist: Eine Form, die gezielt kommuniziert. *Wenn* du Recht hast, *ist* sie eine Form, die nicht absichtlich kommuniziert, weil sie sowohl in Momenten ohne Ablenkung existiert, als auch in einem arbeitenden Geist. Zudem ist das Wort „*sogar*“ *überflüssig*: Wenn du sagst, dass diese Art der Form vorhanden ist, wenn

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

der Geist abgelenkt ist, versteht jeder, dass sie auch vorhanden ist, wenn der Geist arbeitet. Schlussendlich hast du auch den Fehler gemacht, eine *Eigenschaft nicht zu erwähnen*, die *hätte erwähnt werden müssen*: Die Tatsache, dass diese Art der Form unsichtbar und nicht zu beschreiben ist.

Sanghabhadra [?] schlägt dann eine alternative Definition im folgenden Vers vor:

Form, die sich von dieser unterscheidet,
Die du genannt hast: während des Denkens und auch
Nicht, spezifisch, nicht zu beschreiben,
Sie „kommuniziert nicht“.

Trotzdem beinhalten beide der obigen Systeme die gleiche Widersprüchlichkeit. Wenn du etwas als nicht-kommunizierende Form bestimmst, weil es sich auf Zeiten bezieht, in denen der Geist nicht abgelenkt ist oder nicht arbeitet, muss die Form die „gezielt kommuniziert“ auch „nicht-kommunizierend“ sein. Und wenn du andererseits etwas als nicht-kommunizierend bestimmst, weil es sich auf die Momente bezieht, in denen der Geist angehalten wird, könnten beide Beschränkungen, die durch die ungeteilte Konzentration entstehen, niemals nicht-kommunizierend sein.

14

Tugend und andere Arten

... Freiheit

Ist die ultimative Tugend. Die Wurzeln, ebenso wie Scham und Gewissen, sind es in sich.

Die, die mit ihnen durch eine geistige Verknüpfung verbunden sind. Handlungen und Ähnliches, durch Motivation.

Ihr Gegenteil, Untugend. Das Ultimative Im ethischen Neutralen, die Beschriebenen.

[IV.30b-6]

Jemand mag fragen, ob Tugend und die anderen nur auf Basis der beteiligten Motivation begründet werden. Das werden sie nicht. In der Tat gibt es vier verschiedene Einteilungen, beginnend mit dem, was wir „ultimative“ Tugend nennen. Wie beschreiben wir sie?

Vergegenwärtigen wir uns zunächst **Freiheit** – Nirwana. Das **ist die ultimative Tugend**, denn es ist der höchste Zustand des Glücks, frei von jedem Leid. Es ist wie ein vollkommen gesunder Mensch. Vergegenwärtigen wir uns als nächstes **die drei Grundlagen** der Tugend, **sowie** das Gefühl von **Scham und Gewissen**. Sie sind von Natur aus tugendhaft, denn sie sind **in** und aus **sich heraus** tugendhaft. Sie sind wie Heilkräuter.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Lasst uns noch **die** Momente des Geistes und geistige Funktionen vergegenwärtigen, **die** in einer geistigen **Verknüpfung mit ihnen sind** – mit diesen Tugenden. Sie sind „**geistig verknüpfte**“ Tugenden, denn wir bestimmen sie als Tugend durch die Tatsache, dass sie eine geistige Verknüpfung mit der Tugend teilen. Sie sind zum Beispiel wie die Flüssigkeit, in der du deine Heilkräuter mischt.

Vergegenwärtigen wir uns als nächstes körperliche und verbale **Handlungen und Ähnliches**. Die Dinge, die von den soeben beschriebenen geistigen Elementen motiviert sind. Sie sind, was wir „motiviert“ Tugend nennen. Diese werden **durch** die tugendhafte **Motivation**, die daran beteiligt ist, als Tugend betrachtet. Wir können sie mit der Milch vergleichen, die von einer Mutter gebildet wird, nachdem sie die Flüssigkeit getrunken hat, der die beschriebenen Heilkräuter beigegeben worden sind.

Das Gegenteil all des oben Beschriebenen ist das, was wir „**Untugend**“ nennen. Der Prozess ist wie folgt: Vergegenwärtige dir zunächst den Kreislauf des Lebens. Er ist die ultimative Untugend, denn er ist die höchste Form des Unglücks – vollständiges Gefangensein im Leid. Er ist wie eine Krankheit.

Vergegenwärtigen wir uns als nächstes die drei grundlegenden Untugenden sowie Schamlosigkeit und das Fehlen eines Gewissens. Sie sind ihrer Natur nach Untugend, denn sie sind aus sich selbst heraus Untugend, ohne sich auf etwas anderes zu stützen. Sie sind wie giftige Kräuter.

Vergegenwärtigen wir uns als nächstes Momente des Geistes und geistige Funktionen, die mit diesen Untugenden eine geistige Verknüpfung teilen. Sie sind Untugenden „geistiger Verknüpfung“, denn wir etablieren sie als Untugenden, weil sie eine gemeinsame geistige Verbindung zu einer Untugend besitzen. Diese können wir mit einer Flüssigkeit vergleichen, in die giftige Kräuter gemischt wurden.

Nehmen wir als nächstes die Taten des Körpers und der Sprache, die durch die beschriebenen geistigen Elemente motiviert werden. Sie sind „motiviert“ Untugenden, denn wir bestimmen sie als Untugend aufgrund der beteiligten nicht-tugendhaften Motivation. Diese Arten ähneln der Milch, die eine Mutter bildet, nachdem sie die mit den giftigen Kräutern vermischte Flüssigkeit getrunken hat.

Das Ultimative in den Dingen, welche **ethisch neutral** sind, besteht aus **den** Umständen, die wir zuvor **beschrieben** haben: nicht-analytische Beendigungen und nicht-erzeugter Raum.

15

Die Definition der drei Arten von Karma

Die folgende kurze Definition der drei Arten von Karma findet sich in der Schatzkammer von Chim, einem Kommentar zur Schatzkammer des höheren Wissens von Chim Jampeyang (ca. 1280), der unter S6954 zu finden ist.

Das Sutra beschreibt drei Arten von Karma: tugendhaftes Karma, nicht-tugendhaftes Karma und neutrales Karma. Tugendhaft ist das Karma, das dir kurzfristig ein karmisches Ergebnis bringt, welches wünschenswert ist (d.h. ein freudiges Gefühl) und dich ultimativ vor Leid bewahrt (d.h. dir hilft, Nirwana zu erreichen). Nicht-tugendhaft ist das Karma, das dir ein unerwünschtes karmisches Ergebnis bringt (d.h. ein schmerzhaftes Gefühl). Eine neutrale Tat, etwas das weder tugendhaft noch nicht-tugendhaft ist, ist das Karma, das dir etwas bringt, was weder wünschenswert noch unerwünscht ist.

Als Nächstes kehren wir zum Kommentar des Ersten Dalai Lama zurück.

16

Taten entsprechend ihrem Ergebnis

**Verdienst, Nicht-Verdienst, die, die unveränderlich sind.
Die Drei einschließlich der, die zur Freude führen.**

[IV.179-80]

Taten können in drei unterschiedliche Arten unterteilt werden: Taten, die **Verdienst** darstellen, **Nicht-Verdienst**, und **solche, die unveränderlich sind**. Sie können auch in drei andere Arten unterteilt werden: **die Drei einschließlich der, die zu einer Erfahrung der Freude führen** usw.

Unsere detailliertere Behandlung dieser Punkte wird in zwei Schritten erfolgen: erstens eine Präsentation von Verdienst und dem Rest. Zweitens eine Beschreibung der erwähnten Freude usw.

17

Verdienst, Nicht-Verdienst und unveränderliche Taten

**Verdienst, tugendhafte Taten im Reich des Verlangens.
Die, die aus den oberen kommen, unveränderlich.
Sie sind unveränderlich, weil
Die betreffenden Taten auf ihren Ebenen reifen.**

[IV.181-4]

Jemand könnte mit folgender Frage beginnen: „Wie beschreibst du Verdienst und die anderen Arten von Taten, die du erwähnt hast?“ Taten, die wir **„Verdienst“** nennen, sind **tugendhafte Taten im Reich des Begehrens**. Was wir **„unveränderliche“** Taten nennen, sind **die, die aus den oberen Reichen kommen**, d.h. aus dem Formreich und den formlosen Reichen.

„Ist das nicht ein Widerspruch“, könnte jemand erwidern, „denn du beschreibst die Taten der höheren Reiche als unveränderlich, während die der dritten und niedrigeren Ebenen der Konzentration als veränderliche Arten erklärt werden?“ Es gibt keinen Widerspruch. Die Ebenen der Konzentration von der dritten Ebene an abwärts werden deshalb als „veränderlich“ oder „beeinflusst“ bezeichnet, da sie von Problemen betroffen sind, die verhindern zu einer auf ein Objekt bezogenen Konzentration zu gelangen. Der Grund, warum die Taten der höheren Reiche als „unveränderlich“ bezeichnet werden, bezieht sich vielmehr auf die Tatsache, dass sie ihre Richtung nicht ändern, wenn sie reifen.

Diese Taten werden „unveränderlich“ genannt, **weil ein Reifen der Taten auf „ihrer“ Ebene**, den Ebenen des Formreichs und der formlosen Reiche eintreten wird und niemals auf einer anderen Ebene. Daher ist ein solches Reifen ein **Unveränderliches**.

Taten aus dem Reich des Verlangens hingegen sind veränderlich. Jemand, der als Vergnügungswesen wiedergeboren werden soll, kann durch die Einwirkung bestimmter Faktoren als eine andere Art von Lebewesen geboren werden. So gab es beispielsweise den Fall, wo ein Brahmane aufgrund seiner Großzügigkeit als Vergnügungswesen wiedergeboren werden sollte. Aber er erblickte einen besonders majestätischen Elefanten und dachte bei sich, wie wundervoll es wäre, wenn er so einen bekommen könnte. Als Resultat wurde er als Elefant, bekannt als „Sohn des Beschützers“, wiedergeboren.

Als Nächstes vergegenwärtigen wir uns Taten, die eine Empfindung der Freude oder ähnliches beinhalten. Hierbei gehen wir in drei Schritten vor: (1) Beispiele für jede der Taten, die zu bestimmten Arten an Erfahrungen führen, (2) die Kategorien von Erfahrungen, und (3) die Korrelation zwischen spezifischen Empfindungen und den Taten, deren Ergebnis sie sind. Die Beispiele werden anhand der beiden folgenden Positionen diskutiert: die der aktuellen Schule, sowie der von anderen Schulen akzeptierten Position.

18

Erfahrungen, die aus vergangenen Taten reifen

Diese sind entweder endgültig oder nicht.

Die drei Arten des Endgültigen sind wie etwas Gesehenes

Und werden so erlebt.

Einige sagen, dass es fünf Taten sind,

Andere, dass die Kombinationen vier wären.

Drei davon bewirken die Projektion eines eigenständigen Wesens.

[IV.197-202]

Es gibt drei Arten von Taten, die durch den Prozess des Reifens zu einer zukünftigen Erfahrung führen. **Diese** Arten von Taten **werden** wiederum in zwei Gruppen unterteilt: Sie sind **entweder endgültig oder nicht**. Die „endgültige“ Gruppe **besteht** aus **drei** unterschiedlichen **Arten**, **weil** sie (1) die Taten beinhaltet, die **als „etwas Gesehenes“ erlebt werden** – d.h. Taten, die in diesem Leben bereits zu einer Erfahrung reifen, (2) Taten mit Ergebnissen, die nach der Wiedergeburt erlebt werden – also direkt im nächsten Leben, und (3) Taten mit Ergebnissen, die „in einem anderen“ Leben erfahren werden – d.h. in einem beliebigen Leben nach dem nächsten.

Einige behaupten, dass es fünf Arten der Taten gibt: Sie kommen auf diese Zahl, indem sie die nicht endgültigen Arten von Taten unterteilen in (1) die, die endgültig reifen werden, jedoch zu einem unbestimmten Zeitpunkt, und (2) die, bei denen weder das Reifen, noch der Zeitpunkt des Reifens definiert sind.

Andere – nämlich die Exemplisten-Gruppe der Sutristen-Schule – behaupten, **dass es vier** mögliche **Kombinationen gibt**, die diesbezüglich gelten. Sie sagen, es gibt (1) Taten, die endgültig reifen werden, jedoch zu keinem bestimmten Zeitpunkt, (2) Taten, welche zu einem bestimmten Zeitpunkt reifen sollten, bei denen jedoch nicht endgültig feststeht, ob sie reifen werden, (3) Taten, die in beiderlei Hinsicht endgültig sind und (4) Taten, die in keinerlei Hinsicht endgültig sind.

Jemand mag fragen, welche dieser Taten ein eigenständiges Wesen in der Zukunft projiziert. **Drei davon bewirken die Projektion eines eigenständigen Wesens.** Dies gilt jedoch nicht für Taten, dessen Ergebnisse du in diesem Leben erfährst. Das ist so, weil sie in demselben Kontinuum an Haufen reifen, das die ursprüngliche Tat verursacht hat.

Als Nächstes untersuchen wir die Anzahl der unterschiedlichen Taten, die unterschiedliche Reiche und unterschiedliche Arten von Lebewesen projizieren können.

19

Taten, die definitiv reifen

**Diese sind definitiv, welche heftige
Geistesgifte oder Glauben beinhalten, ein Objekt mit besonderen
Eigenschaften, alles, was
Regelmäßig getan wird, Vater oder Mutter töten.
Taten mit Ergebnissen, welche sichtbar sind
Aufgrund der Eigenschaften des Objekts oder der Gedanken.
Alles, was etwas war, das sicher reifen wird,
Bei völliger Freiheit vom Verlangen der Ebene.**

[IV.213-20]

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

„Was genau“, mag jemand fragen, „meinst du, wenn du von Taten sprichst, die sicher reifen werden?“ **Diese Taten sind endgültig** (werden sicher in eine zukünftige Erfahrung reifen), und **weisen** eines der folgenden Merkmale **auf**:

- 1) **heftige** Emotionen, entweder von **Geistesgiften oder Glauben**
- 2) **ein Objekt mit besonderen Eigenschaften** – d.h. Taten, die in Bezug auf die Juwelen durchgeführt werden
- 3) **alles, was regelmäßig getan wird**, und
- 4) **Töten von Vater oder Mutter**, selbst wenn dies in verdienstvoller Absicht geschah.

„In den obigen Zeilen“, so mag jemand fortfahren „hast du gesagt, dass eines die Art ist, dessen Ergebnisse man sieht. Kannst du das näher beschreiben?“ Taten mit Ergebnissen, die etwas sind, das im selben Leben gesehen wird, sind auf besondere Eigenschaften des Objekts oder des Gedankens zurückzuführen.

Ein Fall für eine Tat, die aufgrund der besonderen Merkmale des betreffenden Objekts zu der Art wurde, die im selben Leben zu einem Ergebnis führt, wäre wie folgt: In einem seiner früheren Leben war unser Lehrer einmal ein gewisser Mönch, der alle drei Teile des Kanons gemeistert hatte. In der Gemeinschaft der Mönche war es immer häufiger zu Streit gekommen. Ein Mönch, der die Abschnitte des Kanons auch auswendig konnte, führte die Seiten zu einer Einigung. Dies verärgerte den anderen Mönch (denjenigen, der ein Meister des Kanons war) und er machte die sarkastische Bemerkung: „Ein Weib hat den Streit der Weiber geschlichtet.“ Aufgrund dieser Tat verwandelte sich der Mönch noch im gleichen Leben zu einer Frau, und wurde danach noch fünfhundert weitere Male als Frau geboren.

Ein Beispiel für eine Tat, die aufgrund der besonderen Merkmale des betreffenden Gedankens zu der Art wird, die noch im selben Leben zu einem Ergebnis führt, wäre wie folgt: König Kanaka hatte einen gewissen Eunuchen namens „Longwa“. Der traf einmal einen Mann, der eine Herde von fünfhundert Rindern vor sich hertrieb und fragte ihn, was er denn vorhabe. „Wir werden sie kastrieren“, lautete die Antwort. Überwältigt von Mitgefühl schaffte es Longwa, alle Rinder vor diesem Schicksal zu bewahren. Als Ergebnis wurde sein Geschlechtsorgan noch im selben Leben wiederhergestellt.

Abgesehen davon kann **alles, was etwas war, das** auf einer bestimmten Ebene **reifen sollte**, auch eine Tat darstellen, die ein Ergebnis liefert, das man im selben Leben sieht, **wenn** die Person **völlig frei** von jedem **Verlangen** nach dieser **Ebene** geworden ist.

20

Objekte mit sehr speziellen Eigenschaften

Hilfe oder Schaden an jedem der Folgenden
Führt zum schnellen Erfahren eines Ergebnisses:
Jeder, der aus Beendigung oder Liebe kommt,
Keine Geistesgifte, Sehen, Ergebnis des Zerstörens.

[IV.221-4]

Jemand mag fragen, welche Eigenschaften ein Objekt besonders machen. **Hilfe oder Schaden an jemandem**, der gerade **aus einer Beendigung gekommen ist**, führt zu einem **schnellen Erleben des Ergebnisses**. Denn es ist fast so, als wäre eine solche Person soeben aus dem Nirwana zurückgekommen. Hilfe oder Schaden an jemandem, der soeben aus einer Meditation unermesslicher **Liebe** oder einem Zustand der auf ein Objekt konzentrierter Meditation gekommen ist, wo er **keinerlei Geistesgifte** hat, führt ebenfalls zu einer schnellen Erfahrung eines Ergebnisses. Der Grund hierfür ist, dass solche Personen allen lebenden Wesen helfen. Sie sind beseelt von der Bereitschaft, ultimative persönliche Verantwortung zu übernehmen, frei von allen Geistesgiften und vollständig durchdrungen von einer unermesslichen Art von Verdienst, sehr deutlich und klar.

Einer Person zu helfen oder zu schaden, die gerade den Pfad des **Sehens** beendet hat, ist ein weiteres Beispiel für eine Tat, die zu einem schnellen Ergebnis führt. Und zwar deshalb, weil diese Person soeben zum ersten Mal einen reinen Zustand erreicht hat, indem sie jedes unerwünschte Objekt durch den Pfad des Sehens eliminiert hat.

Schließlich führen auch noch nützliche oder schädliche Taten an einer Person, die soeben einen Zustand hatte, indem sie das **Ergebnis der Zerstörung** des Feindes erreicht hat, zu einer schnellen Erfahrung eines Ergebnisses. Der Grund hierfür ist, dass diese Person soeben zum ersten Mal den reinen Zustand erreicht hat, wo sie jedes unerwünschte Objekt durch den Pfad der Gewöhnung eliminiert hat.

Personen zu helfen oder zu schaden, die gerade aus einem Zustand gekommen sind, in dem sie eines der beiden Ergebnisse erreicht haben – wo sie entweder in das Reich der Begierde zurückkehren müssen oder nicht –, führt dennoch nicht zu einem schnellen Ergebnis. Erstens ist ihr „neuer“ Zustand, in dem sie einen makellosen Zustand erreicht haben, frei von den Objekten, die durch den Pfad des Sehens beseitigt wurden, zu diesem Zeitpunkt bereits etwas alt geworden. Zweitens haben sie noch nicht den makellosen Zustand erreicht, in dem sie es gerade zum ersten Mal geschafft haben, sich von den Objekten zu befreien, die durch den Pfad der Gewöhnung beendet werden.

Wir kommen zum dritten und letzten Abschnitt in unserer Diskussion über Taten, die mit einem Gefühl der Freude und ähnlichem einhergehen. Dies ist eine Darstellung der Korrelation zwischen spezifischen Gefühlen und den Taten, durch welche sie verursacht werden. Im Rahmen der Darstellung werden wir auch detailliert auf das Thema Geisteskrankheit eingehen.

21

Je Tsongkapa und die Konsequenzen von Karma

Die folgende Auswahl stammt aus dem Großen Buch über die Stufen auf dem Pfad von Lord Je Tsongkapa (1357–1419) und gefunden auf S5392:

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Hier ist der dritte Abschnitt, eine Darstellung der Konsequenzen unterschiedlicher Arten schlechter Taten. Wir gehen in drei Teilen vor und beginnen mit dem, was „gereifte“ Konsequenzen genannt wird.

Jeder der zehn karmischen Pfade kann in drei Arten unterteilt werden – geringer, mittel und größer – in Abhängigkeit der Intensität der drei Gifte. Das Werk *Hauptstufe der Ebenen* besagt, dass durch die zehn schwerwiegenden Fälle des Tötens und der Übrigen, man in den Höllen wiedergeboren wird. Es sagt, dass du durch mittlere Fälle von jedem der Zehn, als Hungergeist wiedergeboren wirst. Und durch geringere Fälle der Zehn wirst du als Tier wiedergeboren.

Im *Sutra über die Zehn Ebenen* heißt es jedoch bei zwei Arten der Fälle – der geringeren und der mittleren Stufe, in umgekehrter Weise erklärt.

Die Folgenden sind „gleichartige“ Konsequenzen: Selbst, wenn du es schaffst, den niederen Reichen zu entkommen und eine Wiedergeburt als Mensch zu erlangen, widerfahren dir die folgenden Ergebnisse:

- 1) Dein Leben ist kurz.
- 2) Du hast nicht genug zum Leben.
- 3) Du hast Probleme, deinen Partner für dich zu behalten.
- 4) Die Menschen glauben nicht, was du sagst, selbst wenn du die Wahrheit sprichst.
- 5) Du verlierst ständig deine Freunde.
- 6) Du hörst Dinge als unangenehmen Klang.
- 7) Niemand hört auf dich.
- 8) Deine Persönlichkeit wird beherrscht von Verlangen.
- 9) Deine Persönlichkeit wird beherrscht von Wut.
- 10) Deine Persönlichkeit wird beherrscht von Dummheit.

Im *Kapitel über die Wahrheit* und dem *Sutra über die Zehn Ebenen* wird festgestellt, dass es jeweils zwei solcher Konsequenzen für jede der hier genannten gibt, selbst wenn du es schaffst, als Mensch wiedergeboren zu werden:

- 1) Dein Leben ist kurz und du wirst leicht krank.
- 2) Du hast nicht genug zum Leben und was du hast, ist Eigentum der Gemeinschaft.
- 3) Die Menschen, mit denen du arbeitest, sind „unbeständig“, was hier unzuverlässig bedeutet. Du bist ständig im Wettbewerb um deinen Partner.
- 4) Niemand glaubt dir, selbst wenn du die Wahrheit sagst und andere betrügen dich ständig.
- 5) Die Menschen um dich herum bekämpfen sich ständig und haben einen unangenehmen Charakter.
- 6) Du hörst viele unangenehme Dinge und wenn andere mit dir reden, kommt es dir immer so vor, als würden sie mit dir streiten wollen.
- 7) Niemand respektiert, was du sagst. Niemand hält das, was du zu sagen hast, für bedeutsam, du leidest ständig unter geringem Selbstwertgefühl.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

- 8) Deine Persönlichkeit wird beherrscht von Verlangen und du bist nie mit dem zufrieden, was du hast.
- 9) Du findest dich immer wieder in Situationen, wo dir niemand hilft oder du findest nie die Hilfe, die du brauchst. Du verletzt ständig andere oder wirst von anderen verletzt.
- 10) Du wirst ein Mensch mit schädlicher Weltsicht oder eine hinterhältige Person.

Die großen Lamas der Vergangenheit haben den Standpunkt vertreten, dass es eine Folge beständigen *Handelns* ist, bei dem man als karmisches Ergebnis des Tötens zu jemandem wird, dem Töten oder ähnliches Spaß macht. Es ist somit eine Folgeerscheinung gleichartiger *Erfahrung*, wenn man das oben angeführte Ergebnis erleben muss.

Als Nächstes kommt das, was wir „Umwelt“-oder „dominierende“ Konsequenzen nennen. Ein Beispiel hierfür ist, dass die Konsequenz des Tötens auch in deiner Außenwelt zum Ausdruck kommt. Lebensmittel, Getränke, Medizin, die Ernte der Felder und ähnliches haben kaum Kraft. Sie sind immer minderwertig, sie haben geringen Nährwert oder Wirksamkeit, sie sind schlecht verdaulich und verursachen Krankheiten. Daher sterben die meisten Lebewesen um dich herum vor ihrer Zeit.

Weil du gestohlen hast, sind die Ernten gering und weit auseinander. Die Ernten reichen nicht aus, um den Hunger zu beseitigen. Sie verderben, sie können nicht eingebracht werden. Trockenperioden dauern zu lange, es regnet zu viel, die Ernten vertrocknen oder gehen ein. Weil du Ehebruch begangen hast, lebst du an einem Ort, an dem dich Urin und Fäkalien, Dreck und Schmutz umgeben. Alles stinkt, überall ist es unangenehm und ekelig.

Weil du gelogen hast, lebst du in einer Welt, in der, wenn man gemeinsam mit anderen Landwirtschaft betreibt oder mit anderen zusammenarbeitet, das Werk nie gelingt. Die Menschen arbeiten nicht gut zusammen, meistens betrügt jeder jeden, fürchtet sich, und es gibt vieles, das dir Angst macht.

Weil du Menschen durch dein Gerede auseinander gebracht hast, ist der Boden des Ortes, an dem du lebst, uneben, bedeckt von Felsbrocken und von Rinnen zerfurcht, voller Höhen und Tiefen, du kannst dich daher nur schwer fortbewegen. Du hast dort immer Angst und es gibt vieles, was dir Angst macht.

Weil du barsche Worte gesprochen hast, ist der Boden, dort wo du lebst, bedeckt von Hindernissen wie umgestürzten Bäumen, Dornen, Steinen, Erdklumpen und einer Menge scharfer Glasscherben. Der Boden ist uneben und trostlos. Es gibt keine Flüsse und Seen oder Wasserquellen. Die Erde ist vertrocknet und vergiftet von Salz und Borax, brennend heiß, nutzlos, bedrohlich: ein Ort an dem es viele Dinge zu fürchten gibt.

Weil du Bedeutungsloses gesprochen hast, wachsen keine Früchte an den Bäumen, oder sie beginnen zur falschen Zeit zu wachsen, niemals rechtzeitig. Sie scheinen reif zu sein, obwohl sie es noch gar nicht sind, oder ihre Wurzeln sind kraftlos, oder sie sind nicht lange haltbar. Es gibt keine Orte, an denen man sich entspannen kann, keine Parks, keine Lichtungen, keine kühlen Teiche. Viele Dinge um dich herum machen dir Angst.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Weil du Dinge anderer begehrt hast, wird alles Gute, das du jemals findest, schlechter, weniger und weniger, niemals mehr. Jedes einzelne Ding vergeht mit dem Lauf der Jahreszeiten, jeden Monat, ja sogar Tag für Tag.

Weil du anderen Schlechtes gewünscht hast, lebst du in einer Welt des Chaos, wo Krankheiten verbreitet sind. Böses ist überall, Elend, Konflikte und Angst vor den Armeen anderer Länder. Es gibt viele Löwen, Leoparden oder andere gefährliche Tiere, überall sind giftige Schlangen, Skorpione oder giftige Würmer. Du bist von gefährlichen Geistern, von Dieben, Räubern und dergleichen umgeben.

Weil du eine falsche Weltsicht hattest, lebst du in einer Welt, wo die höchste Quelle des Glücks unaufhaltsam von der Erde verschwindet. Du lebst in einer Welt, wo die Menschen Dinge, die in Wirklichkeit unrein und Leid sind, für schön und glücksbringend halten. Eine Welt, in der man sich nirgendwo hinwenden kann, wo niemand hilft, niemand dir Schutz gibt.

22

***Was die Nur-Geist-Schule sagt,
wie mentale Samen unsere Wahrnehmungen verursachen***

Die folgenden Auszüge stammen aus der Erleuchtung des Wahren Gedankens, gefunden unter S5408 und verfasst von Lord Tsongkapa:

... Der zweite Teil hat zwei Abschnitte: Die Darstellung der Position der anderen Schule und danach die Widerlegung dieser Position. Hier der erste:

Auf diese Weise erfolgte die Darstellung. Dann erwidern die Anhänger der Nur-Geist-Schule, indem sie eine Position erwägen und darstellen, die für sich genommen die Grundüberzeugung ihres gesamten Systems widerspiegelt.

Sie sprechen zunächst von dem geistigen Samen, der Energie, aus der der „Geist des Auges“ (sich auf das Bewusstsein des Auges bezieht) entsteht. Ein anderer Fall von Bewusstsein, der gerade endet, pflanzt im nächsten Moment diesen geistigen Samen in das Grundbewusstsein. Wenn dieser Same später reift, bringt er das Bewusstsein des Auges hervor, welches dem früheren entspricht.

Vergegenwärtige dir diese Energie, wie sie unmittelbar vor der Erzeugung des Bewusstseins des Auges, da mit ihr verbunden, existiert. Vergegenwärtige dir die Energie, die als unmittelbare Grundlage dem Bewusstsein des Auges dient. Normale Menschen betrachten dies aus Unwissenheit als das Sehvermögen. In Wirklichkeit existiert jedoch keine Sehkraft, die getrennt wäre vom Bewusstsein. Die gleiche Erklärung gilt entsprechend auch für alle weiteren Sinneswahrnehmungen.

Hier ist die Ursache für die Bewusstheit des Auges, der geistige Same, der primäre Faktor. Das Sehvermögen ist der Bestandteil des Körpers, der einen unterstützenden Sachverhalt darstellt.

Die physische Fähigkeit des Auges wird hier als direkte Ursache für die Bewusstheit des Auges dargestellt. Die Absicht ist, sich auf die Situation zu beziehen, in der der geistige Samen, der die Bewusstheit des Auges hervorbringt, heranreift. Hier geht es jedoch nicht um das, was wir normalerweise als körperliche Funktion des Auges betrachten.

Die Verbindung der Objekte
und der Person,
Das Basisbewusstsein, ist ein Bewusstsein,
das erscheint;
In Wirklichkeit ist dies nicht das Wesen.

Hier bezieht sich das Wort „Objekte“ auf die Form und dergleichen, und „Person“ auf die fünf Fähigkeiten. Die Zeilen beschreiben ein Bewusstsein, welches entsteht und zu sein scheint, welches aber in der Tat das Grundbewusstsein ist. Meister Stiramati bezeichnet die Sinnesfunktionen ebenfalls als Objekt des Grundbewusstseins. Die Vertreter der Nur-Geist-Schule, welche die Idee eines Grundbewusstseins akzeptieren, glauben, dass das Sehvermögen etc. tatsächlich die Bedingung des Grundbewusstseins ist, die als Sinnesfunktion erscheint.

Wenn sie erst einmal bewiesen haben, dass so etwas wie die Sinneswahrnehmung des Auges und ähnliches niemals als etwas vom Bewusstsein getrenntes sein könnte, müssen sie genauso zeigen, dass auch die Form nichts anderes ist als das Bewusstsein. Zu diesem Zweck geben sie die folgende Beschreibung: Vergegenwärtige dir die fünf Arten von Bewusstsein, die, nach allgemeiner Überzeugung, aus den fünf Sinneskräften entstehen. Es ist nicht so, dass es äußere physische Objekte gibt, wie zum Beispiel die Farbe Blau und so weiter, welche das Bewusstsein erfassen muss. Vielmehr ist Blau und so weiter nur eine Erscheinung, welche durch das Reifen genau des geistigen Samens entsteht, der im Grundbewusstsein gepflanzt wurde und aus dem das Bewusstsein entstanden ist. Sich dieser Tatsache nicht bewusst seiend, betrachten die Menschen den Geist, der als Blau oder sonst etwas erscheint und akzeptieren oder interpretieren diese Erscheinungen als äußere Objekte.

23

Wie die Schule des Mittleren Weges das Funktionieren geistiger Samen von Karma erklärt

Hier ist der zweite Teil einer [anderen] Diskussion [darüber, wo nach Ansicht der Madhyamika-Schule geistige, karmische Samen gepflanzt werden, da sie nicht das Konzept des Grundbewusstseins akzeptieren]. Jemand mag mit der folgenden Frage beginnen:

Nimm an, du bestreitest die Existenz eines Grundbewusstseins.
Dennoch musst du akzeptieren, dass durch Tugend oder Untugend
geistige Samen gepflanzt werden und dass mit dem Reifen dieser
geistigen Samen Auswirkungen entstehen. Immerhin besagt der
Autokommentar zu *Betreten des Mittleren Weges*: Seit ewigen Zeiten

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

wurden im leidenden Kreislauf des Lebens die geistigen Samen für Dinge gepflanzt, reiften anschließend und wurden dann von den Menschen als die Dinge selbst interpretiert“. Es gibt noch viele weitere Zitate, die dasselbe besagen. Und es wäre nicht richtig zu sagen, dass es kein Fundament oder keinen Ort gibt, wo diese geistigen Samen gepflanzt wurden. Was ist deiner Meinung nach also der Ort, an dem die Samen gepflanzt werden können?

Nach Ansicht derjenigen, welche die Vorstellung eines Grundbewusstseins akzeptieren, konzentriert sich die Sache, die „Geistesgift“ genannt wird, auf das Grundbewusstsein und hält es für das „Ich“. Sie sagen, dass dieses Grundbewusstsein der Ort ist, an dem die geistigen Samen verweilen. In unserer [Madhyamika-] Schule haben wir ein ähnliches Konzept: Wir sagen, dass diese durch den geistigen Samen verunreinigte Basis genau das ist, auf das du dich mit deinem einfachen natürlichen Bewusstsein deiner selbst konzentrierst und das du „Ich“ nennst.

Jemand mag folgende Frage stellen:

Der Autokommentar zu *Betreten des Mittleren Weges* besagt, dass der Geistesstrom die Basis ist, in den die geistigen Samen gepflanzt werden. Wie passt dies zu dem, was du gerade gesagt hast?

Das, was wir einfach „Ich“ nennen, ist etwas, das sich aus einer Bezeichnung ergibt, die auf den Geist oder das Bewusstsein angewendet wird. Da es sich gleich einem Strom fortsetzt, können wir es auch diesem Blickwinkel heraus auch als „Geistesstrom“ bezeichnen. Selbst das, was du mit „Strom“ bezeichnest, ist die Fortsetzung späterer, ähnlicher Momente des Geistes, so dass du genauso sagen kannst, dass dies auch die Basis ist, welche durch geistige Samen bestimmter Gelegenheiten verunreinigt ist.

So funktionieren geistige Samen für Unwissenheit. Der Autokommentar zu *Betreten des Mittleren Weges* besagt:

Das, was dazu neigt, zu enden, und dennoch verunreinigt ist, dann jedoch weitergeht im Strom des Geistes, ist das, was wir einen „geistigen Samen“ nennen. Die Begriffe „Kontinuität“ und „Gewohnheit“ und „Wurzel“ und „geistiger Same“ für den vergifteten Geisteszustand beziehen sich alle auf dasselbe. Dies ist etwas, das Zuhörer und Selbstverwirklichte „Buddhas“ nicht beseitigen können, selbst wenn sie bereits die Geistesgifte über den reinen Pfad beseitigt haben. Es ist ähnlich wie mit Sesambutter oder Blumen: du kannst diese Dinge vom Tisch oder aus der Vase entfernen, aber die Vase, in der die Blumen waren, oder das Tuch, das die Butter befleckt hat, tragen aufgrund des vorangegangenen Kontakts immer noch eine leichte Spur davon.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Wie könnte es also Sinn machen, zu sagen, es gäbe eine andere Basis, eine zweite, zusätzlich zu der hier erwähnten, wo andere Arten geistiger Samen, solche von tugendhaften Taten und solche von nicht tugendhaften Taten und weitere gepflanzt werden?

Jemand mag sich auch noch über etwas anderes wundern:

Sprechen wir über den Zeitraum, in dem du dich in der „ununterbrochenen“ Stufe des Pfades des Sehens [der direkten Wahrnehmung der Leerheit] befindest. Ich kann akzeptieren, dass an diesem Punkt die durch diesen Pfad eliminierten negativen Gedanken nicht mehr da sind. Aber wir müssten sagen, dass die negativen Dinge, die auf dem Pfad der Gewöhnung eliminiert werden, noch da sind und ruhen. Zu diesem besonderen Zeitpunkt ist das Bewusstsein des Geistes rein. Es ist unbeeinflusst von dem geistigen Samen, der den falschen Geisteszustand verursacht, in dem Erscheinen und Wirklichkeit der Dinge nicht übereinstimmen. Daher kann hier nichts von alledem ruhen, weil es zu diesem Zeitpunkt besondere Eigenschaften hat. Es gibt kein Sinnesbewusstsein, das als Basis für diese geistigen Samen dienen könnte. Und es wäre auch falsch zu sagen, dass Sinneswahrnehmung jemals eine solche Basis bieten könnte. Außerdem gibt es deiner Meinung nach kein Grundbewusstsein. Ich müsste also davon ausgehen, dass es keine Basis gibt, wo diese ruhenden Dinge verweilen könnten.

Und dennoch gibt es ein solches Problem nicht. Denn zu diesem Zeitpunkt ist es das einfache „Ich“, das die Grundlage dafür schafft, dass die ruhenden Dinge, die durch den Weg der Gewöhnung hervorgerufen wurden, verweilen.

24

***Die Antwort der Schule des Mittleren Weges auf die Frage,
wo die karmischen Samen verweilen, bis sie aufgehen.***

Hier ist der zweite Punkt [einer weiteren Diskussion]. Jemand mag Folgendes fragen:

Die, die glauben, dass Dinge (Subjekte) keine natürliche Existenz besitzen [also die Madhyamika Prasangika- (oder Konsequenz-) Schule], akzeptieren die Konzepte eines Grundbewusstseins oder dergleichen nicht. Wie können sie dann immer noch behaupten, dass das Wirken von Karma und seine Folgen vollkommen richtig und angemessen sind?

Alle buddhistischen Schulen, sowohl hohe als auch niedrige, akzeptieren das Prinzip, dass das Resultat Freude und Schmerz und so weiter aus tugendhaftem und nicht-tugendhaftem Karma oder Taten entsteht. Auch wenn zwischen ursprünglichem Karma und seinen möglichen Folgen eine sehr lange Zeitspanne liegen kann. Das Problem jedoch ist, dass

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Karma, wenn es während der gesamten Zeitdauer bis zu dem Zeitpunkt, an dem es sein Ergebnis hervorbringt, unveränderlich sein müsste. Aber ein unveränderliches Ding kann nichts bewirken. Deswegen könnte es niemals eine Beziehung zwischen Karma und einem verursachten Ergebnis geben.

Von dem Moment an, in dem du ein Karma oder eine Tat begangen hast, ist die Tat beendet und vorbei. Während der gesamten Zeitspanne, von diesem Punkt bis zu dem Punkt, an dem das Ergebnis eintritt, existiert die Tat nicht mehr. Eine vergangene Tat ist nichts, was noch etwas beeinflussen könnte. Wie kann eine Tat oder ein Karma jemals eine Art von Ergebnis verursachen? Wir erklären dieses Problem wie folgt:

Vergegenwärtigen wir uns die Tat oder das Karma, wie es bis zu dem Zeitpunkt unmittelbar nach dem Moment existiert, in dem die Tat vollendet wird. D.h. wir vergegenwärtigen uns die Tat, wenn sie sich dem Ende nähert. Die Energie der Tat muss gespeichert werden, daher haben einige Denker die Idee einer Art von Grundbewusstsein erschaffen, wo sie verbleiben kann. Andere haben gesagt, dass es etwas gibt, das veränderlich, aber weder geistig noch körperlich ist. Sie nennen es „die Tatsache des Nicht-einfach-Vergehens“. Sie sagen, dass es sich um etwas handelt, was unabhängig von den beiden Arten von Taten [Tugend und Untugend] existiert. Es ähnelt dem Dokument, das für einen zurückzuzahlenden Kredit erstellt wird. Wieder andere haben die Idee entwickelt, dass es ein anderes veränderliches Ding gibt, das weder geistig noch körperlich ist. Es sei wieder anders als die beiden Arten der Taten, und sie nennen es einen Speicher.

Andere schließlich haben die Idee eines Bewusstseinsstromes entwickelt, der mit dem geistigen Samen der Tat verunreinigt ist. Deshalb sagen sie, dass es kein Widerspruch ist, wenn die Tat später ihre Folgen nach sich zieht, selbst nach sehr langer Zeit. Die Tat oder das Karma pflanzt einen geistigen Samen im Grundbewusstsein und daher ist der geistige Same das Ergebnis der Tat. Dieser geistige Same setzt sich in einem Strom ähnlicher Formen fort, bis er schließlich aufgeht. Dies, so sagen sie, ist die Folge des ursprünglichen Karmas, etwas, das indirekt, über ein Medium, erzeugt wird. Der gleiche Gedanke gilt für die anderen drei zum Ausdruck gebrachten Positionen.

Die erste dieser Positionen gehört zu einer bestimmten Gruppe innerhalb der Nur-Geist-Schule. Die zweite Position wird von Meister Avalokitavrata als die der Detaillisten-Schule beschrieben, einer bestimmten Gruppe, die nicht zu den Kashmiri-Detaillisten gehört. Die dritte Position gehört ebenfalls zu einer bestimmten Gruppe innerhalb der Detaillisten-Schule. Es ist nicht ganz klar, wohin die vierte Position gehört, aber da sie mit dem neunten Kapitel des Autokommentars zur *Schatzkammer des höheren Wissens (Abhidharmakosha)* übereinstimmt, scheint sie eine alternative Überzeugung der Sutristen und der Kashmir-Detaillisten zu sein.

Obwohl die Kashmiri-Gruppe die Idee eines „Speichers“ akzeptiert, behaupten sie nicht, dass ein Speicher von den beiden Arten von Karma erzeugt werden könnte, als etwas, das durch den Speicher gespeichert werden könnte. Diese Position hier wird jedoch von jemandem, der dies behauptet, eingenommen und daher heißt es „nach der Meinung von jemandem“.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Nach Ansicht eines Vertreters der Madhyamika – Konsequenz-Schule ist die Tat oder das Karma nichts, das aus sich heraus entsteht, und daher ist es auch nichts, das aus sich heraus endet. Nichtsdestotrotz ist es kein Widerspruch, zu sagen, dass etwas, das niemals aus sich heraus endet, immer noch ein Ergebnis hervorbringen kann. Als solches kann dieses Ergebnis aus einer Tat entstehen, selbst wenn wir niemals die Idee eines Grundbewusstseins oder dergleichen akzeptieren.

Daher musst du verstehen, dass dies der Grund ist, warum die beiden Arten von Karma im Geisteskontinuum eines Lebewesens bereits beendet sein können und dennoch, nach langer Zeit – ja sogar nach Millionen von Jahren – ihre „perfekten“ Ergebnisse hervorbringen können, ohne jegliche Verwechslung [Also, dass gute Taten zu Freude führen und schlechte zu Schmerz, und es keinen einzigen Fall gibt, bei dem dieses Gesetz gebrochen wird, so dass gute Taten zu Schmerz oder schlechte Taten zu Freude führen.].

In Anbetracht dessen ist in dieser Schule die Verbindung zwischen Taten und ihren Ergebnissen rein und vollkommen korrekt.

Der springende Punkt ist, dass alle vier obigen Positionen versuchen, das vorliegende Problem zu lösen. Sie tun es aber von einem Standpunkt aus, der akzeptiert, dass eine Tat einen definierten Anfang hat und ebenso ein definiertes Ende. Sie sind sich auch einig, dass der spätere Zustand einer beendeten Tat ebenfalls etwas ist, das per definitionem existiert. Der Meister [Chandrakirti] erklärt, dass es unangemessen wäre, das oben aufgeworfene Problem damit zu beantworten, indem man sagt: „Auch wenn das Ende der Tat so ist, stellt es kein Problem dar, weil wir an das Grundbewusstsein glauben.“ Er lehnt all diese Positionen deswegen ab, weil es einfach keinen Anfang und kein Ende einer Tat gibt, die durch eine Selbstnatur entstehen könnte.

Um zu zeigen, dass diese Art der Antwort genau die Position des Arya [Nagarjuna] widerspiegelt, zitiert der Meister folgende Aussage aus dem *Haupttext zur Weisheit*:

Weil Karma niemals beginnt,
Weil es keine Selbstnatur hat,
Und weil es niemals begonnen hat,
Kann es auch nicht einfach vergehen.

Diese Zeilen besagen, dass es kein Karma geben kann, das jemals einen Anfang aus sich heraus hat, da es kein Karma gibt, das aus sich heraus existiert. Daher ist es völlig unmöglich, dass Karma jemals aus sich heraus endet. Es ist unlogisch, zu denken, dass eine Tat geendet haben kann und gleichzeitig eine Idee zu erfinden, dass es etwas geben könnte, das niemals vergeht.

25

***Was die Schule des Mittleren Weges meint, wenn sie sagt,
dass Dinge nur das Ergebnis von Projektionen sind***

Dieser Abschnitt [wiederum ein anderer] besteht aus zwei Teilen. Zuerst werden wir zeigen, wie Objekte durch den Prozess der Bezeichnung etabliert werden. Und anschließend beschreiben wir, was es bedeutet, an der wahren Existenz festzuhalten, in der man die Dinge als auf gegensätzliche Art existierend sieht. Hier ist der erste Teil:

Das von *Upali erbetene Sutra*, beinhaltet folgende Zeilen:

Eine Woge bezaubernder Blumen öffnet ihre Blütenblätter,
Goldene Paläste erstrahlen in atemberaubender Schönheit.
Such ihren Schöpfer, du wirst ihn niemals finden,
Denn all dies besteht aus Projektionen –
Die Welt ist eine Erfindung der Projektionen.

Der Vers beschreibt, wie Objekte durch den Prozess der Bezeichnung etabliert werden. Es gibt noch viele weitere Aussagen des Buddhas, die beschreiben, wie jedes einzelne Objekt im Universum nicht mehr als eine Schöpfung durch Projektionen ist.

Die *Sechzig Verse über die Logik* besagen ebenfalls:

Die Welt ist durch Unwissenheit verursacht.
Warum? Weil die Buddhas sagen, dass es so ist.
Und warum sollte es falsch sein, zu sagen,
Dass diese Welt nur Projektion ist.

Die *400 Verse* sagen ebenfalls:

Ohne Projektionen sind Verlangen und dergleichen
Nichts, was überhaupt existieren kann;
Warum also sollte jemand mit Verstand
An Realität und Projektion glauben?

Der Kommentar zu dem Werk sagt, dass –

Dinge, die in Abwesenheit von Projektionen nicht einmal existieren können, ohne jeden Zweifel Dinge sind, die nie durch eine Essenz aus sich heraus existieren können: Sie sind wie ein Stück Seil, dass du als „Schlange“ bezeichnest.

Der Ausdruck „Wirklichkeit“ bezieht sich hier auf etwas, dass durch seine Essenz existieren könnte. „Projektion“ ist die Tatsache, dass Dinge durch den Prozess der Bezeichnung entstehen.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Wenn dieser Kommentar feststellt, dass „Begehren und dergleichen“ wie ein Stück Seil sind, das als „Schlange“ betitelt wird, gibt er damit nur ein einzelnes Beispiel. Was er sagen möchte, ist, dass jedes existierende Objekt ebenfalls wie ein als Schlange betiteltes Seil ist: Sie alle werden durch den Prozess der Bezeichnung etabliert.

Das Farbmuster des Seils und die Art, wie es sich schlängelt, lassen es wie eine Schlange aussehen. Und wenn du dich an einem Ort befindest, wo du es nicht genau sehen kannst, dann glaubst du „es ist eine Schlange!“. Tatsache ist jedoch, dass es weder am Seil als Ganzes noch an seinen Teilen etwas gibt, das man jemals als eine Schlange bezeichnen könnte. Die Schlange aus dem Seil ist also nichts als eine Schöpfung der Bezeichnung.

Das Gleiche passiert, wenn man sich die Idee vom „Ich“ über die Anhäufungen, also die Bestandteile, zu eigen macht. Es gibt nichts an diesen Bestandteilen als ein Ganzes, weder wenn man sie sich als Kontinuum in der Zeit vergegenwärtigt, noch als ein Ganzes in einem einzelnen Moment, noch als die Teile eines Ganzen, das man jemals als eine Art von „Ich“ bezeichnen könnte. Wir werden dies später noch im Detail behandeln.

Aufgrund dieser Tatsache – und da es darüber hinaus außerhalb der Teile oder der Gesamtheit der Bestandteile nicht das Geringste gibt, was jemals als eine Art von „Ich“ betrachtet werden könnte – ist dieses „Ich“ nichts anderes als eine Schöpfung der Vorstellungen, die auf den Bestandteilen beruht. Es gibt kein „Ich“, das durch eine Essenz aus sich heraus existiert.

26

***Was der Buddha wirklich meinte, als er sagte,
dass alle Dinge „Nur Geist“ sind***

Die Sechzig Verse über die Logik sagen:

Die Welt ist etwas, verursacht durch Unwissenheit.
Warum? Weil die Buddhas sagen, dass dies so ist.
Und warum wäre es dann falsch, zu behaupten,
Diese Welt ist nur Projektion.
Wenn jemand seine Unwissenheit beenden würde,
Wie kann es dann sein, dass das, was beendet wurde,
Trotz unseres Missverständnisses niemals
Verschwindet, selbst in Projektionen?

Die Bedeutung dieser Zeilen lautet wie folgt: Wenn Dinge durch ihre Essenz existieren, würden sie als eine Art unabhängige Realität existieren. Wäre dies so, würden sie, wenn man endlich seinen falschen Geisteszustand beendet hätte, niemals verschwinden, obwohl dies doch der Fall sein sollte.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

Der Geist ist die Hauptsache. Um dies zu beweisen, gibt es in den Schriften die folgende Erklärung:

Die Welt, wie sie denen erscheint, die in ihr leben, hat seinen Ursprung in der Kraft des Karmas, das sie in ihrem Geist gesammelt haben, sowie durch die schlechten Gedanken in ihrem Geist. Und auch die riesige Vielzahl von Welten, in Form der Orte, an denen diese Wesen leben, wurde durch das kollektive Karma derselben Wesen produziert, von niemand anderem, vom Karma in ihrem Geist. Dies gilt für alles, bis zu den entferntesten Winkeln der Welt, von der großen Windscheibe, auf der unser Planet ruht, bis zum höchsten zeitlichen Himmel, dem, der „Unter keinem anderen“ heißt.

Die komplizierten Muster eines Pfau und anderer Objekte dieser Art werden durch das persönliche Karma eines jeden geschaffen. Die Vielschichtigkeit der Blütenblätter und Farben einer Lotusblüte und andere derartige Dinge werden vom kollektiven Karma der Lebewesen geschaffen. Du kannst diese Prinzipien auch auf alle anderen Fälle anwenden.

Der Vers besagt:

Durch das Karma der Lebewesen
Erheben sich die großen dunklen Berge zu ihrer Zeit.
So ist es auch für die Höllen und die Himmel dort droben,
Für Schwerter, Juwelen und Bäume in der Welt.

Die großen Werke der Nur-Geist-Schule diskutieren auch, ob die beiden Welten [der Lebewesen und der Ort, an dem sie leben] durch kollektives Karma geschaffen werden oder nicht. Daher verneint das System der Nur-Geist-Schule die Existenz der Welt, in der die Lebewesen leben, nicht.

Und so steht geschrieben, dass alle Lebewesen im Universum durch Karma erschaffen werden. Und wenn du alle Geistesströme anhalten könntest, dann würde Karma aufhören zu existieren. Denn nur durch den Geist und was mit ihm einhergeht, kann Karma gesammelt werden. Daher ist das Karma vom Geist abhängig. Die Aussage aus dem *Sutra über die Zehn Ebenen*, in dem es heißt, dass es keinen großen Meister aller Dinge und keinen großen Schöpfer aller Dinge gibt, vermittelt eine Bedeutung des Wortes „nur“ im Ausdruck „Nur-Geist“: Der Punkt ist, dass es keinen anderen Schöpfer der Dinge gibt als den Geist.

Die Schriften besagen auch, dass jedes einzelne der zwölf Glieder in der Kette des abhängigen Entstehens von einer einzigen Sache abhängig ist: vom Geist. Dieser Bezug beleuchtet eine weitere Bedeutung des Wortes „nur“ im Ausdruck „Nur-Geist“. Hier geht es darum, dass der Geist die Hauptsache ist. Die Erstgenannten schriftlichen Hinweise haben eine negative Aussage, die Letztgenannten eine positive.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Neun

So sehen wir, dass der Geist die einzige, wirkende Hauptursache ist, die alles Leben in Bewegung setzt. Die Hauptursache ist nichts anderes als der Geist. Wenn die Sutras von „Nur-Geist“ sprechen, wollen sie zum Ausdruck bringen, dass der Geist die Hauptsache ist und nicht die Materie. Obwohl wir natürlich zugeben, dass physische Materie existiert, ist diese Materie nicht der primäre Schöpfer von fühlenden Wesen, wie es der Geist ist.

Daher lehnen all die genannten Schriften, dass das Gegenteil des Geistes – etwas anderes als der Geist – der Schöpfer sein könnte, ab. Sie sagen jedoch nicht, dass es keine äußeren physischen Objekte gibt.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Lektüre Zehn: Wie Karma funktioniert, Teil Zwei

27

Über die Ursache unseres Leids

Die folgenden Auszüge stammen aus *Überblick über den Mittleren Weg* von Meister Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568).

Vergegenwärtigen wir uns zunächst die Feindzerstörer der Zuhörer und selbstverwirklichten Buddhas. Dann sagst du also, dass sie, so wie die Nicht-Buddhisten, all die weitverbreiteten Geistesgifte aller drei Reiche nicht eliminieren können? Ist es nicht ebenso wahr, dass sie es nicht geschafft haben jenen Pfad zu erreichen, der mit seiner Art und Weise, wie er ein Objekt betrachtet, unvereinbar ist mit dem Ursprung aller Geistesgifte: d.h. die Tendenz, sich Dinge als selbstexistierend zu vergegenwärtigen? Und das ist wahr, denn es fehlt ihnen jene umfassende Erkenntnis, durch die sie erkennen, dass die Dinge keine eigene Natur haben.

Vergegenwärtige dir noch einmal jene Feindzerstörer. Es ist wahr, dass sie die Tatsache, dass der Mensch keine Eigennatur hat, noch nicht vollständig erkannt haben. Dies ist so, weil sie die Tatsache, dass eine Person keine Eigennatur besitzt, noch nicht direkt wahrgenommen haben. Dies ist wiederum auch wahr, weil sie noch von vollständig falscher Wahrnehmung durchdrungen sind, so dass sie niemals fähig sein werden, das Objekt an der Wurzel auszureißen – das Objekt von dem sie denken, dass sie es sehen, wenn sie die Teile der Person, jene Sache, die dann die Bezeichnung „Ich“ erhält, als aus sich heraus existierend betrachten. Und auch das ist wahr, denn es fehlt ihnen jenes umfassende Wissen, durch das sie erkennen, dass die Teile der Person keine eigene Natur haben.

Die erste der oben angeführten logischen Aussagen ist immer wahr. Denn angenommen, eine Person ist noch nicht in der Lage, das Objekt an der Wurzel auszureißen – das Objekt, das sie zu sehen glaubt, wenn sie die Teile der Person, jene Sache, die die Bezeichnung „Ich“ erhält, als aus sich heraus existierend betrachtet. Solange sie dies tut, wird sie außerstande sein, das Objekt an der Wurzel auszureißen, jenes Objekt, von dem sie glaubt, dass sie es sieht, wenn sie die Dinge, welche die Bezeichnung „Ich“ erhalten, als aus sich heraus existierend sieht. Und solange sie dies tut, wird sie durch die Macht dieses Missverstehens weiterhin Karma ansammeln. Und solange sie Karma ansammelt, wird sie weiter im Kreislauf dieses leidenden Lebens kreisen.

28

Lord Maitreyas sechs Stufen

Dies ist der ultimative Gedanke im Haupttext und im Kommentar zu *die Höhere Linie* [verfasst von Maitreya und Asanga]:

Aufgrund der geistigen Samen für die beiden Arten von Tendenzen, sich an eine Eigennatur zu klammern, entstehen diese beiden Tendenzen.

Dadurch, dass sie entstanden sind, entsteht auch ein Eindruck mit einer falschen Sichtweise. Manche Dinge scheinen von sich aus angenehm zu sein. Andere Dinge scheinen von sich aus unangenehm zu sein.

Durch die Entstehung dieses Eindrucks entsteht die Emotion des Gefallens, bei der du dich auf ein angenehmes Objekt fokussierst und es nicht verlieren möchtest. Und die Emotion des Missfallens entsteht, bei der du dich auf ein unangenehmes Objekt fokussierst und es vermeiden möchtest.

Dies zwingt dich dann dazu, Karma anzusammeln.

Und das Karma zwingt dich, im Kreislauf des leidenden Lebens zu verweilen.

Und deshalb haben die Buddhas gesagt, dass uns dieses leidende Leben aufgezwungen wird, weil wir nicht in der Lage waren, die Essenz jener, die den Weg gegangen sind, [also die Leerheit] direkt zu sehen.

29

Das Glas mit Flüssigkeit: der Ursprung des Beispiels

Hier untersuchen wir die Aussage [aus *Betreten des Mittleren Weges* von Meister Chandrakirti (650 n.Chr.)]: „... Auch der Geist eines gierigen Geistes, der einen Wasserstrom als Eiter sieht.“ Jemand mag mit der folgenden Frage beginnen:

Vergegenwärtigen wir uns die Objekte der folgenden Geisteszustände: das visuelle Bewusstsein eines gierigen Geistes, für den ein Fluss voller Wasser wie Eiter und Blut aussieht. Das visuelle Bewusstsein einer Person mit grauem Star, für die ein sauberes weißes Porzellanbecken so aussieht, als wäre ein Haar hineingefallen. Und die Art der Meditation, wo du Skelette visualisiert – bei der du dir vorstellst, die gesamte Oberfläche der Erde wäre mit den Knochen von Leichen bedeckt. Sind alle diese Objekte komplett gleichwertig, insofern sie etwas sind, das existiert oder nicht existiert?

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

Als Antwort werden wir einen relevanten Abschnitt präsentieren und ihn dann erklären. Hier ist der Erste. Der Text: Die *Abkürzung des Großen Weges* besagt:

Insofern als Hungergeister, Tiere,
Menschen und Vergnügungswesen, alle gemäß ihrer Art,
Unterschiedliche Wahrnehmungen einer
Einzelnen Sache haben, sagen wir, dass sie keine Realität haben.

Asvabhava, ein verehrter Laie mit lebenslangen Laiengelübden, hat diesen Abschnitt erklärt. Seine Worte beinhalten Folgendes:

Wenn sie sich eine *einzelne Sache*, einen Wasserstrom, vergegenwärtigen, sieht jeder das, was das Reifen seines spezifischen Karmas ihn zwingt zu sehen. Ein *Hungergeist* sieht einen Fluss voller Blut und Eiter und dergleichen.

Ein *Tier* oder dergleichen wiederum betrachtet dasselbe Wasser als einen Ort zum Bleiben und lässt sich dort nieder.

Menschen sehen dasselbe Ding und nehmen es als Wasser wahr – süß, klar und kalt. Sie trinken davon, waschen sich damit und schwimmen darin.

Jene Freudenwesen, die in tiefer Meditation auf der Ebene, die wir den „Bereich des grenzenlosen Raums“ nennen, verweilen, sehen das Wasser als leeren Raum. Denn ihre Fähigkeit, physische Materie konzeptionell zu erfassen, hat sich vollständig aufgelöst.

30

Argumente zu dem Glas mit Flüssigkeit

Zweitens werden wir hier die Bedeutung des Textes erklären, den wir als erstes zitierten. Wir gehen hierzu in drei Schritten vor: wir widerlegen die Position der Anderen, beziehen unsere Position und entkräften danach ihre Gegenargumente. Hier ist der erste Schritt:

Jemand könnte die folgende Behauptung aufstellen:

Angesichts der oben gemachten Aussagen ist es eine Tatsache, dass wir nie wieder erwägen sollten, ob etwas das Eine oder das Andere ist.

Dann willst du damit wohl sagen, dass das System des Buddhas genauso wie das System jedes anderen nicht-buddhistischen Glaubens ist, dass es keinen Unterschied in der Richtigkeit zwischen ihnen gibt. Und du musst auch sagen, dass wir niemals behaupten könnten, dass unser Lehrer der höchste Lehrer war, und dass die Lehrer der Nicht-Buddhisten geringer sind.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

Und all das musst du sagen, denn du hast behauptet, wir sollten uns nie wieder etwas als das Eine oder Andere vergegenwärtigen.

Wenn du zustimmst, dass keiner der oben erwähnten Unterschiede existiert, müssen wir antworten, dass sie existieren, denn der Vers besagt:

Alle anderen Lehrer habe ich aufgegeben,
Und nehme meine Zuflucht ausschließlich in dir.
Warum? Weil nur du allein
Ohne Fehler bist und alles Gute zur Perfektion gebracht hast.

Jemand anderes könnte Folgendes behaupten:

Angenommen, ein Vergnügungswesen, ein Mensch und ein gieriger Geist sitzen zusammen und betrachten ein Glas Wasser: jenes Ding, das wir als „nass und fließend“ definieren. Da die Wahrnehmung für jede unterschiedliche Art von Wesen „real“ ist, ist das Glas voll nassen und flüssigen Wassers in Wirklichkeit Eiter und Blut in den Augen des gierigen Geistes, und in Wirklichkeit Wasser in den Augen des Menschen, und in Wirklichkeit Ambrosia in den Augen des Vergnügungswesens.

Wir stellen dir dann folgende Frage: Ist es in der von dir beschriebenen Situation so, dass das visuelle Bewusstsein aller drei Wesen eine gültige Wahrnehmung ist, oder ist es so, dass nur ein oder zwei von ihnen eine gültige Wahrnehmung haben? Angenommen, du sagst, alle drei sind gültig. Nun, dann muss das Glas gefüllt mit nassem und flüssigem Wasser voll sein mit etwas, das alle diese drei unterschiedlichen Dinge ist: Eiter und Blut, und jedes der anderen. Und dann muss es auch möglich sein, dass es viele unterschiedliche und dennoch gültige Wahrnehmungen gibt, die eine Sache auf zwei völlig unvereinbare Arten sehen. Und schließlich muss es eine gültige und korrekte Wahrnehmung geben, die das Glas mit etwas gefüllt wahrnimmt, dass gleichzeitig Wasser und doch kein Wasser ist. Warum? Weil, nach deiner Weltsicht, alle drei unterschiedlichen Fälle von visuellem Bewusstsein, welche die drei unterschiedlichen Wesen besitzen, eine gültige Wahrnehmung sein müssen.

Und wenn du versuchst diesen Absurditäten zuzustimmen, liegst du falsch. Denn die Eigenschaft, Eiter und Blut zu sein, ist unvereinbar mit der Eigenschaft, eine der beiden anderen genannten Substanzen zu sein. Außerdem ist die Eigenschaft, Wasser zu sein, und die Eigenschaft, nicht Wasser zu sein, unvereinbar. Wenn ein Ding existieren würde und eine dieser Eigenschaften nicht besitzt, müsste es die andere besitzen.

31

Welche der Wahrnehmungen sind gültig?

Jemand könnte folgendes behaupten:

Im beschriebenen Fall ist das visuelle Bewusstsein des Menschen eine gültige Wahrnehmung. Das visuelle Bewusstsein der beiden anderen Arten von Wesen ist in beiden Fällen keine gültige Wahrnehmung. Die beiden Letzteren sehen etwas wie Eiter und Blut bzw. Ambrosia nur, weil ihr Karma (das im einen Fall gut und im anderen schlecht ist) sie dazu zwingt.

Dann wäre, gemäß deiner Aussage, das visuelle Bewusstsein des Menschen ebenfalls keine gültige Wahrnehmung. Denn ist es nicht so, dass der Mensch das Wasser nur deshalb sieht, weil sein Karma (das in diesem Fall in der Mitte zwischen dem zuvor erwähnten guten und schlechten Karma liegt) ihn dazu zwingt? Unterstellst du dann nicht auch, dass es so etwas wie ein gültiges haptisches Bewusstsein oder ein gültiges auditives Bewusstsein im Geistesstrom eines jeden Wesens, das kein Mensch ist, nicht gibt? Denn sagst du nicht, dass es so etwas wie ein gültiges visuelles Bewusstsein im Geistesstrom jedes dieser Wesen nicht gibt? Natürlich tust du das, weil du glaubst, dass deine ursprüngliche Position richtig ist. Und nehmen wir an, du stimmst zu, dass diese Wesen kein solches gültiges Bewusstsein haben können.

Willst du damit nicht auch andeuten, dass diese Wesen niemals eine definitive Schlussfolgerung über etwas ziehen oder ein Objekt analysieren können? Und wenn das so ist, unterstellst du dann nicht auch, dass diese Wesen einander niemals erkennen können? Natürlich tust du das, bedenkt man deinen Standpunkt.

32

Die Wahrheit über das Glas mit Flüssigkeit

Hier ist zweitens der Abschnitt, in dem wir unsere Position festlegen. Angenommen, drei Arten von Wesen – ein Wesen des Vergnügens, ein Mensch und ein gieriger Geist, jedes mit eigenem Karma – setzen sich zusammen und blicken auf ein Glas mit Wasser, das wir als „nass und fließend“ definieren. Das Glas mit Wasser ist zu diesem Zeitpunkt nicht ein einziges Ding, das gleichzeitig drei verschiedene Objekte ist. Es ist auch nicht notwendig, dass in dieser Situation drei identische gültige Wahrnehmungen vorhanden sind.

Und wenn das Glas voller nassen und fließenden Wassers erscheint, tritt es mit drei unterscheidbaren Teilen auf.

Es ist jedoch nicht der Fall, dass das Glas Wasser, von dem ersten Augenblick seiner Existenz an drei unterschiedliche Teile hat, oder dass diese im Glas Wasser verbleiben, bis es aufhört zu existieren. Was passiert, ist, dass einer der Teile des Glases gefüllt mit nassem und flüssigem Wasser eine materielle Ursache liefert und das Karma des gierigen Geistes liefert

einen beitragenden Faktor. Und dann wird, basierend auf diesen beiden, ein Teil des Glases Wasser in seiner Fortsetzung Blut und Eiter.

Ein anderer Teil des Glases Wasser liefert ebenfalls eine materielle Ursache, und das Karma des Menschen liefert einen beitragenden Faktor. Und dann wird, basierend auf diesen beiden, ein Teil des Glases Wasser in seiner Fortsetzung Wasser.

Und ein weiterer Teil des Glases Wasser liefert eine materielle Ursache, und das Karma des Vergnügungswesens liefert einen beitragenden Faktor. Und dann wird, basierend auf diesen beiden, ein Teil des Glases Wasser in seiner Fortsetzung Ambrosia. Und so weiter.

An diesem Punkt ist das Glas gefüllt mit nassem und fließendem Wasser, etwas mit drei unterschiedlichen Teilen. Dennoch sehen nicht alle drei unterschiedlichen Wesen alle drei Teile. Der Hungergeist ist durch das schlechte Karma, das er gesammelt hat, gezwungen, das Glas Wasser als Eiter und Blut zu sehen. Und er sieht die anderen beiden Dinge nicht. Du solltest verstehen, dass es sich mit den beiden anderen Arten von Wesen ähnlich verhält.

Was wir gerade beschrieben haben, passiert nur, wenn ein Glas mit etwas Nassem und Fließendem ein Objekt ist, das von drei unterschiedlichen Wesen gleichzeitig betrachtet wird. Wenn der Hungergeist das Glas in die Hand nimmt und seinen Inhalt trinkt, existiert das Glas Flüssigkeit nicht mehr mit drei unterschiedlichen Teilen. Da es an diesem Punkt etwas ist, das der Hungergeist allein erfährt, wird es in seiner Fortsetzung zu Eiter und Blut.

Wie das Glas Flüssigkeit ursprünglich existiert, hängt von der jeweiligen Außenwelt ab, aus der es stammt, denn jedes dieser drei unterschiedlichen Wesen hat eine unterschiedliche Außenwelt, abhängig vom spezifischen Karma, das jedes von ihnen gesammelt hat. Wenn das Glas Flüssigkeit süßes, kühles Wasser aus der Welt der Menschen wäre — einer Welt, die vom spezifischen Karma des Menschen in der Gruppe geschaffen wurde — dann wäre dies sein ursprünglicher Zustand. Und so weiter.

33

Wer hat die Hölle gemacht?

Jemand könnte erneut kommen und Folgendes behaupten:

Lasst uns diese Situation noch einmal vergegenwärtigen, in der drei Arten von Wesen zusammensitzen und auf ein Glas voller etwas Nassem und Fließendem schauen. Ist es nicht wahr, dass dort tatsächlich kein Eiter und Blut vorhanden sind? Denn ist es nicht wahr, dass das brennende Eisen und so weiter in den Höllen nur etwas ist, das einem Wesen erscheint, das dort geboren wurde, aber dass es dort nichts gibt, was tatsächlich diese Dinge sind? Denn ist es nicht wahr, dass es niemanden gibt, der all diese Dinge erschaffen hat? Und ist dies nicht eine Tatsache, weil es nicht der Text aus *Der Weg des Bodhisattva* sagt:

**Wer hat das brennende Eisen gemacht,
Das als Boden der Höllenwelt dient?
Woher kommt all die Masse an Flammen
Die man dort findet?**

**Die Fähigen haben gesprochen, dass
Alles dort wie dieses
Nichts anderes ist als
Der Geist des Unheils.**

Dennoch gibt es kein solches Problem. Der Sinn dieses Zitats besteht darin, zu zeigen, dass das brennende Eisen und so weiter nicht von einem unveränderlichen Schöpferwesen oder etwas Ähnlichem erschaffen wurde – von jemandem, der erst darüber nachdachte und sie dann schuf. Diese Verse sollen uns vielmehr verdeutlichen, dass das, was all diese Dinge tatsächlich hervorgebracht hat, die unheilsamen Geisteszustände der Wesen sind, die gezwungen sind, dort geboren zu werden.

Wäre dies nicht der Fall, dann vergegenwärtige dir jene Heiligen, die ihr Leben gemäß den zehn Tugenden führen und dann in den höheren Reichen wiedergeboren werden und dort die Freuden dieser Reiche erleben. Und vergegenwärtige dir auch jene elenden Menschen, die ihr Leben gemäß den zehn Untugenden führen und dann in den niederen Reichen wiedergeboren werden und dort das Leid dieser Reiche erleben. Ist der Unterschied zwischen ihnen nur, dass sie eine bessere oder schlechtere Art von falscher Wahrnehmung haben, und nicht, dass sie Freude und Schmerz empfinden? Dies wäre der Fall, wenn deine Beweisführung korrekt wäre.

Nehmen wir an, du stimmst zu, dass es nur eine Frage der besseren oder schlechteren falschen Wahrnehmung ist. Sagst du dann, dass die Freuden der höheren Reiche gar nicht existieren, und dass das Leid der niederen Reiche gar nicht existiert? Das müsstest du, wenn du dem so zustimmst.

34

Abschließende Bemerkungen zum Glas Wasser

Zum Schluss lass uns noch einmal diese drei Arten von Wesen vergegenwärtigen, jedes mit seinem unterschiedlichen Karma, wie sie zusammensitzen und ein Glas, gefüllt mit etwas Nassem und Fließendem betrachten. Es ist nicht zwangsläufig wahr, dass sie alle gültige Wahrnehmungen haben müssen, die identisch sind. Hätten sie diese, dann würden die drei Wesen, die das Glas Wasser betrachten, das Wasser für einen Ort zum Leben halten, so wie ein Wesen, das im Wasser lebt. Die drei Wesen müssten das Wasser auch genauso sehen wie es jene mikroskopisch kleinen Organismen (kleine Wesen, nicht wahrnehmbar mit dem normalen visuellen Bewusstsein), die im Wasser leben, mit ihrem visuellen Bewusstsein sehen. Dann müsste auch das visuelle Bewusstsein der mikroskopisch kleinen Organismen in den Tiefen der Ozeane eine gültige Wahrnehmung in Bezug auf das gesamte Ausmaß der

Meere sein. Und bestimmte Arten von Halbgöttern müssten auch Waffen als Wassergläser sehen und so weiter. Die sich ergebenden Probleme wären vielfältig.

Vergegenwärtige dir noch einmal diese Situation. Obwohl es nicht notwendigerweise wahr ist, dass die gültigen Wahrnehmungen identisch sind, ist es möglich, dass es dort drei gültige Wahrnehmungen gibt, die zufällig identisch sind. Dies ist so, da wir durch logische Herleitung bereits festgestellt haben, dass es einen Fall geben kann, indem durch die Kraft von Karma drei unterschiedliche Objekte, jedes davon bestätigt durch eine gültige Wahrnehmung, zu existieren beginnen. Und da dies möglich ist, ist es gleichermaßen möglich, dass durch die Kraft von Karma auch drei gleichwertige gültige Wahrnehmungen eines Gefäßes zu existieren beginnen können.

Allgemein gesprochen sind jedes der drei genannten Objekte – der Eiter und die anderen beiden – Dinge, die den Eintritt anderer Objekte in den Raum, den sie selbst einnehmen, blockieren. Es ist jedoch kein Widerspruch zu sagen, dass, in dieser Situation, in der die Wesen auf diese Weise schauen, sie keine Objekte sind, die andere Dinge daran hindern, in den Raum einzutreten, den sie einnehmen. Dies ist aus folgendem Grund wahr.

Ein zentraler Berg der Welt mit quadratischer Form und ein zentraler Berg der Welt mit runder Form und dergleichen sind Objekte, die andere Dinge abhalten, den Raum einzunehmen, den sie besetzen. Trotzdem ist es möglich, dass diese beiden Dinge den Raum einnehmen, der von einem einzelnen zentralen Berg der Welt besetzt ist. Eine rotglühende Stahlkugel ist etwas, das heiß ist, aber betrachte den Fall, wenn eine Person sie berührt, die zuvor das Mantra des Stahls für ihre Hand benutzt hat. Die Empfindung, die sie hat, ist keine Empfindung von Hitze, im Gegenteil. Es ist eine Empfindung von etwas, das nicht Hitze ist.

35

Drei Arten jedes Handlungspfades

Die Unternehmungen entstehen aus den drei Wurzeln.

Da sie unmittelbar danach auftreten,

Entstehen Gier und die übrigen aus diesen dreien.

Die Tugenden, mit Unternehmung und Abschluss,

Entstehen aus keinem Verlangen, keiner Abneigung und keiner Unwissenheit.

[IV.272-6]

Das Sutra sagt, dass es drei Arten von Töten gibt: Die, die von der Sehnsucht nach etwas kommt, die, die von der Ablehnung von etwas kommt und die, die aus der Unwissenheit über die Dinge kommt. Jemand mag fragen, ob die Pfade der Taten, jeweils durch eine der drei Hauptgründe aller Untugend vollendet werden.

Die Antwort ist, dass sie es nicht sind. Die Aussage aus dem Sutra wurde nur im Hinblick auf die Tatsache gemacht, dass die „**Vorbereitungs**“-Phasen von Taten wie dem Töten **aus den drei Gründen hervorgehen**.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

Man könnte nun nach einer Beschreibung des Prozesses fragen, durch den die „Vorbereitungs“-Phasen der zehn Untugenden aus den drei Gründen der Untugend hervorgehen. Lasst uns mit der Tat des Tötens beginnen. Die „Vorbereitungs“-Phase dieser Art von Tat kommt aus Verlangen, zum Beispiel, wenn man das Leben eines anderen Wesens nimmt, um sein Fleisch zu essen. Ein Fall, in dem diese Phase aus Abneigung kommt, wäre, wenn man seinen Feind tötet. Und ein Fall, in dem die Vorbereitungs-Phase aus Unwissenheit kommt, wäre, wenn man jemanden wie seinen Vater oder seine Mutter tötet, aus einer vermeintlich verdienstvollen Absicht.

Lass uns als Nächstes den Akt des Stehlens vergegenwärtigen. Ein Beispiel für die „Vorbereitungs“-Stufe dieses Aktes, die aus dem Verlangen entsteht, wäre, wenn du etwas Wertvolles stiehst, weil du es dir wünschst. Ein Fall, in dem diese Phase aus Abneigung entsteht, wäre zum Beispiel, wenn du etwas Wertvolles von deinem Feind stiehst. Ein Beispiel für die „Vorbereitungs“-Stufe des Stehlens, die aus Unwissenheit resultiert, wird durch die Aussage veranschaulicht: „Es ist Religion, wenn ein Brahmane stiehlt.“

Sexuelles Fehlverhalten durch Verlangen wäre z.B. sich aus Lustgefühlen auf eine unrechte Art sexueller Aktivität einzulassen. Sexuelles Fehlverhalten aus Ablehnung wäre z.B. sexueller Geschlechtsverkehr mit der Absicht, den Ruf einer anderen Person zu schädigen. Sexuelles Fehlverhalten durch Unwissenheit wird in folgender Aussage verkörpert: „Sex sollte von allen gemeinsam genossen werden, wie die Blumen und Früchte der Erde, wie ein Festmahl, bereitet für eine Feier, wie ein Teich im Fluss, wie eine öffentliche Straße.“

Das Begehren und die anderen drei Fehlhandlungen des Denkens stammen aus diesen drei Gründen der Untugend, weil sie genau diesen entsprechen – diesen drei Gründen. **Die zehn Tugenden**, die wir uns hier in ihren verschiedenen Stufen (**Vorbereitung** und **Schlussfolgerung**, sowie die tatsächliche Ausführung) vergegenwärtigen, kommen **von** den Zuständen, kein **Verlangen** nach etwas zu haben, keine **Abneigung** gegen eine Sache zu empfinden und keine **Unwissenheit** über Dinge zu haben.

Dies bringt uns zu unserem dritten Punkt, einer detaillierten Erörterung der nicht-tugendhaften Pfade des Handelns. Wir zeigen zunächst auf, wie diese Pfade begangen werden, dann ihre individuellen Definitionen und schließlich die buchstäbliche Bedeutung des Ausdrucks „ein Pfad der Tat“.

36

Wie Untugenden vollendet werden

Leben nehmen, Schadenfreude und barsche Rede

Werden durch Ablehnung vollendet.

Sexuelle Fehlritte, Neid und

Stehlen werden durch Begierde vollendet.

Falsche Weltsicht durch Unwissenheit über die Dinge.

Anerkannter Weise wird der Rest vollendet durch die Drei.

[IV.277-82]

Jemand mag fragen, was genau jede der Untugenden vollendet. Drei von ihnen – **Leben nehmen, Schadenfreude und barsche Rede** – werden durch das Gefühl der **Ablehnung vollendet**.

Weitere drei – die Untugenden **sexuelle Fehltritte, Habgier und Stehlen** – werden durch **Begierde vollendet**. **Falsche Weltsicht** wird durch **Unwissenheit über die Dinge** vollendet,

Der „Rest“—der sich auf die drei: lügen, spaltende Rede und bedeutungslose Reden bezieht—wird als von allen **drei** Giften des Geistes **vollendet angesehen**. Solche Handlungen, die zum Beispiel von Verlangen motiviert sind, würden durch Verlangen zur Vollendung kommen.

37

Einige Ethische Fragen

**Es gibt keine eigentliche Phase für jene, die sterben,
Bevor oder gleichzeitig, denn ein anderer Körper ist geboren.
Weil ihr Ziel dasselbe ist, in einem Krieg oder was auch immer,
Besitzen alle es genauso wie derjenige, der es begeht.**

[IV.285-8]

„Nehmen wir an“, mag jemand beginnen, „ein Mensch nimmt eine Waffe und versetzt einem anderen einen Schlag, der ihn sicher töten wird. Aber dann **stirbt** der Mörder, entweder noch **vor** seinem Opfer **oder mit ihm zusammen**, zur selben Zeit. Können wir dann sagen, dass die **tatsächliche** „Ausführungs“-**Stufe** eines vollständigen Pfades der Tat **für** einen solchen Mörder stattgefunden hat oder nicht?“

Die Antwort ist, dass diese Phase für eine solche Person **nicht** stattfindet. Zunächst kann die Phase nicht eintreten, bevor das Opfer stirbt; zweitens, wenn der Mörder zur gleichen Zeit wie sein Opfer stirbt, ist ein **anderer Körper** des Mörders **geboren** worden. Es gibt keine tatsächliche Begehung, weil der Körper nie die Phase des Vorhabens durchlaufen hat, diese Handlung gegenüber dem betreffenden Opfer auszuführen.

Jemand mag eine andere Frage stellen: „Nehmen wir an, eine Gruppe von Menschen nimmt an einem Krieg oder einer ähnlichen Aktivität teil, und einer dieser Menschen tötet jemanden von der anderen Seite. Gibt es einen Pfad der Tat nur für die eine Person, die getötet hat?“ Nein. **Weil** sie alle mit **demselben** gemeinsamen **Ziel am Krieg (oder welche** andere Aktivität auch immer) beteiligt sind, besitzen alle beteiligten Menschen einen vollen Pfad der Tat, genauso **wie der eine, der die Tat begeht**.

Als nächstes definieren wir jede Untugend. Wir beginnen mit den „Haupt“-Untugenden, fahren mit den „vier Ausdrücken“ fort und enden mit den sechs „Neben“-Untugenden.

38

Definition der Vier „Haupt“-Untugenden

**Das Leben zu nehmen bedeutet, ein anderes Wesen
Absichtlich und ohne Fehler zu töten.
Stehlen ist, sich das Eigentum eines anderen
Durch Gewalt oder Heimlichkeit anzueignen.
Sexuelle Verfehlung, in vier Arten,
Bezieht sich auf das Eingehen in unangemessene sexuelle Handlungen.
Lügen ist, wenn die Bedeutung der eigenen Worte falsch verstanden wird,
Wodurch ein falscher Eindruck entsteht.**

[IV.289-96]

Jemand mag fragen: „Was ist die grundlegende Natur von jeder der zehn Untugenden?“
Leben nehmen wird definiert als absichtsvolles **Töten eines anderen Lebewesens, ohne Fehler**. Das Wort „absichtsvoll“ bedeutet hier, dass es kein Problem ist, wenn das betreffende Wesen gestorben ist, es jedoch ohne Absicht getan wurde.

Die Worte „ohne Fehler“ bedeuten, dass es in einem Fall verwechselter Identitäten eigentlich keine „Ausführungs“-Stufe einer Tat gibt. Zum Beispiel, wenn du dir vornimmst, John zu töten, aber stattdessen Joe tötest, weil du ihn mit John verwechselt hast. Das Wort „anderer“ bedeutet schließlich, dass es auch eigentlich keine „Ausführungs“-Stufe gibt, wenn sich jemand sein eigenes Leben nimmt.

Stehlen bedeutet, den Reichtum eines anderen mit Absicht und ohne Irrtum in Besitz zu nehmen, sei es durch **überlegene Gewalt** oder **heimlich** – unentdeckt. **Sexuelles Fehlverhalten** bedeutet, **unangemessene Arten von Sex** zu praktizieren, mit Absicht und ohne jede Verwechslung.

Dieses sexuelle Fehlverhalten betrifft **vier** unterschiedliche **Arten**. In der unten aufgeführten Liste stellt jeder Punkt eine dieser Formen dar:

- 1) Sex mit der Ehefrau eines anderen oder einer Frau, die, obwohl sie nicht die Ehefrau eines anderen ist, zu eng mit dieser Person verwandt ist: Seine Mutter, Schwester oder jede Frau, mit der er bis zur siebten Generationen zurück verwandt ist.
- 2) Sex mit einer Frau, selbst wenn es die Ehefrau ist, bei dem unangemessene Teile ihres Körpers benutzt werden, ihr Mund oder Anus.
- 3) Sex an unangemessenen Orten: Im Freien oder in der Umgebung eines Heiligenschreines oder eines Tempels.
- 4) Sex zu unangemessenen Zeiten: Während eine Frau noch ihr Baby stillt oder während ihrer Schwangerschaft oder in Zeiten, wenn sie die Ein-Tages-Laiengelübde abgelegt hat.

Lügen ist, wenn die Bedeutung der gesprochenen Worte von der anderen beteiligten Person **verstanden wird** und ihm damit ein **falscher Eindruck vermittelt wurde** – mit Absicht und ohne jede Verwechslung.

Die Sechs „Neben“ Untugenden

Spaltende Rede sind Worte eines geistig Leidenden Zustands, die darauf abzielen, andere auseinanderzubringen.
Harte Rede ist das, was unangenehm ist;
Bedeutungslose Rede, wirklich jeder Geplagte
Andere Arten von affektierter Rede wie zum Beispiel
Schmeichelei aus Eigennutz, ein Lied oder eine Show.
Wie auch falsche Kommentare.
Verlangen ist der falsche Wunsch nach dem Reichtum eines anderen.
Schädliche Absicht ist der Hass auf ein lebendes Wesen;
Falsche Sichtweise ist die Vorstellung, dass weder Tugend
Noch Untugend existieren.

Entzweierende Rede besteht aus **Worten**, die mit Absicht und nicht aus Versehen in einem **vergifteten Geisteszustand** ausgesprochen werden. Sie **sollen andere**, die Freunde sind, **auseinanderbringen**, und ihre Bedeutung muss vom anderen verstanden werden.

Barsche Worte bestehen aus **unangenehmen** Worten, die mit Absicht und nicht aus Versehen ausgesprochen werden. Auch hier muss ihre Bedeutung vom anderen verstanden werden.

„**Bedeutungsloses** Gerede“ bezieht sich auf wirklich **jeden** Fall, wo Worte in einem **vergifteten** Geisteszustand ausgesprochen werden. **Andere** Gruppen sagen, worauf sich „bedeutungsloses Gerede“ wirklich bezieht, ist jedes andere, unter dem Einfluss von Geistesgiften ausgesprochene Wort, außer den drei bereits erwähnten Arten. Sie sagen, solche Fälle wären vergleichbar mit einem Mönch, der sich mit dem unangemessenen Lebensunterhalt beschäftigt, indem er jemandem **schmeichelt**, um **einen Vorteil** zu erlangen, oder indem er aus Verlangen **ein Lied** singt.“

Weitere Fälle wären, wenn ein Mönch Geschichten erzählt, um das Publikum bei **einem Auftritt** eines Schaustellers zu unterhalten, oder **auch**, wenn er einen **falschen Kommentar** vorträgt, der von einem Nicht-Buddhisten verfasst wurde.

Neid besteht aus einem **falschen** (d.h. unangemessenen) **Begehren nach dem Reichtum eines anderen**, welches zum Wunsch führt, ihn sich anzueignen. **Schadenfreude** ist das Begehren, ein anderes **Lebewesen** zu verletzen, ein Begehren, das aus einer Einstellung des Hasses auf dieses Wesen kommt. Und **falsche Weltsicht** ist **der Gedanke, dass weder Tugend noch Untugend existieren**.

Als nächstes erörtern wir die wörtliche Bedeutung des Ausdrucks „Pfad der Tat“.

40

Erklärung des Ausdrucks „Pfad der Tat“

In ihnen,
Sind drei Pfade, und auch sieben Taten.

[IV.311b-12]

Jemand mag fragen, warum „Pfad der Tat“ in Bezug auf „sie“, also die oben aufgeführte Gruppe der Zehn, verwendet wird. Der Name kommt in erster Linie von der Tatsache, dass die **drei** im Zusammenhang mit Gedanken **Pfade sind**, bei denen die „Aktion“ oder Tat durch geistige Bewegung ausgedrückt wird. Darüber hinaus sind die **sieben** im Zusammenhang mit Körper und Sprache selbst Handlungen oder **Taten**, **sowie** auch Pfade, durch die geistige Bewegung zum Ausdruck kommt. Daher sind sie alle „Pfade der Tat“.

41

Die Teile einer karmischen Handlung

Für die nächsten Auszüge kehren wir zu Je Tsongkapas Großem Buch über die Stufen des Pfades zurück.

Zuerst mag jemand fragen: „Wie definierst du den Akt des Tötens?“ Die *Kurzfassung* sagt, dass fünf Anteile involviert sind: Das Objekt, die Vorstellung, das Denken, der schlechte Gedanke und die Schlussfolgerung. Diese fünf können auf vier verkürzt werden: Die mittleren drei können in das Denken einbezogen werden, und wir können die Stufe der Umsetzung hinzunehmen. Dies macht die Darstellung einfacher und verletzt in keiner Weise die Absicht des ursprünglichen Textes.

Das Objekt des Tötens ist ein empfindungsfähiges Wesen: Alles, was ein Leben hat, *Stufen der Praktizierenden* sagt „ein anderes Lebewesen“, aber dies bezieht sich nur auf die Tatsache, dass, wenn der Mörder sich tötet, es die Umsetzung einer falschen Tat ist, aber keine Vollendung.

Der Teil des Denkens hat drei Komponenten. Die Vorstellung kann vier Arten annehmen: 1. Ein Objekt, zum Beispiel ein Lebewesen, als Lebewesen zu begreifen; 2. Ein Lebewesen als etwas anderes als ein Lebewesen zu begreifen; 3. Etwas anderes als ein Lebewesen als etwas anderes als ein Lebewesen zu begreifen; und 4. Dasselbe Ding als Lebewesen zu begreifen. Die erste und dritte Art der Vorstellung sind eindeutig richtig; die zweite und vierte sind falsch.

Es gibt eine besondere Bedeutung in der Motivation. Nehmen wir zum Beispiel an, du sagst dir: „Ich werde John [und nur John] töten“, und nimmst die Tat in Angriff. Dann verwechselst du Joe mit John und tötest Joe. In diesem Fall gibt es eigentlich keine Vorbereitungsstufe. Wir können also sehen, dass für diese Stufe deine Vorstellung nicht falsch sein darf. Wenn du jedoch die Tat mit einer allgemeinen Art von Motivation in Angriff nimmst, wenn du also

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

denkst: „Ich werde jeden töten, dem ich begegne“, dann muss das Detail der Vorstellung, das nicht falsch sein darf (also korrekt sein muss), nicht vollständig sein. Verstehe, dass dieser Punkt auch für die anderen neun gilt.

Die zweite Komponente der Gedanken ist der damit verbundene schlechte Gedanke. In diesem Fall kann es jedes der drei Gifte sein.

Eine dritte Komponente ist die Motivation, in diesem Fall, der Wunsch zu töten.

Hier sind die unterschiedlichen Aspekte der Umsetzung. Für denjenigen, der die Tat begeht, ist es nicht von Bedeutung, ob du sie ausführst oder jemand anderen dazu beauftragst, es ist alles dasselbe. Die Essenz der Ausführung ist der Beginn der Tat, entweder mit einer Art von Waffe oder Gift oder einem Zauber oder was auch immer sonst der Fall sein mag.

Die Vollendung tritt ein, wenn in Folge der Umsetzung der andere stirbt, entweder zum Zeitpunkt der Ausführung oder später. Wie es in der *Schatzkammer des höheren Wissens* heißt:

Es gibt keine Stufe für diejenigen, die sterben.
Vorher oder zusammen, denn ein anderer Körper wurde geboren.

42

Die Motivation für negatives Karma

Drei der Zehn – Töten, harsche Worte und Schadenfreude – können durch jedes der drei Gifte eingeleitet werden. Sie werden jedoch durch Verlangen zur Perfektion gebracht.

Drei von ihnen – Stehlen, sexuelles Fehlverhalten und Neid – können von jedem der drei Gifte ausgelöst werden. Sie werden ausschließlich durch Begierde zur Perfektion gebracht.

Drei weitere – Lügen, entzweierende Rede und bedeutungsloses Gerede – können durch alle drei ausgelöst und vollendet werden.

Eine der Zehn – falsche Weltsicht – kann durch jedes der drei Gifte ausgelöst werden, aber sie wird nur durch dunkle Unwissenheit zu einem Abschluss gebracht

Die Bewegungen des Geistes sind eine Tat (Karma), aber kein Pfad der Tat. Die sieben Handlungen von Körper und Sprache als auch – weil sie die Grundlage sind, auf der die Bewegungen des Geistes stattfinden – auch ein Pfad der Tat. Die drei Handlungen des Begehrens und ähnlichem sind ein Pfad der Tat, aber sie sind selbst keine Tat (Karma).

43

Wie die grundlegendste Tugend verloren geht

Wir kehren nun zum Kommentar Seiner Heiligkeit des Ersten Dalai Lamas zurück:

**Grundlegendstes verloren durch die Weltsicht, denn sie existieren nicht.
In Begierde genommen, von Geburt an gehabt.
Durch den einen, der Ursache und Wirkung leugnet,
Und durch alle. In Stufen, unter den Menschen,
Verloren durch die, die männlich oder weiblich sind, durch den Intellektuellen.
Dies ist, es nicht zu haben.**

[IV.313-8]

Jemand mag sich fragen, welche Art von Untugend genau dazu führen kann, dass man seine grundlegendste Tugend verliert. Die **grundlegendste** Tugend, die ein Mensch besitzt, **geht durch die Ansicht verloren**, dass bestimmte wichtige Objekte **gar nicht existieren**.

Als Nächstes mag sich jemand fragen, wie dieser Prozess abläuft. Grundlegendste Tugend, welche im Reich **des Begehrens erworben wurde**, kann verloren gehen, aber nicht jene, die im Form-oder formlosen Reich erworben wurde. Das liegt daran, dass die erforderlichen Sichtweisen niemals im Geistesstrom der Wesen in diesen Reichen auftreten können.

Und selbst von den grundlegendsten Tugenden im Reich des Begehrens können nur solche verloren gehen, die man **von Geburt an** hat – niemals diejenigen, die man durch praktische Bemühungen erworben hat. Das liegt daran, dass diese letzteren Arten von Tugenden verschwunden sind, sobald die damit verbundenen falschen Ansichten auch nur ein geringes Stadium geringer Intensität erreicht haben. Sie sind verloren gegangen, weil der Halt, der sie festhielt, verloren ging.

Der Mensch verliert seine grundlegendste Tugend **durch die Leugnung** der Prinzipien von **Ursache und Wirkung**. Es ist jedoch nicht die Ansicht, dass realisierte Wesen nicht existieren, die dazu führt, dass man seine Grundtugenden verliert.

Einige behaupten, dass Sichtweisen, bei denen es um reine Phänomene oder reine Stufen geht, die nicht vergleichbar sind, nicht dazu führen können, dass man seine grundlegendste Tugend verliert. Es ist jedoch eine Tatsache, dass diese Tugend **durch alle** Arten dieser Sichtweise verloren gehen kann: Durch jene, die sich auf vergleichbare oder unvergleichbare Stufen konzentrieren, durch jene, die sich auf reine Phänomene fokussieren, oder jene, die sich auf unreine Phänomene konzentrieren.

Wie genau entsteht dieser Verlust? Einige behaupten, dass jemand seine grundlegendste Tugend komplett auf einmal verliert, genau wie man alle unerwünschten Objekte, welche der Pfad des Sehens eliminiert, auf einmal verliert, wenn man diesen Pfad einmal erreicht hat. Was jedoch wirklich passiert, ist, dass die Tugend **nach und nach** verloren geht, genauso wie jemand die unerwünschten Objekte durch den Pfad der Gewöhnung verliert.

Als Nächstes mag jemand fragen, welche Art von Wesen die grundlegendste Tugend verlieren kann. So ein Verlust kann **bei Menschen** der drei Kontinente auftreten, aber nicht bei anderen Arten von Lebewesen. Die vergifteten geistigen Fähigkeiten der Höllenwesen verfügen nicht über die notwendige Stabilität, und dieselbe fehlende Stabilität charakterisiert auch die untugendhaften Gedanken der Menschen auf dem Kontinent fürchterlicher Klänge. Vergnügungswesen im Reich des Begehrens und im Formreich sind Wesen, welche die drei Bedingungen direkt wahrnehmen. Die Prinzipien von Ursache und Wirkung sind ihnen daher gleich nach ihrer Geburt klar.

Selbst bei den Menschen können die grundlegendste Tugend **nur jene verlieren, die Mann oder Frau sind** – nicht jene, die ihr Sexualorgan verloren oder niemals eines besessen haben. Der Grund hierfür ist, dass untugendhafte Gedanken im Geist dieser Wesen niemals sehr stabil sind.

Menschen können im Allgemeinen in zwei Typen unterteilt werden: **Die** eher **Intellektuellen** und die eher Empfindsamen. Von diesen beiden kann die erstere Art ihre grundlegendste Tugend verlieren, da diese Menschen zu nachhaltiger, intellektueller Aktivität fähig sind, die von Geistesgiften beeinträchtigt werden kann.

Die grundlegende Natur **dieses** Verlustes, bzw. was wir das „Abschneiden“ der grundlegendsten Tugend eines Menschen nennen, ist, sie einfach **nicht zu besitzen**.

44

Wie die grundlegendste Tugend wiedergewonnen wird

**Wiedergewonnen durch Verdacht, Sichtweise gibt es.
Nicht in diesem, wenn es unmittelbar getan wurde.**

[IV.319-20]

„Was“, mag jemand fragen, „kann einem helfen, seine grundlegendste Tugend wiederzugewinnen, nachdem man sie verloren hat?“ Diese Tugend kann zunächst **wiedergewonnen** werden, indem man es **für möglich** hält, dass die Prinzipien bezüglich Taten und ihren Ergebnissen tatsächlich existieren könnten. Sie kann auch durch die korrekte Sichtweise wiedergewonnen werden, durch die man tatsächlich wahrnimmt, **dass diese** Prinzipien wirklich existieren.

Jemand mag sich fragen, ob man seine grundlegendste Tugend in demselben Leben wiedererlangen kann, indem man sie verloren hat. Die Antwort ist, dass man die Tugend **nicht in diesem** Leben zurückgewinnen kann, **wenn** man eine der fünf „**unmittelbaren**“ Missetaten **begangen hat**.

„Wann also“, so mag jemand fragen, „gewinnt dann eine solche Person ihre grundlegendste Tugend zurück?“ Wenn die Person diese grundlegendste Tugend durch eine Hauptursache verloren hat, erlangt sie diese wieder, wenn sie stirbt und aus ihrer Hölle geburt herauskommt. Wenn es hingegen nur ein sekundärer Faktor war, durch den die Person ihre grundlegendste Tugend verloren hat, dann gewinnt sie diese beim Eintreten in ihre Hölle geburt zurück.

45

Die projizierende Energie von Taten

Eine einzige Person projiziert eine einzige Geburt.

[IV.377]

Projiziert eine einzelne Tat nur eine Geburt oder mehrere unterschiedliche Geburten? Und projiziert eine Reihe von Taten eine Reihe von Geburten oder nur eine Geburt? Die Antwort ist: **Eine einzelne Tat projiziert eine einzige Geburt.** Sie kann nicht eine Reihe von Geburten projizieren. Und weil andererseits mehrere Taten eine Reihe ähnlicher Geburten projizieren würden, sind sie niemals etwas, das nur eine einzige Geburt projiziert. Das ist übrigens das System der Detaillisten.

Jemand könnte einwenden, dass diese Beschreibung folgendem Zitat aus dem *Sutra der Souveränität* widerspricht:

Der Älteste, Aniruddha, sprach zu den Mönchen wie folgt:

„Verehrte Mönche, einst wurde ich als armer Mann in Varanasi geboren, dessen Aufgabe es war, Stroh zum Heizen zu sammeln. Der arme Mann brachte das traditionelle Speiseopfer einem selbstverwirklichten Buddha namens Tengnesam [?] dar, welcher auch bekannt war als `jener, dessen obere Kopfmitte wie eine *takar-Blume* herausragt´.“

„Diese eine Tat der Opfergabe reifte zu einer Geburt als Vergnügungswesen im Land der Dreiunddreißig. Ich wurde dort insgesamt siebenmal wiedergeboren, und danach hatte ich weitere sieben Geburten als Herrscher des Rades. Und es dauert immer noch an, in meiner gegenwärtigen Geburt in der wohlhabenden Klasse der Shakyas.“

Und dennoch gibt es hier keinen Widerspruch. Der Prozess lief wie folgt ab: Seine Opfergaben bescherten dem Mann das Glück einer erfreulichen Geburt. Später erinnerte er sich daran, was ihn in diese Lage gebracht hatte. Diese Erinnerungen brachten ihm weiteren Verdienst. Obwohl wir also sagen können, dass diese eine verdienstvolle Handlung ihm so viele verschiedene Geburten bescherte, meinen wir eigentlich, dass er diese Geburten durch einen Prozess erlangte, der mit dieser einen Tat begann. Es ist genauso, als würde man sagen: „Ich bin mit einem einzigen *Dong-tse* [einem bestimmten Geldbetrag] reich geworden“, womit man eigentlich sagt, dass man wirklich mit einem einzigen *Dong-tse* begonnen hat, dann immer weiter in unterschiedliche Geschäfte investierte bis man schließlich wohlhabend wurde.

Man könnte auch sagen, dass der arme Mann mit dem einen Moment des Speiseopfers begann, und dass dies zu zahlreichen Anlässen der Freude und des Jubels nach dieser Handlung führte. Dies sind Taten, die aus einer Geistesbewegung bestehen, und man kann sagen, dass die vielen Geburten durch sie entstanden sind.

Die vollendende Energie von Taten

Jene, die sie vollenden, sind zahlreich.

[IV.378]

Es ist nur eine einzelne Energie der Taten, die eine Geburt (in Übereinstimmung mit der Natur der Tat) projiziert. Jedoch **sind jene Taten**, die die feineren Details dieses zukünftigen Wesens zu **vollenden** bewirken, **zahlreich**. Ein Meistermaler kann beispielsweise eine Skizze mit einem einzigen Stück Kreide auf die Leinwand zeichnen. Danach können eine Reihe weiterer Menschen hinzukommen und sie mit den unterschiedlichsten Farben ausmalen.

Jede beliebige Gruppe von Menschen ähnelt sich darin, dass sie Menschen sind, aber einige von ihnen, bei denen die Details ihres Lebens von tugendhaften Taten vollendet wurden, haben attraktivere Körper. Sie verfügen vollständig über all ihre Sinne, sind reicher, frei von Krankheit, haben mehr Autorität und so weiter. Andere aus derselben Gruppe, bei denen die Details des Lebens von untugendhaften Taten vollendet wurden, haben Körper mit einem abstoßenden Äußeren und so weiter.

Wir können also sagen, dass alle vier Kombinationen der Beiden möglich sind: Projektion des Lebens durch Tugend, jedoch Perfektion durch Untugend. Das Gegenteil, ein Fall, wo beides Tugend ist, und ein Fall, wo beides Untugend ist. Ein Beispiel für die erste Kombination wären Vergnügungswesen oder Menschen, die jedoch bestimmte Leid besaßen.

Ein Beispiel für das zweite wäre entweder der „Herr aller Dinge“ – der Herr des Todes – oder die Könige der schlangenartigen Nagas, wie der „Prinz des Wohlstands“. Ein Beispiel für die dritte Kombination wäre „Hundert Opfer“ – der Herr der großen Lustwesen. Ein Fall der letzten Kombination wären die Wesen in der niedrigsten Hölle, bekannt als „Kein Erbarmen“.

Die Sutristen und andere behaupten jedoch, dass es in einer Reihe unterschiedlicher Sutras viele Erklärungen gibt. Eine einzelne Tat kann mehrere Geburten projizieren. Daher kann eine einzelne Tat viele Geburten projizieren und eine Reihe von Taten können auch eine einzelne Geburt projizieren

Die Sutristen und andere erklären den Punkt hingegen wie folgt:

Wenn jemand mehrere unmittelbare Missetaten begeht, wird er in der Hölle der Qualen Ohne Unterlass immer und immer wieder geboren. Es gibt jedoch keine andere Art von Geburt zwischen dem Körper, der die Tat beging und dem Körper des Höllenwesens. Das Ergebnis ist somit immer noch „unmittelbar“. Die Vorstellung, dass das Resultat im allernächsten Leben erfahren werden muss, ist nicht belegbar.

Einführung zu den fünf unmittelbaren Missetaten

**Gespaltene Gemeinschaft, ein Ding ohne
Verbindung, dessen Wesen unversöhnt ist.
Weder betroffen noch näher bestimmt,
Etwas, das die Gemeinschaft besitzt.
Das Missbilligte, das dazu führt, ist eine Lüge.
Das hat derjenige, der die Spaltung verursacht hat.**

[IV.389-394]

Die ersten drei der fünf oben erwähnten „unmittelbaren“ Missetaten sind unterschiedliche Arten des Tötens, Die fünfte ist eine Vorstufe des Tötens. Es handelt sich also um Taten des Körpers. Die vierte der unmittelbaren Missetaten ist eine Art von Lüge und daher eine Tat der Sprache.

Nun heißt es über eine **Spaltung** in der **Gemeinschaft** von Mönchen, zumindest im System der Detaillisten, dass sie „als getrennte Einheit existiert“. Sie ist **ein Ding** (einer der Faktoren) **ohne** Beziehung zu **einer** geistigen **Verbindung**. Ihre grundlegende Natur ist, dass die beiden Fraktionen der Gemeinschaft der Mönche **noch** immer **unversöhnt** sind.

Solch eine Spaltung kann Beide betreffen, jene die ihre Geistesgifte eliminiert haben, ebenso wie jene, die sogar ihre grundlegendste Tugend verloren haben. Die Natur der Spaltung ist wie folgt: **Nicht vergiftet** und **nicht spezifiziert** als etwas Tugendhaftes. Wir können daher sagen, dass sie ethisch neutral ist und kein Hindernis darstellt.

Die Art der hier beschriebenen Spaltung ist **etwas**, das **die Gemeinschaft** der Mönche auf beiden gegnerischen Seiten besitzt. Sie selbst ist jedoch nicht die „unmittelbare“ Missetat. **Die missbilligte Tat**, die zur Trennung der Gemeinschaft führt - ihre Ursache - **ist eine Lüge**, **die bewirkt**, dass die Gemeinschaft gespalten wird.

Es ist die Lüge, welche die unmittelbare Missetat darstellt. Diese **hat derjenige, der die Spaltung** in der Gemeinschaft **verursacht** – sei es Devadatta oder jemand anderes.

Konsequenzen der unmittelbaren Missetaten

Es reift ohne Unterlass für eine Ewigkeit.

Zusätzlicher Schmerz kommt von Zusätzlichen.

[IV.395-6]

„Zu welcher Art von Konsequenzen“, kann man fragen, „reift die unmittelbare Missetat der Spaltung der Gemeinschaft?“ **Sie reift zu** Leiden für die Person, die die Spaltung beging, in der Hölle namens „**Ohne Unterlass**“. Hier muss sie dieses Leiden **eine** halbe **Ewigkeit** lang ertragen.

„Und was geschieht“, mag jemand weiterfragen, „wenn jemand eine der verbleibenden unmittelbaren Missetaten begeht?“ Das Begehen jeder dieser anderen unmittelbaren Untaten führt unausweichlich zu einer Geburt in den Höllen, aber es ist nicht definitiv, dass sie immer zu einer Geburt in der Hölle „Ohne Unterlass“ führen.

Jemand könnte als nächstes fragen:

Nehmen wir an, jemand begeht zwei oder sogar mehrere der „unmittelbaren“ Missetaten. Wenn er daraufhin nur eine Geburt in den Höllen erlebt, müsste man sagen, dass mehrere dieser Taten zu begehen nicht schlimmer ist, als nur eine zu begehen. Wenn diese Person jedoch andererseits zwei oder wie viele Geburten auch immer in den Höllen erlebt, kann man nicht mehr sagen, dass diese Taten „unmittelbare“ Ergebnisse bringen und dass ihre Ergebnisse unausweichlich im allernächsten Leben erfahren werden.

Die Detaillisten antworten mit folgender Behauptung:

Eine Person hat aufgrund von „**zusätzlichen**“ Taten – das heißt zwei, drei oder sogar mehr unmittelbaren Fehlritten – nicht mehr als eine einzige Geburt in der Hölle. Ihr Körper dort in der Hölle „Ohne Rast“ ist jedoch doppelt so groß wie normal (oder mehr, je nach Anzahl der begangenen Taten) und viel empfindlicher. Daher empfindet sie ein **zusätzliches** Maß an Schmerz: Ihre **Qualen** nehmen in dem Maße zu, wie ihre Größe. Das befreit uns von beiden Problemen, die du angesprochen hast; nebenbei ist die frühere Tat diejenige, die die Geburt projiziert, und die spätere (oder späteren) vervollständigt die Einzelheiten.

Die Sutristen und andere erklären den Punkt hingegen wie folgt:

Wenn jemand mehrere unmittelbare Missetaten begeht, wird er in der Hölle der Qualen Ohne Unterlass immer und immer wieder geboren. Es gibt jedoch keine andere Art von Geburt zwischen dem Körper, der die Tat beging und dem Körper des Höllenwesens, also ist das Ergebnis immer noch „unmittelbar“. Die Vorstellung, dass das Resultat im allernächsten Leben erfahren werden muss, ist nicht belegbar.

49

Die Details einer Spaltung

Die Spaltung wird von einem intellektuellen, vollwertigen Mönch mit seinen Moralvorstellungen gemacht, anderswo, Kinder.

[IV.397-8]

Was für eine Art von Person verursacht die Spaltung? **Die Spaltung wird** von jemandem verursacht, der ein **vollwertiger Mönch** und ein **intellektueller Typ mit allen seinen Moralvorstellungen** ist. Die betreffende Person kann kein Laie sein, auch nicht der Typ, der eher zu sinnlichen Vergnügungen neigt oder jemand, der seine Moral verloren hat. Das liegt daran, dass er zunächst mit dem Buddha in Konkurrenz tritt. Zweitens muss er einen sehr scharfen Verstand haben. Schließlich würde die Mönchsgemeinschaft solchen Typen keinen Glauben schenken.

Wo findet die Spaltung statt? Sie muss „**anderswo**“ stattfinden, d.h. an einem anderen Ort als dem, an dem der Buddha wohnt. Sie kann niemals in der direkten Gegenwart des Buddhas geschehen, da seine überwältigende Herrlichkeit dies niemals zulassen würde. Und wer ist es, der abgespalten wird? Es sind nur „**Kinder**“ – das heißt also gewöhnliche Wesen [gemeint sind diejenigen, die die Selbstlosigkeit noch nicht direkt gesehen haben] – aus der Gemeinschaft der Mönche, die entfremdet werden. Verwirklichte Wesen können nicht in eine Spaltung geführt werden, denn sie besitzen einen Glauben an den Buddha, der aus dem Wissen geboren ist: Sie haben die Wirklichkeit direkt wahrgenommen.

Einige Menschen haben behauptet, dass es auch unmöglich ist, Personen zu trennen, die die „Meisterschaft“ auf dem Weg der Vorbereitung erreicht haben.

50

Fortsetzung der Details einer Spaltung

Spaltung durch Anerkennung eines anderen.

Lehrers, Pfades. Sie bleibt nicht.

Akzeptiert als ein Brechen des Rades.

[IV.399-401]

Man könnte fragen, ab wann eine Spaltung als eingetreten gilt. Die Gemeinschaft der Mönche gilt als **gespalten**, wenn zunächst **ein anderer Lehrer als** der Buddha selbst – nämlich Devadatta – **akzeptiert wird**. Zweitens tritt die Spaltung dann ein, wenn eine **andere Praxis** als der vom Buddha verkündete **Pfad** angenommen und zu praktizieren versucht wird. Dieser gegensätzliche Pfad besteht aus den „Fünf Regeln“, die Devadatta für das Erlangen der Befreiung von der Welt aufgestellt hat:

1. Der Verzicht auf die Verwendung von Quark,
2. der Verzicht auf Fleisch,
3. der Verzicht auf Salz,
4. das Aufgeben der traditionellen Flickengewänder und
5. das Verbleiben in Tempeln innerhalb von Städten.

Und wie lange dauert die Spaltung an? Diese Spaltung innerhalb der Gemeinschaft hat eine besondere Eigenschaft: **Sie dauert nicht** länger als einen Zeitraum von 24 Stunden.

Eine Teilung der Gemeinschaft von Mönchen **gilt als Brechen des Rades** der Lehren, da sich bei niemandem neue Pfade im Geist öffnen, bis die zerstrittenen Mönche wieder versöhnt sind. Was wir hier beschrieben haben, ist das unmittelbare Vergehen einer Spaltung der Gemeinschaft. Andere Arten von Spaltungen sind möglich, stellen aber nicht die „unmittelbare“ Art der Tat dar.

51

Weitere Details zu einer Spaltung

Auf dem Kontinent Dzambu, neun oder so.

Gespaltene Rituale, auf drei Kontinenten.

Jene unter Beteiligung von acht oder mehr.

[IV.402-4]

Der oben beschriebene Bruch des Rades tritt auf **dem Kontinent Dzambu** auf (da Buddha dort lebt), jedoch nicht auf anderen. Die Tat kann nur von **neun „oder so“** (was „oder mehr“ bedeutet) vollordinierten Mönchen begangen werden. Der Grund hierfür ist, dass mindestens vier Mönche nötig sind, um das, was wir eine „Gemeinschaft“ von Mönchen nennen zu bilden. Es müssen zwei derartige Gruppen entstehen und des weiteren eine Person, welche die Spaltung hervorruft. Auch diese Person muss definitiv ein vollordinierter Mönch sein. Dies ist natürlich nur das absolute Minimum. Es gibt keine Gewissheit, dass nicht noch viel mehr Personen an einer solchen Spaltung beteiligt sein könnten.

Nun kann das, was wir als „**Spaltung in den Aktivitäten**“ der Gemeinschaft bezeichnen, **auf drei** verschiedenen **Kontinenten** auftreten – also auf jedem, auf dem die Lehren existieren. Nur der nördliche Kontinent des Schrecklichen Klangs wäre ausgeschlossen. Diese Art von Spaltung tritt nur innerhalb der Grenzen einer einzigen physischen klösterlichen Institution auf und dort, wo die erforderlichen Riten des klösterlichen Bekenntnisses usw. bis zu diesem Zeitpunkt mit Einheit durchgeführt worden sind.

Wie viele Personen sind für diese Art von Spaltung erforderlich? Eine Spaltung der Rituale der Gemeinschaft erfordert keine separate Person, welche die Spaltung hervorruft, daher kann diese Tat **unter Beteiligung von acht oder mehr** vollordinierten Mönchen begangen werden.

52

Abschluss der Details einer Spaltung

**Ein Brechen des Rades tritt niemals auf
Am Anfang, am Ende, vor den Fehlern
Oder einem des Paares, nachdem der Fähige gegangen ist,
Bis die Standorte getrennt.**

[IV.405-8]

Nun tritt **ein Brechen des Rades** der Lehren wie oben beschrieben **niemals „am Anfang“** auf, d.h. in der Zeit, kurz nachdem Buddha dieses Rad erstmals in Bewegung gesetzt hat. Der Grund hierfür ist, dass zu diesem Zeitpunkt alle ein besonderes Gefühl der Einheit teilen, perfekte Harmonie, geboren aus gemeinschaftlicher Freude.

Auch **am Ende** des kostbaren Lebens des Buddhas – wenn er in sein endgültiges Nirwana übergeht, kommt es nie zu einem Bruch. Das liegt daran, dass seine Anhänger zu diesem Zeitpunkt genau dieselben Gedanken teilen: Ein besonderes Bewusstsein dafür, wie selten der Buddha ist und starke Gefühle der Resignation mit dem Leben, sobald sie auf dessen Unbeständigkeit aufmerksam gemacht wurden.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

Verse zur Moral durch Gelübde enthalten die folgenden Zeilen:

Die Anweisungen des Lehrers bleiben rein,
Frei von jedem Bruch für zwölf Jahre Zeit,
Frei von Makel, wie Wasser des Herbstes,
Arbeiten, um die geistigen Leid zu entfernen.

Dies bedeutet, dass eine Spaltung in der Gemeinschaft zudem auch niemals eintreten wird, **bevor** bestimmte **Fehler** auftreten – Fehler in der Art und Weise, wie die Anhänger die Lehren betrachten und ihre Moral aufrechterhalten. Denn bis zu diesem Zeitpunkt bleiben die Lehren ohne Fehler.

Außerdem kann keine Teilung **vor** dem Erscheinen **des einen** oder anderen Großen **Paares** stattfinden. Das liegt daran, dass die Spaltung von sehr kurzer Dauer ist, und sonst nicht beendet werden könnte, da die Versöhnung immer von einem dieser beiden durchgeführt wird.

Nach dem **Ableben des Fähigen** (d.h. nach seinem endgültigen Nirwana) kann es keine Spaltung mehr geben, da es dann keinen Buddha mehr gibt, mit dem der Anführer der Spaltung konkurrieren könnte.

Schließlich kann es zu keiner Spaltung der Gemeinschaft kommen, **solange** die großen und kleinen klösterlichen **Residenzen** nicht voneinander **getrennt** sind. Dies liegt daran, dass Trennungen zwischen der Gemeinschaft der Mönche, die innerhalb einer einzigen klösterlichen Institution auftreten, nicht als Bruch des Rades gelten, obwohl sie eine Art Spaltung darstellen. Zusammenfassend können wir also sagen, dass es sechs Perioden gibt, in denen ein Bruch im Rad der Lehren unmöglich ist.

Diese Spaltung ist etwas, das von den vergangenen Handlungen der beteiligten Schüler abhängt, also nicht bei jedem einzelnen Buddha auftritt. Die Erklärung lautet, dass unser Lehrer (der Anführer der Shakyas) in einer früheren Geburt als Bodhisattva eine Spaltung unter den Anhängern eines bestimmten großen Adepten verursachte, der die fünf Arten von übernormalen Kräften besaß: Die gegenwärtige Spaltung ist nur die letztendliche Reifung dieser Missetat. Gemäß den Lehren für die Höheren ist diese Beschreibung jedoch nicht wörtlich zu nehmen.

53

Was Taten unmittelbar macht

**Als Objekte der Unterstützung, als Eigenschaften,
Da du sie zurückweist und ebenso beseitigst.**

[IV.409-10]

Man könnte Folgendes fragen: „Warum wird es nur dann als eine ‚unmittelbare‘ Verfehlung betrachtet, wenn eine Person eine Tat wie das Töten des Vaters oder der Mutter begeht? Warum gilt es nicht als dieselbe Art von Verfehlung, wenn jemand eine solche Tat an einer anderen Person begeht?“ Die Antwort lautet: Das Töten des Vaters oder der Mutter ist eine „unmittelbare“ Verfehlung, da sie ganz besondere **Wesen** sind – aufgrund der großen **Unterstützung**, die sie einem geleistet haben. Sie haben einem einen Körper gegeben, einen Körper, mit dem man Freiheit erlangen kann. Und indem man den Gedanken hegt, sie zu töten, **lehnt man sie ab**; indem man die Tat tatsächlich ausführt, **beseitigt man sie ebenso**.

Ähnlich verhält es sich mit Feindzerstörern, der Gemeinschaft der Mönche und den Buddhas. Sie sind Objekte, die außergewöhnliche **Eigenschaften** besitzen. indem man daran denkt, ihnen gegenüber eine bestimmte Tat zu vollbringen, **lehnt man sie ab**. Und indem man die Taten, die damit verbunden sind, tatsächlich ausführt, schafft man Bedingungen, die für ihr weiteres Leben nicht förderlich sind.

Hier sollten wir erwähnen: Obwohl es für niemanden möglich ist, einen Buddha tatsächlich zu töten, ist bereits der Gedanke, es zu tun, eine Ablehnung des Buddhas. Handlungen anderer Art als die oben erwähnten sind nicht so schwerwiegend, deshalb zählen sie nicht zu den „unmittelbaren“ Vergehen.

Erklärung bestimmter unmittelbarer Missetaten

Es ist so, selbst wenn das Organ wechselt.

Die Mutter, diejenige, von deren Menstruation er stammt.

[IV.411-12]

Jemand mag die folgende Frage stellen: „Angenommen, eine Person tötet einen Vater oder eine Mutter, deren Geschlechtsorgan sich verändert hat. Ist das immer noch eine „unmittelbare“ Untat?“ **Selbst wenn sich das Geschlechtsorgan** des Vaters oder der Mutter **ändert** (und sie damit zu einer Frau bzw. einem Mann werden), **ist es** immer noch eine „unmittelbare“ Tat des Vatersmordes oder Muttermordes, wenn man sie tötet. Denn man hat immer noch die Person getötet, die die Funktion des Vaters oder der Mutter übernommen hat: Denjenigen, der ihn mit seinem ganz besonderen Körper ausgestattet hat.

Jemand mag dann eine weitere Frage stellen: „Angenommen, der Embryo im Körper einer Frau wird entnommen und in die Gebärmutter einer anderen Frau eingesetzt und das Kind kommt im Bauch dieser Frau zur Welt. Die Tötung welcher dieser beiden Frauen wäre dann die „unmittelbare“ Untat?“ Die **Mutter** der betreffenden Person ist die erste der beiden Frauen: **Diejenige, aus deren Gebärmutter** das Kind **stammt**. Daher wäre die Tötung dieser ersten Frau das unmittelbare Vergehen. Sie hat die Hauptrolle dabei gespielt, der Person einen Körper zu geben, mit dem sie die Freiheit erlangen kann. Die zweite Frau, die Frau, die das Kind im Mutterleib aufbewahrt hat, kann nicht als Mutter des Kindes betrachtet werden, da sie allein durch diese Handlung nicht die Hauptrolle spielen würde.

Es ist keine „unmittelbare“ Untat, wenn man sich vornimmt, seinen Vater oder seine Mutter zu töten und am Ende jemand anderen tötet. Auch nicht, wenn man sich vornimmt, jemand anderen zu töten, und am Ende einen seiner Elternteile tötet. Denn bei einer „unmittelbaren“ Tat muss die tatsächliche Begehung der Tat mit derselben Person abgeschlossen werden, der gegenüber die Tat unternommen wurde. Und das ist in keinem der genannten Fälle der Fall. Ähnliche Beispiele wären, wenn jemand seine Mutter aus Versehen tötet, weil sie sich unter seinem Bett versteckt hat oder wenn der Sohn des Wäschers einen Stein wirft, um eine Fliege zu töten, und stattdessen den Schädel seines Vaters zertrümmert.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

Angenommen, ein Mensch tötet mit einem einzigen Schlag seiner Waffe seine Mutter und ein anderes Lebewesen. Die nicht kommunizierende Form besteht hier aus beiden Taten: Der „unmittelbaren“ Untat und dem einfachen Tötungsakt. Die kommunizierende Form wird jedoch nur durch die unmittelbare Tat subsumiert, da eine unmittelbare Tat eine so enorme Kraft besitzt.

Vergegenwärtigen wir uns wir als nächstes einen Fall, bei dem jemand seinen Vater tötet, welcher zufällig auch noch ein Feindzerstörer ist. Oder nehmen wir an, jemand tötet seine Mutter, die gleichzeitig eine Feindzerstörerin ist. Hier begeht diese Person ein einziges „unmittelbares“ Vergehen – und zwar die des Tötens eines Feindzerstörers – denn es ist nur eine einzige physische Basis einer Person involviert.

Jemand mag fragen, wie wir diese Position mit der folgenden Botschaft aus *Einteilung der Worte* vereinbaren:

Es war einmal ein König in der Stadt Rauruka namens Udrayana. Er wurde von seinem Sohn Shikhandi ermordet. Somit tötete er eine Person, welche sowohl sein Vater, als auch ein Feindzerstörer war. Des Königs letzte Worte an die Mörder, die sein Sohn gesandt hatte, waren: „Geht zurück und sagt Shikhandi von mir: „du hast zwei unmittelbare Untaten begangen: Die Tötung eures Vaters und die Tötung eines Feindzerstörers.“

Worum es dem König dabei ging, war, seinem Sohn mitzuteilen, dass er in zweifacher Hinsicht ein unmittelbares Vergehen begangen hatte, oder dass er die Tat auf zwei unterschiedliche Arten begangen hatte. Es wurde jedoch nicht mehr als eine unmittelbare Untat begangen.

Untaten und das Heilige

**Nicht mit dem Gedanken, den Buddha zu schlagen, nicht mit
Einem Feindzerstörer nach dem Angriff.**

Befreit von Verlangen, Ergebnisse unmöglich für den,

Der das Unmittelbare unternommen hat.

[IV.413-6]

Vergegenwärtigen wir uns als Nächstes das unmittelbare Vergehen, den so Gegangenen in böser Absicht zu schlagen und ihm Blut abzunehmen. Es wird als unmittelbares Vergehen angesehen, wenn eine Person ihre Waffe mit der Absicht benutzt, den Buddha zu töten. Es wird nicht als diese Art von Vergehen angesehen, wenn eine Person ihre Waffe einfach mit **der Absicht** benutzt, **den Buddha zu schlagen**. Das liegt daran, dass einer solchen Person das Stadium der „Absicht“ für eine Handlung, die Leben nimmt, fehlt.

Nehmen wir als ähnliches Beispiel an, dass jemand eine Waffe gegen eine Person einsetzt, die noch nicht die Stufe des „**Feindzerstörers**“ erreicht hat. Doch irgendwann nach dem Angriff erreicht das Opfer diese Stufe. Nehmen wir weiter an, dass unser neuer Feindzerstörer dann an den Wunden stirbt, die er sich bei dem ursprünglichen Angriff zugezogen hat. Bei einer solchen Person gilt es **nicht** als unmittelbare Untat, denn der Angreifer hat die Tat nicht **gegen** jemanden unternommen, der ein Feindzerstörer war.

Jemand mag sich die folgende Frage stellen: „Angenommen, eine Person nimmt sich vor, eine unmittelbare Untat zu begehen. Ist es für eine solche Person möglich – ohne diese Handlung aufzugeben – den Zustand zu erreichen, indem sie frei von Verlangen ist, oder eines der Ergebnisse zu erlangen?“ Die Antwort lautet, dass es **für jemanden**, der eine **unmittelbare** Missetat begangen hat, **unmöglich ist**, entweder die Ebene zu erreichen, auf der er **frei von Verlangen** ist oder eines der **Ergebnisse** zu erzielen. Die beiden Geisteszustände sind völlig widersprüchlich.

Schweregrad der unmittelbaren Untaten

**Lügen, um die Gemeinschaft zu spalten,
Gilt als abscheulichste der Untaten.**

[IV.417-18]

Jemand mag fragen: „Welches dieser unmittelbaren Vergehen ist das schwerste?“ **Zu lügen**, um **die Gemeinschaft** der Mönche in zwei Teile **zu spalten**, wird als die **abscheulichste** aller unmittelbaren **Untaten angesehen**. Das liegt daran, dass eine Person dadurch einen Schlag gegen das, was als „Wirklichkeitskörper“ des Einen So Gegangenen bekannt ist, geführt hat. Solange die Gemeinschaft unversöhnt bleibt, gibt es in der Welt ein allgemeines Ende für bestimmte große tugendhafte Taten: Niemand findet die wahre Gewissheit, niemand erreicht die Ergebnisse, niemand erlangt Freiheit von Begierde und niemand macht allen Makeln ein Ende.

Darüber hinaus hindert eine solche Aufteilung die Menschen daran, sich auf meditative Konzentration einzulassen und die Schriften zu lesen, die tägliche Rezitation und die Kontemplation. Dies unterbricht dann den Fortschritt beim Erreichen sowohl höherer Geburten als auch der Zustände von Nirwana und Buddhaschaft. Alle Bewohner der Welt, bis hin zu den großen Genusswesen, werden in Aufruhr versetzt – sie verlieren ihr Glück, sie verlieren ihre Freiheit, sie verlieren ihre Fähigkeit zu denken. Und der Täter muss seine Geburt in der untersten Hölle, Ohne Unterlass, für eine Ewigkeit hinnehmen. Das macht diese Tat zu einer der Schlimmsten.

Die nächstschwerwiegendere der unmittelbaren Untaten ist die fünfte. dann kommen die dritte, die erste und die zweite – in dieser Reihenfolge. So wird die Ermordung des Vaters, als die am wenigsten schwerwiegende der fünf erklärt.

Jemand mag einwenden, dass diese Beschreibung im Widerspruch zu der Aussage im Sutra steht, dass von allen drei Arten von Unrecht die drei Taten des Denkens am schwerwiegendsten sind, und dass – innerhalb dieser drei – das Festhalten an falschen Ansichten am schlimmsten ist. Es gibt hier jedoch keine Unstimmigkeit. Das Vergehen, das wir beschrieben haben, führt einen für eine volle, mittlere Ewigkeit in die Hölle „Ohne Unterlass“. vom Standpunkt der Größe des Ergebnisses, das aus der Tat heranreift, können wir sagen, dass die Spaltung der Gemeinschaft das schwerste aller unmittelbaren Vergehen ist.

Auf der anderen Seite gibt es den Fall, in dem die rohe Emotion der Wut im Geist des großen Meisters vielen Menschen im Kloster Dantaka und an anderen Orten den Tod brachte. Wir können also sagen, dass in Bezug auf das allgemeine Ergebnis des Todes unter der Bevölkerung die Handlungen der Gedanken die mächtigste unter den drei Gruppen von Taten sind, die sich auf die drei Durchgänge beziehen.

Und im Hinblick auf das „schöpferische“ Ergebnis, wenn man seine grundlegendste Tugend verliert, ist falsche Weltsicht die schwerwiegendste der Handlungen der Gedanken, denn die anderen in dieser Kategorie haben nicht die Kraft, die dazu führen könnte, dass man diese Tugend verliert. Anders ausgedrückt, jede Tat wurde als Schwerwiegendste bezeichnet: Spaltung der Gemeinschaft, Taten der Gedanken und an falscher Weltsicht festhalten, aber immer unter der Maßgabe, dass man sich auf die fünf unmittelbaren Taten, Taten der drei Durchgänge, oder die fünf Sichtweisen beschränkt.

57

Der verdienstvolle Akt des Gebens

**Geben ist, wenn jemand handelt,
Mit dem Wunsch zu ehren oder zu helfen.
Taten des Körpers und der Sprache, verbunden mit dem Motiv.
Sein Ergebnis, Besitz großen Reichtums.**

[IV.449-52]

Unter diesen drei wird das **Geben** wie folgt beschrieben: Es bedeutet, **dass eine Person** mit Gedanken der Tugend **handelt**, um eine Sache, die sie besitzt, an jemand anderen **zu geben**. Wie wir in *einem Sutra lesen, das auf Bitten von Vyasa, einem großen Meister, gelehrt wurde*: „Oh großer Meister, alle Handlungen des Gebens, selbst die kleinste Sache aus Glauben sind Geben.“

Es ist nur dann ein verdienstvoller Akt des Gebens, wenn jemand etwas mit **dem Wunsch gibt, zu ehren** (ein sehr hohes Objekt), oder mit dem Wunsch, **zu helfen** (ein sehr elendes Objekt). Es ist nicht wahres Geben, wenn jemand nur aus Angst gibt oder mit der Erwartung, etwas im Gegenzug zu bekommen, und so weiter.

Außerdem besteht das Geben aus **Handlungen des Körpers und der Sprache** zusammen mit **der Motivation** und dem, was mental damit **verbunden** ist. **Das Ergebnis** des Gebens ist der **Besitz großer Reichtümer**, zumindest für den Moment.

58

Geben, das dem Anderen nutzt und der Rest

**Geben ist das, was einem selbst nutzt,
Dem anderen, beiden, und keinem von beiden.**

[IV.453-4]

Die erste Art ist das **Geben, das einem selbst zugutekommt**. Dies gilt für eine Person, die sich noch nicht von dem Verlangen nach Objekten der Wunschwelt befreit hat, oder für eine gewöhnliche Person, die dies zwar getan hat, aber durch den „Weg der Welt“, um Opfergaben an einen Schrein zu bringen.

Geben, das **dem anderen** zugutekommt, wäre jede Art des Gebens, die von einer verwirklichten Person ohne Verlangen gegenüber einem anderen lebenden Wesen, das nicht befreit ist, vollzogen wird. Dabei wird vorausgesetzt, dass wir keine Ergebnisse berücksichtigen, die die erstgenannte Person in diesem Leben erfahren wird.

Geben, das beiden nützt, wäre, wenn ein verwirklichtes Wesen, das frei von Verlangen nach der Wunschwelt ist, Opfergaben an einen Schrein bringt. Der einzige Zweck dieser Opfergabe besteht darin, dass dieses Wesen seinen tiefen Respekt und seine Dankbarkeit ausdrückt. Dabei berücksichtigen wir übrigens nicht die Ergebnisse der Opfergabe, die es in diesem Leben erreichen wird.

Außergewöhnliche Arten von Gebern

Außergewöhnliche Arten davon durch außergewöhnliche Geber, gegebene Sache, wem gegeben. Davon ist der Geber außergewöhnlich durch Glauben und den Rest, Vollzieht sein Geben mit Respekt und ähnlichem. Als Ergebnis gewinnt man die Ehre, Wohlstand, Das Rechte zur rechten Zeit und Freiheit von Hindernissen.

[IV.455-60]

Sehr **außergewöhnliche Arten des „Es“** – Gebens, kommen **von** außergewöhnlichen Arten von **Gebern**, außergewöhnlichen Arten von **Dingen**, die **gegeben werden**, und außergewöhnlichen Arten von Objekten, **an die** die Dinge **gegeben werden**. **Dabei wird der Geber außergewöhnlich durch** eine Motivation **des Glaubens und „den Rest“** - was sich in erster Linie auf den Rest der „sieben Reichtümer verwirklichter Wesen“ bezieht: Moral, Großzügigkeit, Lernen, ein Gefühl von Scham, ein Gewissen und Weisheit. Der Ausdruck bezieht sich auch darauf, wenig Verlangen nach Dingen zu haben.

Der außergewöhnliche Geber führt die Handlung (1) **mit einer Haltung des Respekts und „Ähnlichem“** aus. Mit letzterem ist gemeint, dass man das Objekt mit eigenen Händen an die andere Person übergibt; (2) etwas zu geben, wenn es wirklich benötigt wird; und (3) die eigentliche Handlung so auszuführen, dass sie niemandem schadet. Beispiele wären, wenn man das Objekt ursprünglich von jemand anderem gestohlen hat oder, wenn man einem Metzger ein Schaf überreicht. Dazu gehören auch Fälle, in denen das gegebene Objekt dem Empfänger schadet – Beispiele wären, jemandem Gift oder ungesundes Essen zu geben.

Die Person hat also ihre Wohltätigkeit mit einer Haltung des Respekts und Ähnlichem ausgeführt, wie oben aufgeführt. **Infolgedessen gewinnt er Folgendes** (und hier folgt die Liste der drei Punkte oben). In seinem zukünftigen Leben erlangt er (1) **die Ehre** und den Respekt derjenigen, die ihm folgen, sowie einen Reichtum an materiellen Dingen (den er aufgrund seines früheren Glaubens nach Belieben genießen kann). In diesem nächsten Leben erhält er auch (2) die rechtzeitige Erfüllung seiner Bedürfnisse sowie (3) vollständige **Freiheit von allen Hindernissen** für seinen Reichtum: Feinde, den Verlust seiner Dinge durch ein Feuer und so weiter.

60

Außergewöhnliche Gaben

Gegebene Dinge, von ausgezeichnete Farbe und Art.
Daraus entstehen eine edle Gestalt und ein guter Ruf,
Glück und ein sehr jugendliches Aussehen,
Ein Körper, der zu jedem Zeitpunkt angenehm zu berühren ist.

[IV.461-4]

Eine **ausgezeichnete Farbe „und Ähnliches“** – was sich auf einen hervorragenden Geruch, Geschmack oder ein angenehmes Gefühl bezieht – sind die Merkmale, die geschenkte **Dinge** außergewöhnlich machen.

„**Davon**“ (dem Geben von Dingen mit ausgezeichnete Farbe) erntet man zumindest vorläufig **eine ausgezeichnete körperliche Gestalt**. Ebenfalls vorübergehend erntet man weitere Ergebnisse (in der Reihenfolge der soeben aufgeführten Eigenschaften): **Einen** guten und weit verbreiteten **Ruf**, großes **Glück und** einen Körper mit **jugendlichem Aussehen**. Der **Körper**, den man besitzt, ist im Übrigen wie der, des „Juwels der Königin“: Es fühlt sich zu **jedem Zeitpunkt angenehm** an, **ihn zu berühren**, bei normaler Temperatur, in Kälte (dann spendet der Körper der Königin Wärme) und in Hitze (dann fühlt sich der Körper der Königin für dich kühl an).

61

Außergewöhnliche Objekte als Empfänger

Außergewöhnlich – jene, denen du gibst – durch das Wesen,
Leid, Hilfe und durch gute Eigenschaften.
Am höchsten ist jemand, der befreit wurde von einem Befreiten,
Einem Bodhisattva oder dem Achten.
Geschenke an Vater oder Mutter,
An Kranke, einen spirituellen Lehrer oder
Einen Bodhisattva in seinem letzten Leben,
Sind unermesslich, selbst wenn nicht erkannt.

[IV.465-72]

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

Diejenigen, denen du ein Geschenk machst, können aus vier unterschiedlichen Gründen **außergewöhnlich** sein, zunächst **durch die** Art des **Wesens**, um das es geht. Wie das *Sutra von Gautami* besagt:

Ananda, freue dich auf ein hundertfaches Ergebnis, das in dir reifen wird, wenn du einem Wesen etwas gibst, das eine Wiedergeburt als Tier erlangt hat. Aber freue dich auf ein tausendfaches Ergebnis, wenn du einem Menschen, selbst wenn er unethisch ist, etwas gibst.

Das Objekt, dem du deine Gabe gibst, kann auch durch sein **Leid** unterschieden werden. Nehmen wir zum Beispiel alle Dinge, die ein Mensch in einer dieser Arten von Handlungen geben kann, bei denen der Verdienst von einer substanziellen Sache herrührt. Es heißt, wenn man diese Dinge einem Kranken gibt, oder jemandem, der einen Kranken pflegt, oder jemandem, wenn es draußen kalt ist oder was auch immer, ist der Verdienst unermesslich.

Der Empfänger kann außerdem durch die **Hilfe** unterschieden werden, die er einem in der Vergangenheit gewährt hat. Hier schließen wir Vater und Mutter ein und jeden, der uns auf besondere Art geholfen hat. Beispiele finden sich in den Geschichten aus den früheren Leben des Buddhas, z.B. die über den Bären und den *Ruru*-Hirsch.

Schließlich kann die Person, der man sein Geschenk macht, **aufgrund** ihrer **guten Eigenschaften** außergewöhnlich sein. Das *Sutra von Gautami* nennt einige Beispiele:

Wenn du jemandem etwas gibst, der seine Ethik bewahrt hat, dann kannst du erwarten, dass dies zu einem hunderttausendfach stärkeren Ergebnis reift. Wenn du jemandem etwas gibst, der jenes Stadium erreicht hat, welches „Ergebnis des Stromeintritts“ genannt wird, dann reift dies zu etwas Unermesslichem. Und wenn du dieser Person, die in den Strom eingetreten ist, noch mehr gibst, dann ist das Ergebnis noch unermesslicher.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

Die höchste Art des Gebens jedoch ist, wenn **jemand**, der sich aus den drei Reichen **befreit** hat, einer **anderen Person** etwas gibt, die sich auch **befreit** hat. Das liegt daran, dass beide die höchste Art von Individuum sind. Wieder lesen wir im *Sutra von Gautami*:

Die höchste Form des Gebens eines physischen Objekts

Ist von einem, der frei ist, an einen anderen, der frei von Verlangen ist:

Außer einem, der seinen Körper und seine Sprache unter Kontrolle hat,

Welcher die Hand ausstreckt, um Nahrung anzubieten.

Wir können jedoch auch einen Geber nennen, der ein **Bodhisattva** ist und ein Objekt gibt, zum Wohle aller Lebewesen. Obwohl dies ein Akt des Gebens durch eine noch nicht befreite Person ist und sich an eine andere Person richtet, die ebenfalls noch nicht befreit ist, ist es immer noch die höchste Art des Gebens. Der Grund dafür ist, dass die Handlung zum Wohle der vollkommenen Erleuchtung und zum Wohle jedes Lebewesens ausgeführt wurde: Hier hat jemand etwas gegeben, um der Retter jedes einzelnen Lebewesens zu werden.

Ein bestimmtes Sutra nennt die folgende Liste der acht Arten des Gebens:

- 1) Nahestehenden etwas geben,
- 2) Aus Angst geben,
- 3) Geben, weil sie mir gegeben haben,
- 4) Geben, weil sie mir geben werden,
- 5) Geben, weil Eltern und Vorfahren immer gegeben haben,
- 6) Geben in der Hoffnung, eine der höheren Geburten zu erlangen,
- 7) Geben, um Ruhm zu erlangen,
- 8) Geben, um das Juwel des Geistes zu erlangen, um die Reichtümer des Geistes zu erlangen, um das zu erlangen, was große Praktizierende angesammelt haben, um das ultimative Ziel zu erreichen.

Alternativ können wir die höchste Art des Gebens auch so beschreiben, wie bei **Punkt acht** in dieser Liste: geben, um das Juwel des Geistes zu erlangen, und so weiter.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

„Nahestehenden etwas geben“ bedeutet, dass bestimmte Lehrer aus der Vergangenheit behauptet haben, dass es sich auf das Geben an jemanden bezieht, der in der Nähe steht oder an jemanden, der sich nähert. „Aus Angst geben“ bedeutet, dass eine Person beschließt, das Beste zu geben, was sie hat, aber nur, weil sie eine große unmittelbare Gefahr für sich wahrnimmt. Und „Geben, weil sie dir gegeben haben“ bezieht sich auf eine Gabe an eine Person mit dem Gedanken: „Ich tue dies, weil er mir vorher etwas gegeben hat“.

Die restlichen Punkte auf der Liste sind leicht zu verstehen. „Juwel des Geistes“ bezieht sich auf die Fähigkeit, Wunder zu vollbringen, und „Reichtümer des Geistes“ beziehen sich auf die acht Teile des Pfades der verwirklichten Wesen. „Was große Praktizierende angesammelt haben“ bezieht sich auf vollkommen stille Konzentration und besondere Verwirklichung. Das „ultimative Ziel“ kann als Erreichen des Zustandes des Feindzerstörers oder des Zustandes von Nirwana beschrieben werden. So erklärt Meister Jinaputra die Arten des Gebens.

Meister Purna erklärt sie wie folgt:

Geben, um das „Juwel des Geistes“ und den Rest der Vier zu erlangen, bezieht sich jeweils auf (1) das, was einem die Reichtümer des Vertrauens und der Rest bringen. (2) Das, was mit dem Gestank des Geizes völlig unvereinbar ist. (3) Das, was das Glück einer ausgewogenen Meditation wachsen lässt und (4) das, was den Zustand von Nirwana herbeiführt.

Diese vier wurden auch als die vier „Ergebnisse des Pfades der Tugend“ oder als (1) die Pfade der Sammlung und Vorbereitung, (2) der Pfad des Sehens, (3) der Pfad der Gewöhnung und (4) das Nirwana angesehen. Eine andere Möglichkeit ist, sie mit (1) den Pfaden der Sammlung und Vorbereitung, (2) den sieben unreinen Stufen, (3) den drei reinen Stufen und (4) der Stufe eines Buddhas in Beziehung zu setzen.

Darüber hinaus können wir sagen, dass es andere Arten des Gebens gibt. Wo, **obwohl** der Empfänger noch **kein verwirklichtes** Wesen ist, das daraus resultierende Verdienst auch **nicht** in Größenordnungen wie ‘hunderttausend Mal mehr“ oder so, **gemessen werden kann**. Dazu zählen **Gaben an Vater oder Mutter** (Empfänger, die uns große Dienste geleistet haben), **an Kranke** (Empfänger, die gerade leiden), an einen **spirituellen Lehrer oder** an einen Bodhisattva in seinem letzten Leben.

Unterstützung für diese Beschreibung findet sich im *Sutra über die Ursachen und Wirkungen von Recht und Unrecht*, das den Verdienst des Gebens an diese Objekte mit der Menge an Verdienst gleichsetzt, die man erhält, wenn man dem Buddha etwas gibt:

Darüber hinaus reift der Akt des Gebens, der gegenüber einer der drei Arten von Individuen vollzogen wird, zu einem Ergebnis, das niemals ein Ende erreicht. Diese Objekte sind: Buddha, die Eltern einer Person und die Kranken.

62

Schweregrad von Taten gemäß den sechs Faktoren

Fazit: Jemand, der handelt, tut dies aus einem Auftrag;

Ein Vorhaben, Denken und Absicht:

Die Kraft der Tat selbst ist genau so gering oder groß,

wie es in diesen Fällen der Fall ist.

[IV.473-6]

An dieser Stelle könnten wir nebenbei darauf eingehen, was die Schwere einer bestimmten Tat bestimmt. Der erste Faktor, der eine Tat schwerwiegend machen kann, ist das, was wir als „**Abschlussleistung**“ bezeichnen, d. h. die Fortsetzung einer bestimmten Handlung noch lange nach dem ursprünglichen Handlungsverlauf.

Die Person, an der eine bestimmte Tat ausgeführt wird – jemand, der einem in der Vergangenheit große Hilfe geleistet haben könnte – ist auch ein Faktor, der die Tat schwerwiegender macht. Taten, die aufgrund ihrer grundlegenden Art besonders ernst sind, umfassen Fälle wie Töten (unter den physischen Handlungen), Lügen (unter den sprachlichen Handlungen) und falsche Ansichten (unter den geistigen Handlungen).

Sogar unter den Arten des Tötens gibt schwerwieendere Fälle – etwa das Töten eines Feindzerstörers zum Beispiel – denn, wie es in *Nahe Erinnerung* dargelegt wird:

...es führt in die unterste Hölle „Ohne Unterlass“. Eine weniger ernste Art des Tötens wäre es, einer Person das Leben zu nehmen, die einen der Pfade erreicht hat. Und die am wenigsten schwerwiegende Art wäre es, ein Tier oder eine sehr unmoralische Person zu töten.

Taten, die durch die Phase ihrer **vorbereitenden Durchführung** schwerwiegender werden, sind solche, bei denen man sich körperlich oder verbal tatsächlich engagiert.

Taten, die durch das zugrunde liegende **Denken** schwerwiegender werden, sind jene, bei denen die Gedanken während der Ausführung der Handlung besonders stark waren.

Taten, die aufgrund der Absicht schwerwiegender werden, sind solche, bei denen die Handlung mit besonders intensiven **Motivationsgedanken** ausgeführt wurde.

Zusammenfassend können wir sagen, dass **die Kraft der Tat genau so klein oder so groß ist, wie diese** sechs Bedingungen des Abschlusses und der Rest es jeweils **selbst sind**. Es ist wichtig, zu verstehen, dass Taten, bei denen alle sechs Bedingungen vorhanden sind, extrem schwerwiegend sind.

63

Ob Taten gesammelt werden oder nicht

Eine Tat wird „gesammelt“ genannt,

Von der Absicht bis zur Perfektion,

Ohne Bedauern, ohne Gegenwirkung,

Mit Begleitern, die ebenfalls reifen.

[IV.477-80]

Das Sutra erwähnt auch eine Reihe von Konzepten, darunter „Taten, die getan und auch gesammelt werden“, sowie „Taten, die getan, aber nicht gesammelt werden“. Jemand mag sich fragen, was genau das ist.

Eine Tat wird dann „begangen und *gesammelt*“ **genannt**, wenn sie unter sechs Bedingungen erfolgt, die im Folgenden beschrieben werden:

- 1) Die Tat muss **vorsätzlich** geschehen, d. h. sie kann nicht ohne Vorsatz oder einfach aus dem Moment heraus ausgeführt werden.
- 2) Sie muss „**vollständig**“ ausgeführt worden sein, d. h. es müssen alle Elemente einer vollständigen Tat vorhanden sein.

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil
Lektüre Zehn

- 3) Die Person, die die Tat begangen hat, darf später **kein Bedauern** empfinden.
- 4) Es darf **keine Gegenhandlung** geben, die der Kraft der Tat entgegenwirkt.
- 5) Die Tat muss **mit** den notwendigen **Begleitern** einhergehen.
- 6) Die Tat muss **auch** eine derjenigen sein, bei denen man die **Reifung** eines Ergebnisses in der Zukunft sicher erfahren wird.

Andere Taten als die Beschriebenen, sind das, was wir „getan, aber nicht gesammelt“ nennen. Darunter kann man verstehen, welche Arten von Taten mit den Ausdrücken „gesammelt, aber nicht getan“ und „weder getan noch gesammelt“ gemeint sind.

Die Formulierung „bis zur Perfektion“ bedeutet, dass in manchen Fällen eine einzige richtige oder falsche Handlung zu einer Geburt in den Zuständen des Elends oder zu einer Geburt in den glücklicheren Zuständen führt. In anderen Fällen führen alle zehn Taten an allen drei Türen eine Person zu der entsprechenden dieser beiden Geburten. In beiden Fällen wurden die Taten bis zu ihrer Perfektion ausgeführt.

Die Formulierung „ohne Gegenleistung“ bezieht sich auf Taten, die (1) mit falschen Vorstellungen, Bedenken oder Ähnlichem begangen werden, (2) ohne Bekenntnis, zukünftige Zurückhaltung oder Ähnliches.

Eine Tat „zusammen mit ihren notwendigen Begleiterscheinungen“ bedeutet eine Tat der Tugend oder Nichttugend zusammen mit Begleiterscheinungen weiterer Tugend oder Nichttugend. Zwar erklärt der *Kommentar* diese als „Jede Tat, über die man sich freut, sie getan zu haben“. Dennoch sind die Begleiter hier die vorbereitende Unternehmung und die abschließende Perfektion der Tat.



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Hausaufgabe Klasse Eins

1. Nenne den Autor der *Hauptlehren des Buddhismus*. Nenne beide Namen: seinen allgemein bekannten und seinen Mönchsnamen und wann er gelebt hat.
2. Wie lautet der Titel dieses Werkes?
3. Wer hat den Kommentar geschrieben, mit dem wir arbeiten? Nenne den allgemeinen Namen sowie seinen besonderen Namen. Wann hat er gelebt?
4. Wer war der Schüler von Trijang Rinpoche, der die Einleitung geschrieben hat? Nenne seinen vollständigen Namen inklusive aller Titel.
5. Nenne die drei Hauptpfade.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

c.

d.

e.

f.

g.

h.

i.

j.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

10. Nenne die drei Voraussetzungen eines guten Schülers, so wie man sie in Aryadevas 400 Versen finde.

a.

b.

c.

11. Definiere, was mit dem „Kreislauf des Lebens“ oder Sansara in Sanskrit gemeint ist.

12. Führe die acht weltlichen Gedanken auf.

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

h.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

13. Nenne die vier Gesetze von Taten (bzw. Karma).

a.

b.

c.

d.

14. An welchem Punkt weißt du, dass du echte Entsagung entwickelt hast?

Meditationsaufgabe: **15 Minuten pro Tag prüfen, ob es dir gelungen ist, die drei Hauptwege zu erreichen**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):

c.

d.

e.

f.

g.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

3. Nenne die beiden Wahrheiten und beschreibe sie kurz.

a.

b.

4. Erkläre die Bedeutung von „Interdependenz“ (auch abhängiges Entstehen genannt) in jeder der drei unten erwähnten buddhistischen Schulen.

a.

b.

c.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Hausaufgabe Klasse Drei

1. Definiere kurz die Perfektion der Weisheit
2. Der Grundlagen-Text für unsere Studien ist das *Ornament der Erkenntnisse*. Wer hat diesen Text wem gelehrt? Wann wurde der Text ungefähr verfasst?
3. Wer hat den tibetischen klösterlichen Kommentar zu dem verfasst, was wir gerade studieren und wann lebte er?
4. Wie lautet die Definition des Dharma Juwels? Beschreibe mit jeweils einem Beispiel, was unter „Beendigung“ und was unter „Pfad“ zu verstehen ist.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

5. Definiere Zuflucht nehmen.

6. Beschreibe wie die Zufluchtnahme Praktizierenden mit niedrigem Motiv erklärt wird.

7. Beschreibe die Zuflucht ins Ergebnis.

8. Nenne die kurze Definition des Wunsches nach Erleuchtung

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

9. Nenne und beschreibe die zwei Arten des Wunsches nach Erleuchtung. (Falls du zwei unterschiedliche Unterteilungen des Wunsches in zwei Arten kennst, beschreibe hier bitte eine davon.)

1.

a.

b.

2.

a.

b.

Meditationsaufgabe: **15 Minuten pro Tag analytische Meditation, in der du mental zwischen den Drei Juwelen als Gemälde oder Statuen und den tatsächlichen Drei Juwelen in Bezug auf Leerheit unterscheidest und die guten Taten tust, die dich schützen.**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Hausaufgabe Klasse Vier

1. Nenne die Definition von Nirwana.
2. Was bedeutet hier „individuelle Analyse“?
3. Beschreibe die Unterschiede zwischen Nirwana mit Überbleibseln und Nirwana ohne Überbleibsel, wie sie die Schule Madhyamika Svatantrika lehrt.
4. Es gibt eine Art von Nirwana, die „nicht verweilendes Nirwana“ genannt wird. Was bedeutet der Ausdruck „nicht verweilend“?

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

11. Meister Dharmakirti (achtes Jahrhundert) sagt in seinem Haupttext zur buddhistischen Logik, dass zwei Voraussetzungen erfüllt sein müssen, damit Tantra funktioniert. Nenne diese beiden.

a.

b.

Meditationsaufgabe: **15 Minuten pro Tag, in denen du versuchst, dir deinen Geist in Nirwana vorzustellen (das heißt, völlig frei von jedem kleinsten Geistesgift).**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Hausaufgabe Klasse Fünf

1. Benenne die fünf Kapitel für unser Studium der Meditationspraxis.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.

2. Benenne die sechs vorbereitenden Übungen vor einer Meditations Sitzung. Achte darauf, sie nicht mit den „sieben Bestandteilen“ zu verwechseln, die wir in der nächsten Klasse näher betrachten werden.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.
 - f.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

3. Nenne die Sieben Bestandteile.

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

4. Diese Sieben Bestandteile sind Teil welcher der Sechs Vorbereitungen? Welche von ihnen sammeln die Kraft des Guten. Wie viele bereinigen Hindernisse für eine erfolgreiche Meditation?

5. Welche Sechs Bedingungen müssen für die Meditation geschaffen werden? Nicht mit den Sechs Vorbereitungen verwechseln!

a.

b.

c.

d.

e.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

6. Beschreibe kurz die acht Punkte der korrekten Meditationshaltung.

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

h.

7. Nenne das erste der fünf Probleme bei der Meditation. Welche vier der acht Korrekturen werden als Gegenmittel verwendet?

Problem:

Die vier Korrekturen:

a.

b.

c.

d.

8. Nenne das dritte der fünf Probleme bei der Meditation. Welche Korrektur wird dafür verwendet?

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

9. Beschreibe den Unterschied zwischen grober und subtiler Trägheit in der Meditation

10. Welches ist das vierte der fünf Probleme bei der Meditation? Woher weißt du, dass du es gerade hast?

11. Was ist die Korrektur für dieses vierte Problem? Diese Korrektur kann auf zwei unterschiedliche Arten erfolgen. Benenne sie.

12. Nenne und beschreibe die neun Level der Meditation.

a.

b.

c.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

d.

e.

f.

g.

h.

i.

j.

Meditationsaufgabe: **15 Minuten pro Tag, in denen du versuchst, Unruhe oder Trägheit oder deren subtile Formen in deinem eigenen Geist zu erkennen, während du versuchst, ein heiliges Wesen zu visualisieren.**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Hausaufgabe Klasse Sechs

1. Nenne drei unterschiedliche Meditationen.

a.

b.

c.

2. Was bedeutet der Begriff „Lam-Rim“? Woher kommt er?

3. Welche der fünf großen Texte und der unterschiedlichen Stufen der geheimen Praxis sind im Lam-Rim enthalten?

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

4. Nenne vier Teile der Praxis, wie man sich einem Lama anvertraut.

a.

b.

c.

d.

5. Nenne die drei Aspekte, wie man die wahre Bedeutung dieses Lebens umsetzt.

a.

b.

c.

6. Welches sind die drei Prinzipien der Todesmeditation?

a.

b.

c.

7. Nenne die vier Gesetze von Karma.

a.

b.

c.

d.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

8. Beschreibe kurz den Unterschied zwischen Buddhisten mit kleiner, mittlerer und großer Motivation.

9. Ist es wahr, dass alles in unserem jetzigen Leben Leid ist? Warum bzw. warum nicht?

10. Warum wird von den drei Trainings an dieser Stelle nur das Training der Ethik erwähnt?

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

11. Nenne die beiden Teile der Stufen auf dem Pfad, die mit Praktizierenden der großen Motivation geteilt werden.

a.

b.

12. Nenne die Definition von Stille (Shamata auf Sanskrit, Shi-ne auf Tibetisch).

13. Nenne die Definition von Einsicht (Vipashyana auf Sanskrit, Hlak-tong auf Tibetisch).

Meditationsaufgabe: **15 Minuten pro Tag, analytische Meditation darüber, warum selbst jede "gute Sache" Leiden ist.**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Hausaufgabe Klasse Sieben

1. Nenne die tibetische und Sanskrit Bezeichnung für das Buddhistische Studium der Logik und Wahrnehmung, welche auch „korrekte oder gültige Wahrnehmung“ bedeutet.

2. Was ist die buddhistische Definition von Existenz?

3. Was sagt Buddha über den Zweck der buddhistischen Logik? (Bitte schreibe das exakte Zitat)

4. Nenne die beiden ersten Typen der gültigen Wahrnehmung. Auf welchen Ebenen der Realität werden sie für die Wahrnehmung benutzt?
 - a.

 - b.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

9. Nenne und beschreibe kurz die drei „Grundregeln“, um Buddhas Worte zu interpretieren. Diese helfen uns, zu entscheiden, ob der Buddha etwas nur symbolisch und nicht wörtlich gemeint hat.

a.

b.

c.

10. Was muss eine Person wissen, um „allwissend“ zu sein?

11. Welche Beweise haben wir, dass der Buddha „irrtumsfrei“ ist?

Meditationsaufgabe: **15 Minuten pro Tag, analytische Meditation wie folgt: Wähle drei Personen, die du heute auf die eine oder andere Weise beurteilt hast. Überprüfe die „Logik“, die du verwendet hast, um dein Urteil zu fällen, und entscheide, ob du dich möglicherweise geirrt hast.**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Hausaufgabe Klasse Acht

1. Das letzte der vier Argumente der vorwärts gerichteten Beweisführung beinhaltet großes Mitgefühl. Was ist der Unterschied zwischen großem Mitgefühl, heiligem großen Mitgefühl und einfach nur Mitgefühl?

2. Nenne drei Gründe, warum die Charvakas glaubten, dass der Geist stirbt, wenn der Körper stirbt.

a.

b.

c.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

9. Nenne die drei Teile von Meister Dharmakirtis wichtigstem Beweis für zukünftige Leben.

a.

b.

c.

10. Benenne und beschreibe die drei Arten des achten Bindegliedes in der Kette der Abhängigkeiten des Lebensrades.

a.

b.

c.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

11. Warum kann das Verlangen dein bestehendes Karma im Moment des Todes auslösen? Der Schlüssel dazu liegt darin, wie es sich auf dich konzentriert. Beschreibe die vier Ebenen der Fokussierung auf dich selbst und erkläre, welche davon dieses Karma auslösen können.

a.

b.

c.

d.

Meditationsaufgabe: **15 Minuten pro Tag, übe, dich selbst auf die vier verschiedenen Weisen zu sehen, die in Frage Nr. 11 oben genannt werden.**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Name:
Datum:
Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Hausaufgabe Klasse Neun

1. Nenne den Haupttext für das Studium des Höheren Wissens (*Abhidharma*), den Namen des Verfassers und seine Daten. Nenne auch den Hauptkommentar, den wir nutzen, den Verfasser und seine Daten.

a.

b.

2. Erkläre die Bedeutung der einzelnen Worte im Titel des Haupttextes:

3. Auf was bezieht sich das Wort „Abhidharma“ tatsächlich?

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

4. Nenne die vier erforderlichen Eigenschaften eines achtbaren buddhistischen Buches und erkläre, was sie in diesem Fall sind.

a.

b.

c.

d.

5. Nenne die beiden grundlegendsten Einteilungen von Karma oder Taten.

a.

b.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

6. Die nicht-kommunizierende Form hat fünf Eigenschaften. Beschreibe die genaue Formulierung aus Meister Vasubandhus Originaltext und erkläre jede von ihnen.

a.

b.

c.

d.

e.

7. Benenne die drei Arten von Karma: tugendhaftes, nicht tugendhaftes und neutrales Karma.

a.

b.

c.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

8. Erkläre Scham und Rücksicht und ihren Unterschied.

a.

b.

9. Nenne die Kurzform der 10 Untugenden, unterteilt nach den drei Toren des Ausdrucks

10. Nenne die drei Arten von Erfahrungen (in drei verschiedenen Zeiten), die aus Taten reifen (Karma):

a.

b.

c.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

11. Wähle drei schlechte Taten, eine für jedes der Tore, und erkläre jeweils die zugehörigen vier Auswirkungen:

1.

a.

b.

c.

d.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

2.

a.

b.

c.

d.

3.

a.

b.

c.

d.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

12. Was sieht man wirklich, gemäß der Nur-Geist-Schule, wenn man denkt, dass man das Sehvermögen des Auges und ebenso die äußeren physischen Formen wahrnimmt?

13. Erkläre, wie geistige karmische Samen gepflanzt werden, wo sie sich befinden und wo sie verbleiben, bis ihre Ergebnisse entstehen, gemäß der Nur-Geist-Schule.

a.

b.

c.

14. Es gibt viele Stellen in den Sutren, in denen der Buddha sagt, dass das gesamte Universum und alles darin „nur Geist“ ist. Die Nur-Geist-Schule folgerte aus dieser Aussage, dass es überhaupt keine äußeren physischen Objekte gibt. Beschreibe die beiden Dinge, die Buddha eigentlich meinte, als er sagte, dass alles „nur Geist“ ist.

a.

b.

Meditationsaufgabe: **15 Minuten pro Tag, analysiere die Probleme in deinem aktuellen Leben und entschieße dich, aus den Zusammenhängen von spezifischen Handlungen und deren Konsequenzen zu verstehen, was du in der Vergangenheit getan haben musst; dann überlege, wie du solche Handlungen in Zukunft gezielt vermeiden kannst.**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Hausaufgabe Klasse Zehn

1. Maitreya beschreibt in seinem Werk mit dem Titel Die höhere Linie sechs verschiedene Stufen im Prozess, wie die Tendenz des Anhaftens an jeglicher Art von Eigennatur Karma verursacht, und damit auch die Welt des leidenden Lebens. Beschreibe diese sechs Stufen
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.
 - f.

2. Beschreibe, wie die Konsequenz-Gruppe innerhalb der Schule des Mittleren Weges erklärt, was in diesem Fall geschieht. Benutze ihr Konzept der drei Teile, der drei wesentlichen Ursachen und der drei beitragenden Faktoren.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

3. Nenne und beschreibe die vier Teile eines Pfades der Tat, z.B. für den Akt des Tötens, wie ihn Meister Je Tsongkapa, der Meister Asanga folgt, erklärt.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.

4. Der zweite dieser vier Teile hat drei Teile. Nenne und beschreibe sie für den Akt des Tötens.
 - a.
 - b.
 - c.

5. Worauf bezieht sich die „grundlegendste Tugend“ oder „Ursprung der Tugend“?

6. Beschreibe, welche Person diese grundlegendste Tugend verlieren kann.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

7. Beschreibe zwei Taten, die den Verlust der grundlegendsten Tugend verursachen können.
 - a.

 - b.

8. Warum werden diese fünf Taten „unmittelbar“ genannt? Beschreibe auch die spezifische Art von Wiedergeburt, die diese Taten verursachen.

9. Beschreibe die Reihenfolge der Schwere der fünf unmittelbaren Untaten. Nenne vier Eigenschaften der Person, der du dein bestes Geben zukommen lässt, und gib jeweils Beispiele dafür.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

10. Nenne vier Eigenschaften der Person, der du dein bestes Geben zukommen lässt, und gib jeweils Beispiele dafür.

a.

b.

c.

d.

Meditationsaufgabe: **Wähle eine Person, die dir etwas Ärger bereitet. Übe, wie jeder der sechs verschiedenen Schritte, die von Lord Maitreya beschrieben werden, bei ihnen auftritt, wenn du dich ihnen gegenüber verärgert fühlst. Verbringe 15 Minuten pro Tag mit dieser analytischen Meditation.**

Datum und Zeit der Sitzungen (nur mit dieser Angabe werden die Hausaufgaben akzeptiert):



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Name:
Datum:
Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Quiz, Klasse Eins

1. Nenne die drei Hauptpfade.

2. Was sind die zwei Körper eines Buddhas?

3. Gibt es eine Beziehung zwischen den Drei Hauptpfaden und dem großen Siegel? Zwischen diesen dreien und der tantrischen Praxis?

(Siehe Fortsetzung auf der nächsten Seite)

4. Nenne die zehn Eigenschaften eines qualifizierten Lamas.

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

h.

i.

j.

5. Nenne die vier Gesetze von Taten (bzw. Karma).

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

3. Können die Idee von Karma (Ethik oder Moral) und die Idee von Leerheit gleichzeitig bestehen oder widersprechen sie sich?



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Name:
Datum:
Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Quiz, Klasse Vier

1. Nenne die Definition von Nirwana.

2. Was bedeutet hier „individuelle Analyse“?

3. Beschreibe die drei wichtigsten Punkte der Methode zum Erreichen von Nirwana.

a.

b.

c.

(Siehe Fortsetzung auf der nächsten Seite)



Name:
Datum:
Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Quiz, Klasse Fünf

1. Benenne die sechs vorbereitenden Übungen vor einer Meditations Sitzung. Achte darauf, sie nicht mit den „sieben Bestandteilen“ zu verwechseln, die wir in der nächsten Klasse näher betrachten werden.

a.

b.

c.

d.

e.

f.

2. Nenne die Sieben Bestandteile.

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

3. Welche Sechs Bedingungen müssen für die Meditation geschaffen werden? Nicht mit den Sechs Vorbereitungen verwechseln!

a.

b.

c.

d.

e.

f.

4. Nenne das erste der fünf Probleme bei der Meditation. Welche vier der acht Korrekturen werden als Gegenmittel verwendet?

Problem:

Die vier Korrekturen:

a.

b.

c.

d.



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Name:
Datum:
Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Quiz, Klasse Sechs

1. Nenne drei unterschiedliche Meditationen.

a.

b.

c.

2. Was bedeutet der Begriff „Lam-Rim“? Woher kommt er?

(Siehe Fortsetzung auf der nächsten Seite)



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Quiz, Klasse Acht

1. Das letzte der vier Argumente der vorwärts gerichteten Beweisführung beinhaltet großes Mitgefühl. Was ist der Unterschied zwischen großem Mitgefühl, heiligem großen Mitgefühl und einfach nur Mitgefühl?

2. Nenne drei Gründe, warum die Charvakas glaubten, dass der Geist stirbt, wenn der Körper stirbt.

a.

b.

c.

(Siehe Fortsetzung auf der nächsten Seite)

c.

d.

2.

a.

b.

c.

d.

3.

a.

b.

c.

d.



Name:

Datum:

Note:

The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Quiz, Klasse Zehn

1. Maitreya beschreibt in seinem Werk mit dem Titel Die höhere Linie sechs verschiedene Stufen im Prozess, wie die Tendenz des Anhaftens an jeglicher Art von Eigennatur Karma verursacht, und damit auch die Welt des leidenden Lebens. Beschreibe diese sechs Stufen
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.
 - f.

2. Beschreibe, wie die Konsequenz-Gruppe innerhalb der Schule des Mittleren Weges erklärt, was in diesem Fall geschieht. Benutze ihr Konzept der drei Teile, der drei wesentlichen Ursachen und der drei beitragenden Faktoren.

3. Nenne und beschreibe die vier Teile eines Pfades der Tat, z.B. für den Akt des Tötens, wie ihn Meister Je Tsongkapa, der Meister Asanga folgt, erklärt.

a.

b.

c.

d.

c.

d.

e.

f.

g.

h.

i.

j.

8. Definiere kurz die Perfektion der Weisheit

9. Definiere Zuflucht nehmen.

10. Nenne die kurze Definition des Wunsches nach Erleuchtung

11. Nenne die Definition von Nirwana.

12. Meister Dharmakirti (achtes Jahrhundert) sagt in seinem Haupttext zur buddhistischen Logik, dass zwei Voraussetzungen erfüllt sein müssen, damit Tantra funktioniert. Nenne diese beiden

a.

b.

13. Benenne die fünf Kapitel für unser Studium der Meditationspraxis.

a.

b.

c.

d.

e.

14. Nenne drei unterschiedliche Meditationen.

a.

b.

c.

15. Was bedeutet der Begriff „Lam-Rim“? Woher kommt er?

16. Nenne vier Teile der Praxis, wie man sich einem Lama anvertraut.

a.

b.

c.

d.

17. Welches sind die drei Prinzipien der Todesmeditation?

a.

b.

c.

18. Beschreibe kurz den Unterschied zwischen Buddhisten mit kleiner, mittlerer und großer Motivation.

19. Ist es wahr, dass alles in unserem jetzigen Leben Leid ist? Warum bzw. warum nicht?

20. Was sagt Buddha über den Zweck der buddhistischen Logik? (Bitte schreibe das exakte Zitat)
21. Nenne die Definition einer gültigen Wahrnehmung.
22. Was muss eine Person wissen, um „allwissend“ zu sein?
23. Welche Beweise haben wir, dass der Buddha „irrtumsfrei“ ist?
24. Erkläre die Bedeutung von „wesentlicher Ursache“.

25. Was ist das grundlegende Prinzip von Meister Dharmakirtis Beweisen zugunsten vergangener und zukünftiger Leben?

26. Nenne die beiden grundlegendsten Einteilungen von Karma oder Taten.

a.

b.

27. Benenne die drei Arten von Karma: tugendhaftes, nicht tugendhaftes und neutrales Karma.

a.

b.

c.

28. Nenne die Kurzform der 10 Untugenden, unterteilt nach den drei Toren des Ausdrucks

29. Nenne die drei Arten von Erfahrungen (in drei verschiedenen Zeiten), die aus Taten reifen (Karma):

a.

b.

c.

30. Wähle drei schlechte Taten, eine für jedes der Tore, und erkläre jeweils die zugehörigen vier Auswirkungen:

1.

a.

b.

c.

d.

2.

a.

b.

c.

d.

3.

a.

b.

c.

d.

31. Maitreya beschreibt in seinem Werk mit dem Titel Die höhere Linie sechs verschiedene Stufen im Prozess, wie die Tendenz des Anhaftens an jeglicher Art von Eigennatur Karma verursacht, und damit auch die Welt des leidenden Lebens. Beschreibe diese sechs Stufen

a.

b.

c.

d.

e.

f.

32. Beschreibe, wie die Konsequenz-Gruppe innerhalb der Schule des Mittleren Weges erklärt, was in diesem Fall geschieht. Benutze ihr Konzept der drei Teile, der drei wesentlichen Ursachen und der drei beitragenden Faktoren.

33. Nenne und beschreibe die vier Teile eines Pfades der Tat, z.B. für den Akt des Tötens, wie ihn Meister Je Tsongkapa, der Meister Asanga folgt, erklärt.

a.

b.

c.

d.

34. Der zweite dieser vier Teile hat drei Teile. Nenne und beschreibe sie für den Akt des Tötens.

a.

b.

c.

Diese Notizen wurden von einem Schüler während des Unterrichts erstellt und sollten nur als Referenz verwendet werden. Bitte prüfe und vergleiche sie mit den Video- bzw. Audio-Aufzeichnungen der Klassen auf Richtigkeit.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil Klasse Eins: Die Hauptlehren des Buddhismus

Originaltext und Autor:

LAM TSO NAM SUM *die Drei Hauptpfade*
Pfad Haupt die drei

Der Text ist auch bekannt als die *Hauptlehren des Buddhismus*

Autor: Je Tsongkapa (1357–1419)

Je Tsongkapa war der Lehrer des ersten Dalai Lama. Der Originaltext ist vier Seiten lang und ist ein Brief an seinen Schüler Tsako Wonpo, was „Bruder von Tsako“ bedeutet.

Der Kommentar zum Originaltext und der Autor:

Der Kommentar zum Originaltext wurde von Pabongka Rinpoche (1878–1941) geschrieben, dessen geheimer Name Dechen Nyingpo war. Pabongka Rinpoche war der Lehrer von Trijang Rinpoche, dem Tutor des 14. Dalai Lama. Die Einleitung des Kommentars wurde von einem Schüler Trijang Rinpoches, Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin (1921), verfasst.

Das Ziel in diesem Leben ist es, Leerheit direkt zu sehen. Indem du das tust, wirst du deine Erleuchtung erfahren und wenn es passiert (das heißt, wenn du den Zyklus deines derzeitigen Leids, das als *Sansara* (Sanskrit) bekannt ist, verlassen wirst. Die Erfahrung, Leerheit direkt zu sehen, wird durch intensives, tiefes Studium ausgelöst und gipfelt in einem tiefen meditativen Zustand, der etwa 20 Minuten andauert.

Die 3 Hauptpfade

Mit Pfad meinen wir eine Stufe der Verwirklichung, nicht einen Weg. Um die Buddhaschaft zu erreichen, musst du diese drei Pfade oder spirituellen Zustände verwirklichen.

1. NGEN JUNG Entsagung / Zurückweisung

Du musst zuerst erkennen, dass dieses Leben Leid ist. Alles, was du an Gutem oder Schlechtem getan hast (Handlungen werden als Karma bezeichnet), wird entsprechende gute oder schlechte Ergebnisse hervorbringen. Entsagung ist der erste Pfad. Er bedeutet: „Ich erkenne, dass nur geistige Dinge wichtig sind. Ich muss eine Lösung für die Probleme in diesem Leben finden – und ich weiß, dass das möglich ist.“ Es ist in Ordnung, Dinge in diesem Leben zu wollen – es kommt nur darauf an, wie du diese Dinge für dein letztendliches Ziel der Erleuchtung einsetzt. Zum Beispiel ist es in Ordnung, wenn du Geld willst, um anderen zu helfen. Du wirst wissen, dass du wahre Entsagung entwickelt hast, wenn du Tag und Nacht daran denkst, Freiheit von deinem Leid zu erlangen, und keine Anziehung mehr zu den sogenannten guten Dingen dieses Lebens verspürst.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Eins: Fortsetzung

2. **JANG CHUB KYI** **SEM** der Wunsch nach Erleuchtung
Erleuchtung Geist
Bodhichitta (skt.)

Der zweite Pfad ist der Wunsch, Erleuchtung zu erlangen, um anderen wirklich helfen zu können. Du siehst, dass alles um dich herum leidet und dass du sterben wirst. Du fühlst mit und willst anderen helfen. Er wird daher auch als „Ultimatives Mitgefühl“ bezeichnet.

Wenn du diesen Zustand erreichst, befindest du dich in einem Zustand ständiger, vollkommener Glückseligkeit und du wirst in der Lage sein, die Zukunft zu sehen und Gedanken zu lesen, so dass du anderen wirklich helfen kannst. Als Bodhisattva (Erleuchtungskrieger) ist es dein Ziel, das Paradies so schnell wie möglich zu erreichen, um anderen zu helfen. Als ein erleuchtetes Wesen kannst du andere Körper aussenden, um anderen zu helfen. Der Wunsch nach Erleuchtung ist kein egoistischer Wunsch – es ist das Beste, was du dir für dich und andere nur wünschen kannst.

3. **YANGDAKPAY** **TAWA** korrekte Sicht der Leerheit
rein, korrekt Weltanschauung
Leerheit

Der dritte Pfad besteht darin, ein korrektes Verständnis der Leerheit zu erlangen und eine Weltsicht zu entwickeln, die auf Leerheit basiert.

Diese drei Hauptpfade verändern dich und können dich zu einem erleuchteten Wesen machen.

Die Zwei Körper (Teile) eines Buddhas

1. **SUK KU** Physischer Körper eines Buddhas
Rupakaya (skt.)

Ein menschlicher Körper ist ein Unfall, der nur darauf wartet, dass etwas passiert. Man wird sterben – aber man weiß nicht, wann. Der menschliche Körper hat einen subtilen inneren unsichtbaren physischen Körper, der aus „Chakren“ und „innerem Wind“ besteht. Durch tantrische Praxis kannst du deinen Körper in den einer tantrischen Gottheit verwandeln. Wenn du deine Gelübde einhältst, die Gesetze von Karma verstehst und Güte und Mitgefühl praktizierst, wird sich dein Körper allmählich in den Körper eines Engels verwandeln, der wie Licht ist. Sobald du den physischen Körper eines Buddhas erlangt hast, kannst du grenzenlos andere Körper ausstrahlen, um anderen zu helfen.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Eins: Fortsetzung

3. **NYER** **SHIWA**
tiefer Frieden

Er sollte Weisheit oder ein außergewöhnliches Verständnis von Leerheit und Karma erlangt haben.

4. **YUNTEN** **HLAKPA**
spirituelle schaften Eigen- besser als

Der Lehrer muss geistige Eigenschaften haben, die über die des Schülers hinausgehen, damit er ihm helfen kann.

5. **TSUNCHE**
Anstrengung

Der Lehrer sollte Freude daran haben, gute Dinge zu tun. Er sollte begeistert sein, dich zu unterrichten, und es wirklich genießen, dir zu helfen. Er sollte bereit sein, dies kostenlos zu tun.

6. **LUNG** **GI** **CHUK**
spirituelles Wissen reich

Der Lehrer muss die heiligen Bücher gut kennen und ein umfassendes Wissen über alle großen Themen haben. Er muss intensiv studiert haben und über ein großes Wissen verfügen, um dir helfen zu können.

7. **DE-NYI** **RABTOK**
Leerheit wahrgenommen

Dies ist die wichtigste Eigenschaft. Wenn der Lehrer dies verstanden hat, ist er für immer verändert. Das ist eine extrem seltene Errungenschaft. Wenn der Lama Leerheit nicht direkt gesehen hat, solltest du zumindest jemanden finden, der ein tiefes intellektuelles Verständnis von Leerheit hat. Beachte, dass die allgemeine Etikette von verwirklichten Wesen darin besteht, nicht zuzugeben, dass sie Leerheit direkt gesehen haben. Du musst dein Urteil also darauf stützen, wie der Lama die Leerheit beschreibt und beurteilen, ob dies mit der Beschreibung in den Schriften übereinstimmt oder nicht.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Eins: Fortsetzung

8. **MAKE DEN**

guter Lehrer

Der Lehrer muss in der Lage sein, sich gut auszudrücken und auf einem für den Schüler geeigneten Niveau zu kommunizieren.

9. **TSEWAY** **DAKNYI**

Liebe Bild von

Der Lehrer sollte dich Dharma lehren, weil er dich liebt, unabhängig davon, was du denkst oder tust.

10. **KYOWA** **PANG**

Müde niemals

Der Lehrer sollte sehr geduldig sein und es sollte ihm egal sein, wie oft er dir Dharma-Konzepte erklären muss.

Du musst versuchen, einen Lama zu finden. Ohne einen Lehrer kannst du nicht lernen. Finde einen qualifizierten Lama, dann widme dich ihm und verpflichte dich zu ernsthafter Praxis. Es ist sehr schwierig, jemanden zu finden, der alle Eigenschaften besitzt. Der Schlüssel ist, jemanden zu finden, der zumindest die ersten drei hat (Moral, meditative Konzentration, Weisheit, Verständnis der Leerheit).

Drei Eigenschaften eines guten Schülers

Wie in den *400 Versen* von Aryadeva beschrieben:

1. Frei von Vorurteilen – bereit, sein Weltbild zu überdenken, kritisch zu denken und offen für neue Möglichkeiten zu sein.
2. Intelligent im spirituellen Sinne – Ein guter Schüler sollte einen hohen spirituellen IQ haben. Er sollte sich zum Beispiel fragen: Woher kommen wir? Warum passieren schlimme Dinge? Er sollte spirituell neugierig sein.
3. Er muss hohe Ansprüche an das Leben haben – er sollte sich mit dem Tod beschäftigen und damit, wie man das Leid beenden kann.

Der Kreislauf des Lebens

Das Ziel ist es, diesem Kreislauf des Lebens oder Sansara (skt.), zu entkommen.

KORWA Sansara

im Kreis gehen

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Eins: Fortsetzung

Der Kreislauf des Lebens ist der Zustand, durch die Macht des Karmas und der Geistesgifte gezwungen zu sein, die unreinen Teile, die ein leidendes Wesen ausmachen, immer wieder anzunehmen. Die Wesen werden in Sansara alt, sterben und verändern sich, hilflos. Sie haben keine Kontrolle. Wenn du dich aus Sansara befreist, musst du nicht alt werden und die Dinge werden auf eine neue Weise funktionieren.

Um aus Sansara auszubrechen, muss man Leerheit verstehen, was die Art und Weise, wie man Phänomene betrachtet und wie man lebt, verändern wird. Zum Beispiel ist es der menschliche Instinkt, zurückzuschreien, wenn man angeschrien wird. Aber wenn du Leerheit verstehst, wirst du nicht zurückschreien.

Wenn du die Erfahrung, Leerheit direkt zu sehen, nutzt, wirst du in der Lage sein, aus dem Kreislauf des Lebens auszubrechen.

Die acht weltlichen Gedanken

Diese weltlichen Gedanken ruinieren deine spirituelle Praxis:

1. Glücklich sein, wenn man etwas bekommt.
2. Unglücklich sein, wenn man etwas nicht bekommt.
3. Glücklich sein, wenn man sich gut fühlt.
4. Unglücklich sein, wenn man sich nicht gut fühlt.
5. Glücklich sein, wenn man berühmt wird.
6. Unglücklich sein, wenn dich niemand kennt.
7. Glücklich sein, wenn die Menschen gut über dich reden.
8. Unglücklich sein, wenn die Menschen schlecht über dich reden.

Wenn dich oben genannte Gedanken quälen, wirst du deine spirituelle Praxis ruinieren. Es geschehen ständig Dinge, die du als gut oder schlecht empfindest – mach dir keine Gedanken darüber. Verschlimmere die Hochs oder Tiefs nicht – akzeptiere sie einfach und konzentriere dich auf deine Praxis.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Eins: Fortsetzung

Die Vier Gesetze von Karma

1. **LE NGEPA** Karma ist definitiv
Karma definitiv

Wenn du gute Dinge aus Güte tust, können sie niemals zu einem schlechten Ergebnis führen. Wenn man Dinge mit einer schlechten Motivation tut, werden die Ergebnisse schlecht sein.

Lass dich nicht vom äußeren Schein täuschen. Auch wenn es manchmal so aussieht, als würden Lügen funktionieren, tun sie das nicht immer - es sollte also klar sein, dass Lügen im Allgemeinen nicht helfen.

2. **LE PEL CHEWA** Die Folgen sind größer als die Handlungen
Karma wird immer größer

Karmische Dinge funktionieren wie organisches Wachstum. Kleine Irritationen können zu etwas Großem auswachsen und sich über Jahre hinweg auswirken.

3. **LE MAJEPÄ DANG MI TREPA** Von nichts kommt nichts

Wenn du kein Karma machst, dann wird dir auch nichts passieren. Wenn du zum Beispiel kleine negative Taten vermeidest, hast du die große positive Auswirkung, dich vor zukünftigen karmischen Schmerzen zu bewahren. Wenn du dich nicht sehr anstrengst, wirst du auch keine großen Veränderungen bewirken. Du musst ein Experte im Einhalten von Gelübden werden. Wenn du die Bodhisattva-Gelübde nicht kennst oder einhältst, wirst du dich nicht verändern.

4. **JEPÄ CHU MISAWA** Hast du einmal Karma geschaffen, verschwindet es nie wieder von selbst.

Du zeichnest alles auf, was du tust – du kannst den Folgen deiner Handlungen nicht entkommen. Die Möglichkeiten, eine karmische Handlung zu begehen, sind, sie mit dem Körper zu begehen, Worte zu sagen oder etwas zu denken. Gedanken sind rohes Karma. Das ultimative Karma ist der Gedanke, also musst du deine Gedanken kontrollieren. Wenn du denkst, sammelst du Karma an. Die einzige Ausnahme, der vollen Wucht einer karmischen Konsequenz zu entgehen, ist die Reinigung oder die Vier Kräfte. Die Vier Kräfte beschreiben, wie du dich von den Folgen deines vergangenen negativen Karmas reinigen kannst.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Zwei: Die Hauptlehren des Buddhismus

Bodhichitta – Ultimatives Mitgefühl

JANGCHUB

Bodhi

Buddha

KYI SEM

Chitta (skt.)

Geist

Der Wunsch nach Erleuchtung zum Wohle aller Lebewesen (so dass man anderen wirklich helfen kann).

Dieser Wunsch, ein Buddha zu werden, kann lange vor dem tatsächlichen Erreichen der Buddhaschaft auftreten. Wahres Bodhichitta ist ein seltener spiritueller Durchbruch – es ist eine mystische Erfahrung, die von Visionen begleitet wird und extrem schwer zu erreichen ist. Man sieht sich selbst wirklich alles tun, was anderen hilft, indem man die Buddhaschaft erreicht. Dies erfordert Meditation und nicht nur die direkte Hilfe für andere. Der Bodhisattva hat nur eines im Sinn – seine ganze Energie darauf zu verwenden, das Ziel zu erreichen und dabei andere im Blick zu haben. Bodhichitta bringt dich auf einen einspurigen Kurs, bei dem jede Handlung auf die Erleuchtung ausgerichtet ist. Unweigerlich wirst du auch anderen helfen.

Sieben Schritte zur Entwicklung von Bodhichitta

Die sieben Schritte der Ursache-Wirkung-Methode zur Entwicklung von Bodhichitta sind:

1. **MARSHE**

Erkenne, dass alle anderen Wesen deine Mutter gewesen sind. Deine Mutter hat dich geboren und dich mit all deinen Grundfunktionen ausgestattet, indem sie sich jede Minute um dich kümmerte. Jedes Wesen auf der Welt ist, unzählige Male deine Mutter gewesen. Dein Geist hatte keinen Anfang und hat kein Ende. So bist du jede Art von Wesen unzählige Male gewesen, ohne dass es einen Anfang gab.

2. **DRINDEN**

Rückbesinnung der Güte

Denke an die ultimative Güte deiner Mutter, die das physische Material zur Verfügung gestellt hat, um dir einen menschlichen Körper zu geben, mit dem du Erleuchtung erlangen kannst, die Möglichkeit, das Leid zu beenden. Nachdem du dich also daran erinnerst hast, dass alle anderen Wesen deine Mutter gewesen sind, erinnere dich an ihre Güte.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Zwei: Fortsetzung

3. **DRINSO**

Güte zurückgeben

Überlege, wie du die Güte deiner Mutter zurückzahlen kannst. Dankbarkeit ist im Buddhismus eine hohe spirituelle Ebene, ein wunderbares Gefühl. In den Schriften wird man als Monster betrachtet, wenn man nicht daran denkt, Güte zurückzuzahlen.

4. **YI-ONG** **JAMPA**

schöne Liebe

Liebe alle Menschen mit der Intensität einer Mutter für ihr einziges Kind. Wenn eine Mutter nur ein Kind haben könnte, würde dieses eine Kind für sie hübsch oder schön aussehen, egal was es ist. Das Kind sieht für die Mutter „yiong“ aus. Wenn man das von jedem denkt, ist das ein hoher Zustand (und sehr schwer zu erreichen). „Jampa“ bedeutet Liebe – man möchte dem Kind alles geben oder es mit allem versorgen, was man kann.

5. **NYINGJE** **CHENPO**

Mitgefühl groß

Denk daran, dass du alle Probleme beseitigen willst, unter denen die Menschen leiden. Hilf ihnen, Probleme zu erkennen und loszuwerden (z.B. lehre sie, wie man Geistesgifte und die Tyrannei schlechter Gedanken vermeidet). Elend wird durch den eigenen Geist verursacht – du willst anderen helfen, dies zu verhindern, indem du den unreinen Teil des Geistes stoppst.

6. **HLAKSAM** **NANDAK**

höchst persönliche Verantwortung

Denke: „Ich werde mein Bestes tun, um ihr Leid zu lindern und ihnen zu geben, was sie brauchen und es ist mir egal, wenn mir niemand dabei hilft.“ Dies ist eine große persönliche Entscheidung, nicht länger zu warten und Zeit zu verschwenden.

7. **SEMKYE**

Erfülle dir den Wunsch, so schnell wie möglich erleuchtet zu werden, damit du anderen zeigen kannst, wie sie sich befreien können.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Zwei: Fortsetzung

Durch Studium und tantrische Praxis wirst du erkennen, wie wichtig es ist, die Erleuchtung so schnell wie möglich zu erreichen. Nach der Erleuchtung wirst du mehrere Körper haben und in der Lage sein, Gedanken zu lesen, um anderen zu helfen. Im Lam Rim heißt es „Iss zuerst“. Das Konzept ist vergleichbar mit dem eines Vaters, der alles isst, um die nötige Kraft zu bekommen, um Nahrung für die ganze Familie zu finden. Mit anderen Worten: du wirst anderen nicht wirklich helfen können, wenn du ihnen nicht zeigen kannst, wie sie den Kreislauf des Leids verlassen können. Du musst den Zustand erreichen, der dir ermöglicht, dies zu tun.

Drei Versionen des abhängigen Entstehens

TENDREL

abhängiges Entstehen

Dinge geschehen aufgrund von Abhängigkeit. Dinge erscheinen aufgrund von etwas anderem. Zuerst musst du diesen positiven Aspekt der Existenz der Dinge verstehen, der die Kehrseite der Leerheit ist (der negative Aspekt – d.h. alles ist leer, da nichts aus sich selbst heraus existiert, ohne dass es in Abhängigkeit entstanden ist). Dann wirst du verstehen, warum die Dinge nicht aus sich selbst heraus existieren, so wie wir normalerweise denken. Um Befreiung und Glück zu erlangen, musst du Leerheit direkt sehen.

Es gibt 3 Varianten des abhängigen Entstehens:

1. **Die Gruppe der Funktionalisten**, die sich zusammensetzt aus:
 - a) Die Abhidharma-Schule
 - b) Die sutristische (logische) Schule
 - c) Die Nur-Geist-Schule

Von den vier großen Schulen Indiens sind dies die unteren Schulen. Sie glauben, dass die Dinge in dem Sinne abhängig sind, dass sie von Ursachen und Bedingungen abhängen. Sie glauben zum Beispiel, dass ein Baum von einem Samen (Ursache) sowie von Sonnenlicht und Wasser (Bedingungen) abhängt. Dies erfasst jedoch nicht die gegenseitige Abhängigkeit von unveränderlichen Dingen, wie dem leeren Raum. Dieses Verständnis beseitigt jedoch nicht das Unglück. Dies ist nicht ausreichend.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Zwei: Fortsetzung

2. Die **Unabhängigkeitsgruppe** besteht aus der Sautantrika Madhyamika, die die untere Hälfte der Schule des Mittleren Weges darstellt.

Die Unabhängigkeitsgruppe ist der Ansicht, dass etwas abhängig entstanden ist, wenn es von seinen Teilen abhängt. Diese Definition ist besser, da sie auch Dinge umfasst, die keine Ursachen haben, wie Leerheit und leerer Raum. Der Raum ist auch dann noch da, wenn die Planeten verschwinden. Die Teile des Raums sind seine Richtungen. Das Unglück ist damit aber noch nicht beseitigt.

3. Die **Konsequenz Gruppe** besteht aus dem Prasangika Madhyamika, der höheren Hälfte der Schule des Mittleren Weges. Dies ist die Schule von Lord Buddha, dem Dalai Lama und den tantrischen Schulen.

Diese Schule glaubt an die Macht der Konsequenzlogik – Dinge zu beweisen, indem man die Konsequenzen falscher Ideen aufzeigt. Die Konsequenz Gruppe glaubt, dass alles abhängig ist, weil es als Projektion des eigenen Verstandes existiert, als eine Projektion, die einem durch das vergangene Karma aufgezwungen wird.

Nimm zum Beispiel deinen Arm. Dein Geist nimmt den fleischfarbenen Zylinder als deinen Arm wahr. Der Arm hat nichts an sich, was ihm seine „Armhaftigkeit“ verleiht – er ist vielmehr deine Projektion. Wäre dein Karma schlechter, würdest du ihn nicht als menschlichen Arm wahrnehmen, sondern eher als so etwas wie ein Hundebein (d.h. wenn du das Karma hättest, ein Hundeleben zu führen). Mit anderen Worten: was du siehst, hängt vom Zustand deines Geistes ab. Was du siehst und erlebst, wird durch deinen Geist und dein Karma verursacht. Der Arm entsteht in Abhängigkeit von einer vernünftigen Basis und der Projektion des Geistes. Wäre dein Karma anders oder würde es sich verschieben, würde sich der Arm in ein Hundebein „verwandeln“.

Oder stell dir vor, du siehst deinen Chef, der dich anschreit. Objektiv gesehen, besteht alles, was geschieht, aus einem Strom lauter Klänge mit hoher Dezibelzahl und winkenden Körperteilen. Der Chef ist leer von jeglicher Existenz. Dein Geist zwingt dich, die Situation als eine wütende Person zu sehen, die dich anschreit. Dein Verstand und dein Karma haben die Situation verursacht. (Eine andere Person – z.B. dein Feind – würde dies vielleicht nicht als eine „schlechte“ Situation wahrnehmen).

Wenn du zurückschreist, hältst du den Schmerz aufrecht und legst den Grundstein dafür, dass du dies in Zukunft wieder erleben wirst. Wenn du freundlich bist und nicht zurückschreist, kannst du den Kreislauf des Leids durchbrechen.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Zwei: Fortsetzung

Alles ist abhängig entstanden (eine Projektion, die dir von deinem Geist und vergangenem Karma aufgezwungen wurde). Nichts ist nicht in Abhängigkeit entstanden. **Du kannst das Karma für dich selbst erzeugen, um eine erleuchtete Existenz in die Zukunft zu projizieren.**

Drastische karmische Verschiebungen können innerhalb von Minuten auftreten:

Leben -> Sterben -> Bardo-Reich -> Wiedergeburt -> Neue Projektion des Geistes

Dieser Prozess kann innerhalb von Minuten ablaufen und deine Projektionen radikal verändern. Deshalb ist es so wichtig, erleuchtet zu werden, solange man es noch kann.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil Klasse Drei: Zuflucht im Buddhismus

Die Perfektion der Weisheit

Bezieht sich auf die Sutras der Perfektion der Weisheit, die sich auf die Leerheit konzentrieren. Es bezieht sich auch auf die 6. der Sechs Perfektionen.

SHERAB KYI	PARUL TU	CHINPA
Weisheit	andere Seite	gegangen nach
<i>Prajnya</i>	<i>Paramita (skt.)</i>	

Die Weisheit, die auf die Andere Seite Geht, bezieht sich auf die Weisheit, die dich vollkommen macht.

Die Perfektion der Weisheit ist das Wissen einer Person des Großen Weges, mit der sie Leerheit wahrnimmt und die von dem Wunsch nach Erleuchtung (Bodhichitta) durchdrungen ist.

Das Sehen der Leerheit, auf das hier Bezug genommen wird, muss nicht direkt sein – es kann auch intellektuell sein. Der Große Weg bezieht sich auf den Mahayana-Weg, Dinge zum Nutzen aller anderen fühlenden Wesen zu tun.

Ursprungstext und Autor:

NGUNTOK	GYEN	Ornament der Verwirklichung
Verwirklichung	Ornament	
<i>Abhisamaya</i>	<i>Alamkara (skt.)</i>	

Autor: Jetsun Jampa Lord Maitrya ist der zukünftige Buddha
 Lord Maitreya
 liebepoll

Der Text wurde von Lord Maitreya gelehrt:

Pakpa	Tokme	(~350 AD)
<i>Arya</i>	<i>Asanga (skt)</i>	
	unaufhaltsam	

Pakpa Tokme transkribierte den Text.

Der Kommentar und sein Autor:

Der Kommentar zum Ursprungstext wurde von Kedrup Tenpa Dargye (1493 – 1568) verfasst und trägt den Titel *Analyse der Vollkommenheit der Weisheit*. Kedrup Tenpa Dargye war ein Verfasser von Lehrbüchern für das Kloster Sera Mey.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Drei: Fortsetzung

Zuflucht

KYAMDRO

Zuflucht nehmen bedeutet, dass man sich an ein Objekt außerhalb seiner selbst wendet, in der Hoffnung, dass dieses Objekt einem hilft. Normale Zuflucht beinhaltet in der Regel Angst und ein Objekt, das hilft, dich zu schützen (z.B. gehst du zur Polizei, um Hilfe zu erhalten). Im Buddhismus sind die Drei Juwelen die Zuflucht. Andere Zufluchtsorte (z.B. Menschen, Behörden, Geld usw.) sind nicht von Dauer.

Die Drei Juwelen sind: das Buddha-Juwel, das Dharma-Juwel und das Sangha-Juwel.

Dharma-Juwel

Eine Wahrheit oder Realität, die sich auf den Großen Weg und die erleuchtete Seite der vier Wahrheiten bezieht und die entweder eine Beendigung oder einen Pfad beinhaltet.

Das Dharma-Juwel ist das wichtigste der Drei Juwelen. Dein Verständnis und die Verwirklichungen in deinem Geist und im Geist der anderen schützen dich.

Besonders wichtig ist die direkte Wahrnehmung der Leerheit. Während dieser 20-minütigen Erfahrung siehst du den Tag deiner Erleuchtung, wie viele zukünftige Leben du vor deiner Erleuchtung haben wirst, und du weißt, dass du einem Buddha direkt begegnet bist. Sobald du einen Blick auf die Leerheit geworfen hast, wirst du unter guten Bedingungen geboren, angetrieben durch die Kraft deines guten Karmas.

Du erlangst eine Beendigung der Zweifel am Buddhismus in Form eines dauerhaften Endes. Du erkennst, dass deine Wahrnehmung richtig ist und du wirst deine ganze Kraft darauf verwenden, andere zu retten. Ein Beispiel für einen Pfad wäre das Erreichen der wahren Entsagung, der als Pfad der Anhäufung bekannt ist.

Die fünf Pfade

1. **Anhäufung** – kultiviere Tugend, Entsagung und Bodhichitta. Du hast wahre Entsagung erreicht, wenn du unaufhörlich daran denkst, dein Leid zu beenden.
2. **Vorbereitung** – Erreichen eines intellektuellen Verständnisses der Leerheit
3. **Sehen** – die direkte Wahrnehmung der Leerheit

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Drei: Fortsetzung

4. **Gewöhnung** – nutze deine Wahrnehmung, um Geistesgifte dauerhaft zu beseitigen; nutze deine Erfahrung, um dein Leben neu zu gestalten.
5. **Nicht mehr Lernen müssen** – Nirwana oder Erleuchtung, je nach dem Grad deiner Praxis. Hinayana-Praktizierende erreichen das Nirwana. Mahayana-Praktizierende erreichen volle Erleuchtung und Buddhaschaft.

Sangha-Juwel

Jeder, der Leerheit direkt gesehen hat, ist das Sangha-Juwel. Suche Schutz bei denen, die die Leerheit direkt gesehen haben, was große Anstrengungen, Training und Meditation erfordert. Wenn du sie selbst direkt siehst, wirst du zu jemandem, zu dem andere beten.

Buddha-Juwel

Der Buddha sieht alles, was existiert (trügerische Realität – Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft) und die Leerheit von allem (ultimative Realität) zur gleichen Zeit. Wenn du kein Buddha bist, kannst du Leerheit selbst und die trügerische Realität nicht gleichzeitig wahrnehmen. Buddhas sind nicht allmächtig, sondern allwissend. Sie helfen durch Lehren.

Das gemeinsame Thema der Drei Juwelen ist die Leerheit, die den Schutz darstellt. Du selbst lieferst die Realität – die Dinge haben keine inhärente eigene Realität. In schlechten Situationen musst du Liebe und Mitgefühl haben. Was geschieht, ist ein Produkt deines Karmas. Nimm Zuflucht und bewahre ein Verständnis der Leerheit.

Arten der Beschreibung von Bodhichitta

Die erste Art, den Wunsch in zwei Typen zu unterteilen:

1. **MUNSEM** Der Wunsch in Form einer Absicht/Gebet
Gebetszustand des Geistes
2. **JUKSEM** Der Wunsch durch Handlung
In die Handlung kommen

Es gibt zwei Stufen: wie ein Bodhisattva zu denken und Gelübde abzulegen und wie ein Bodhisattva zu handeln.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil Klasse Drei: Fortsetzung

Die zweite Art, den Wunsch in zwei Typen zu unterteilen:

1. **KUNDZOB SEMKYE**
trügerisches Bodhichitta

Der Wunsch, wie er normalerweise genannt wird. Er ist trügerisch, da er sich auf Objekte konzentriert, die als trügerische Realität existieren, so wie sie von einem durchschnittlichen Menschen gesehen werden. Wenn man eine Person sieht, denkt man, sie sei eine selbst-existente Person. Für einen normalen Menschen ist das Objekt eine Täuschung, auch wenn der normale Mensch helfen will.

2. **DUNDAM SEMKYE**
absolutes Bodhichitta

Der Wunsch in seiner ultimativen Form, was ein Codewort für die direkte Wahrnehmung der Leerheit ist.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Vier: Zuflucht im Buddhismus

Nirwana

NYUNDRIP

Geistesgifte

MALUPAR

in ihrer
Gesamtheit

PANGPAY

eliminiert

SO-SOR

eines nach dem
anderen

TANGOK

die 4 Arya
Wahrheiten

Nirwana (**NYANGDE** auf Tibetisch) wird definiert als „die dauerhafte Beendigung, in der man die Hindernisse der Geistesgifte aufgrund der eigenen individuellen Analyse vollständig beseitigt hat.“

Die „individuelle Analyse“ bezieht sich auf die Verwirklichung der verschiedenen individuellen Details der Vier Arya-Wahrheiten, eines nach dem anderen, nach der direkten Wahrnehmung der Leerheit. Nachdem man die Leerheit direkt gesehen hat, ist man ein „Strom-Eintretender“ oder Arya (wörtlich: jemand, der die Leerheit gesehen hat).

Die vier Arya-Wahrheiten

1. Alles ist Leid in diesem Reich
2. Du siehst die Ursache des Leids (Geistesgifte)
3. Du siehst das Ende des Leids
4. Du siehst die Ursache für das Ende des Leids (den Pfad)

Um Nirwana zu erreichen, musst du alle Geistesgifte beenden. Leerheit direkt zu sehen, gibt dir diese Fähigkeit.

Dein geistiges Kontinuum ist ein Produkt deiner karmischen Samen und deiner Konfiguration oder des Abdrucks in deinem Geist. Die Abdrücke kommen zusammen oder konfigurieren sich und führen zu Ergebnissen. Jede Wahrnehmung, die du hast, ist eine Reifung karmischer Samen. Nachdem du Leerheit direkt gesehen hast, wirst du nichts anderes mehr tun, als so zu denken, zu sprechen und sich so zu verhalten, dass positive Prägungen entstehen, die zur Konfiguration deines Nirwanas führen.

Nirwana ist das Auslöschen aller negativen Prägungen und Samen. Die Leerheit gibt dir die Einsicht, beständig Tugend zu üben und positive Prägungen und Potenziale zu pflanzen. Ohne dieses Wissen hast du nicht genug Kraft, um Nirwana zu erreichen. Sie gibt dir die Fähigkeit, keine negativen Prägungen mehr zu erzeugen.

Notizen

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Klasse Vier: Fortsetzung

Arten von Nirwana

1. **HLAKCHE NYANGDE** Nirwana mit etwas Übriggebliebenem
etwas hat Nirwana

Dies wird auch als Nirwana mit Rest bezeichnet. Damit ist der Zustand des Nirwana gemeint, in dem man noch einen Körper besitzt, der durch unreines Karma entstanden ist.

Der Körper besteht aus **Fünf Haufen** oder Ansammlungen von Stoffen.

- a) Körperliche Form
- b) Gefühle (sensorisch, emotional, Freude, Schmerz)
- c) Unterscheidungsvermögen (den Unterschied zwischen zwei Dingen zu erkennen)
- d) Hauptverstand (Bewusstsein, Sinne, mentale Funktionen)
- e) Andere Faktoren

Fühlen und Unterscheiden sind zwei der 46 geistigen Funktionen – sie werden besonders hervorgehoben, weil diese beiden geistigen Funktionen dein Leid verursachen.

2. **HLAKME** **NYANGDE** Nirwana mit nichts, was übrig bleibt
Etwas, das übrig geblieben ist nichts Nirwana

Dies bezieht sich auf das Nirwana, wo man keinen solchen Körper mehr besitzt.

3. **NI-NEPAY** **NYANGDE** Nirwana, das nicht bleibt
nicht bleibt Nirwana

Dies bezieht sich auf das Nirwana, das weder im Extrem des Leids noch in der reinen Glückseligkeit verbleibt. Es ist das Nirwana eines vollkommen erleuchteten Wesens.

SITA – Rand des Rades - das Extrem des Leids, wo wir jetzt sind.

SHITA – Friedensrand - das Extrem des Friedens, das sich auf das Nirwana des Niedrigeren Weges (Hinayana) bezieht, wo eine Person ihre Geistesgifte für immer beseitigt, aber keine vollständige Erleuchtung erlangt hat.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Vier: Fortsetzung

Drei Pfade zum Nirwana

1. Übe dich in der Weisheit, die Leerheit zu erkennen.
2. Führe das oben genannte Training unter dem Einfluss von guter Moral und Konzentration (Meditation) durch.
3. Werde sehr vertraut mit den Verwirklichungen, die du siehst, wenn du Leerheit direkt wahrnimmst.

Das Objekt, das wir verneinen

GAKJA – das Objekt, das wir leugnen,; ein selbstexistierendes Ding. Leugnen

Object

Das ist das, was wir glauben, dass es da draußen ist, was aber nicht wirklich da ist. Leerheit ist die Abwesenheit von etwas. Sie ist ein negativer Zustand. Ein „gakja“ ist das, was wir verneinen. Ohne zunächst zu wissen, was ein selbst-existierendes Ding ist, kann man nicht beweisen, dass es nicht da ist. Das ist notwendig, um Leerheit zu sehen.

Ein Gakja ist etwas, das aus sich heraus existiert. Unsere übliche Vorstellung ist, dass Objekte aus sich selbst heraus existieren. Das ist jedoch nicht wahr – Dinge existieren nur in Abhängigkeit von etwas. Dinge existieren in Abhängigkeit von Teilen, Ursachen oder Projektionen. Die Dinge existieren nicht, indem sie ihre eigene Natur ausstrahlen. Die Dinge sind leer von jeder selbst-existierenden Natur.

Wenn du eine negative Emotion hast, denkst du, sie käme aus sich heraus. Aber das ist nicht wahr. Du siehst die Dinge als eine Projektion, die dir durch dein vergangenes Karma aufgezwungen wurde.

Arten von Lebewesen

Es gibt diejenigen, die Leerheit nicht gesehen haben und diejenigen, die sie gesehen haben.

1. **SOSO** **KYEWO**
gewöhnliche Person

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Vier: Fortsetzung

2. **JETOP** **JANGSEN** **PAKPA**
nach dem Erhalt Bodhichitta Arya

Ein Bodhisattva, der Leerheit direkt gesehen hat. Dennoch erscheinen ihm die Dinge immer noch als selbst-existent, aber er glaubt nicht, was er sieht

3. **TONGNYI** **NGUNSUM** **DU** **TOKPAY** **LOPA**
Leeheit direkt in Siehe Praktizierender

Eine Person, die kein Buddha ist, aber in der direkten Wahrnehmung der Leerheit ist

Um Leerheit direkt zu sehen, gibt es verschiedene Stufen. Zuerst muss man ein ethisches Leben führen. Dies ermöglicht es, sich klar zu konzentrieren und tiefe Meditation zu erreichen (ein unethisches Leben hat subtile Auswirkungen auf den Geist, die tiefe Meditation verhindern). Tiefe Meditation ermöglicht, Leerheit zu sehen.

Die Metapher der Zaubershow

In der Metapher der Zaubershow wirft ein Zauberer einen kleinen Stock auf den Boden und spricht einen Zauberspruch, so dass die Menschen, die dort stehen, den Stock als Pferd oder Kuh sehen. Andere Personen, die später hinzukommen, sehen den Stock nicht als Tier, weil sie nicht dabei waren, als der Zauber gesprochen wurde.

Die Zuschauer des Zaubers sind wie Menschen, die Leerheit noch nicht direkt gesehen haben, da sie die Dinge als selbst-existent sehen und auch glauben, dass sie es sind. Der Zauberer ist wie ein Bodhisattva, der die Leerheit direkt gesehen hat – die Dinge erscheinen ihnen als selbst-existent, aber sie glauben nicht, was sie sehen. Die später Hinzugekommenen sind wie jemand, der kein Buddha ist, sich aber in der direkten Wahrnehmung der Leerheit befindet: die Dinge erscheinen ihnen weder als selbst-existent, noch glauben sie zu diesem Zeitpunkt, dass sie selbst-existent sind.

Beweise der Leerheit

In der buddhistischen Logik gibt es vier Elemente für einen Beweis:

- 1) Grundlage der Betrachtung
- 2) Behauptung des Merkmals
- 3) Begründung
- 4) Beispiel

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Vier: Fortsetzung

#1 und #3 müssen eine Verbindung herstellen. # Nr. 2 und Nr. 3 müssen gültig sein. Wenn #3 gilt, dann muss auch #2 gelten. Wenn du #2 negierst, negiert dies auch #3. Jedes Element muss einzeln annehmbar sein.

Zum Beispiel:

- 1) Betrachte die Sonne
- 2) Die Sonne ist nicht blau
- 3) Die Sonne ist gelb

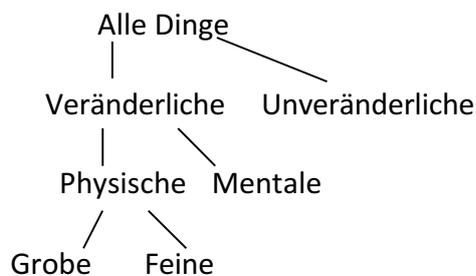
Die Leerheit des Einen oder der Vielen

Der Gegenstand bzw. die Grundlage des Beweises sind die „drei Erkenntnisse“.

- 1) Betrachte die drei Erkenntnisse
- 2) Die drei Erkenntnisse existieren nicht wirklich (d.h. sie sind nicht selbst-existent)
- 3) Weil sie nicht wirklich als eins existieren, noch existieren sie wirklich als viele
- 4) Sie sind zum Beispiel wie die Reflexion eines Bildes in einem Spiegel

Wenn man etwas als Singular widerlegt, dann widerlegt man automatisch auch etwas als Plural. Daher müssen wir beweisen, dass die drei Erkenntnisse nicht wirklich als eine Sache existieren.

Dinge können wie folgt organisiert werden: Alle



Wenn etwas Teile hat, dann kann es nicht als ein Ding für sich existieren, da das Ding in Abhängigkeit von seinen Teilen existiert. Daher müssen wir beweisen, dass alle Dinge Teile haben.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Vier: Fortsetzung

Grobstoffliche Dinge haben Teile, also können sie nicht als Einheit existieren. Feinstoffliche physikalische Dinge (wie Atome) haben ebenfalls Teile (z.B. oben und unten in einem Atom), so dass sie nicht als Einheit existieren können. Geistige Dinge sind aus Momenten zusammengesetzt. Der Strom der Momente sind die Teile der geistigen Dinge. Unveränderliche Dinge wie Leerheit, leerer Raum und Beendigungen haben ebenfalls Teile. Die Teile der Leerheit sind die Leerheiten aller verschiedenen Dinge (alle Dinge haben eine Leerheit). Der leere Raum hat Richtungen. Es gibt verschiedene Arten von Beendigungen. Daher hat Alles Teile.

Damit haben wir bewiesen, dass es kein einziges Ding gibt, das wirklich existiert (denn alle Dinge haben Teile und Dinge mit Teilen existieren nicht wirklich als ein Ding). Und da wir bewiesen haben, dass kein einziges Ding wirklich existiert, folgt daraus, dass die Dinge auch nicht wirklich als viele existieren.

Tantra

Der offene Weg des Buddhismus und der geheime Weg des Buddhismus (Tantra) dürfen nicht vermischt werden. Es gibt zwei Elemente, die vorhanden sein müssen, damit Tantra funktionieren kann:

1. Die Person, die das Tantra gesprochen hat, muss ein Wesen von außergewöhnlicher spiritueller Kraft sein.
2. Die Person, die das Tantra praktiziert, muss ein sehr reines Leben führen

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil Klasse Fünf: Angewandte Meditation

GOMPA Gewöhnung

Den Geist auf etwas Spirituelles fixieren, damit der Geist von den Eigenschaften des spirituellen Objekts durchdrungen und geprägt wird

SAMTEN

Die 5. der Sechs Perfektionen – Meditative Konzentration.

Es gibt drei Reiche in Sansara: das Reich der Begierde, das Formreich und das formlose Reich. Die Menschen befinden sich im Reich der Begierde. Strebe in deiner Meditation danach, die 1. Ebene des Formreiches zu erreichen, wo du die direkte Wahrnehmung der Leerheit erfahren kannst.

TING NGE DZIN

Samadi (skt)

Die Fähigkeit, den Geist für einen Moment auf etwas Bestimmtes zu konzentrieren.

SHI-NE

Shamata (skt)

Die höchste Form von *Samadhi*

Mit *shiney* kann man Erleuchtung erlangen. Es gibt neun Stufen in dieser Meditation (die weiter unten besprochen wird). Wenn du sie erreichst, richte die Konzentration auf die Leerheit.

Fünf Teile einer jeden Meditation

1. Vorbereitung auf den Beginn der Meditation (die sechs Vorübungen)
2. Die sechs Bedingungen für eine ideale Meditationsumgebung
3. Die richtige Haltung für die Meditation einnehmen
4. Sich während der Meditation auf den eigentlichen geistigen Prozess einlassen
5. Wähle das Objekt der Meditation

Diese werden im Folgenden näher erläutert.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Fünf: Fortsetzung

Vorbereitung für den Beginn – die sechs Vorbereitungen

1. **NEKANG** **CHI DANG** **TEN** **DRAM** Einen heiligen Platz einrichten
Platz reinigen und einrichten Altar

2. **CHUPA** Darbringungen machen

3. **KYAMDRO** **SEMKYE** Zuflucht suchen und Bodhichitta üben
Zuflucht suchen chitta

Entwickle den Wunsch nach Erleuchtung (Bodhichitta), während du in meditativer Haltung verweilst.

4. **TSOKSHING** **SELDEB** Visualisieren von Verdiensten
Versammlungsort anflehen

Visualisiere die versammelten Lamas und heiligen Wesen – diejenigen, zu denen du Zuflucht suchst.

5. **TSOKSAK** **DRIPJANG** Energie ansammeln und Hindernisse bereinigen
gemeinsam sammeln Hindernis bereinigen

Dieser Prozess setzt sich aus sieben Elementen zusammen und wird als die **Sieben Zutaten** bezeichnet (siehe unten).

6. **SULNDEP** Um Segnungen der Heiligen Wesen bitten
bitten

Bitte die Lamas (die du dir vorstellst), dich zu segnen (*jinlap*). Bitte sie, dir zu helfen, deine spirituellen Fähigkeiten zu steigern (z.B. Leerheit zu sehen).

Die sieben Zutaten

Sie bündeln das positive Potenzial und reinigen die Hindernisse. Das Ziel der spirituellen Praxis ist es, den Geist zu verändern. Dies ist der 5. Schritt der sechs Vorstufen.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Fünf: Fortsetzung

1. **CHAKTSEL** Verneigung
Verneige dich vor den heiligen Wesen, dem Dharma (den Lehren) und der Sangha (denjenigen, die Leerheit direkt gesehen haben).
2. **CHUPA** Opfertgaben an die Heiligen Wesen visualisieren
3. **SHAKPA** Bekenntnis
Öffne dich – bekenne deine schlechten Taten, um Negativität zu entfernen. Erinnerung dich daran, dass du Zuflucht genommen und Bodhichitta erzeugt hast, erinnere dich an deine vergangene Unfreundlichkeit und bebedauer die Taten. Dies ist der einzige Schritt der sieben Bestandteile, der mit der Beseitigung/Reinigung von Hindernissen zu tun hat (die anderen haben mit dem Ansammeln von positiver Energie zu tun).
4. **YI-RANGWA** sich über die guten Taten von sich und anderen freuen
5. **CHUNKOR** **KORWAR** **KUL** um Unterweisungen bitten
Dharma - Rad drehen bitten
Bitte Heilige Wesen zu lehren.
5. **SULNDEP** bitte Heilige Wesen in deiner Nähe zu bleiben.
6. **NGOWA** Widmung
Widme das Gute, das du zum Wohle aller Wesen getan hast.

Die sechs Bedingungen für die Umgebung

1. **TUNPAY** **YUL** Sich an einem Ort aufhalten, der die Konzentration fördert
Vorderlich Ort
Zum Beispiel Orte, die ruhig und sicher sind.
2. **DUPA CHUNGWA** Wenig Wünsche haben:
Kultiviere eine Haltung, in der du nicht viele Dinge brauchst (d.h. du lebst einfach).

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Fünf: Fortsetzung

3. **CHOK SHEPA** Mit den Dingen zufrieden sein, die man hat.

4. **JA MANG PANG** zuviel Aktivität aufgeben
Aktivitäten zu viele aufgeben

Verzichte darauf, zu sehr zu beschäftigen zu sein – mache nur das Nötigste, um dich nicht von der Meditation abzulenken.

5. **TSULTRIM DAKPA** Beibehaltung einer ethischen Lebensweise.
Ethik rein

Negative Energie wirkt sich nachteilig auf deine Konzentration aus. Deshalb solltest du ethisch leben. Dharma zu lehren ist die höchste Tugend.

6. **NAMTOK PANG** gib Sinnesobjekte auf
Sinnesobjekte aufgeben

Versuche, dich von den sechs Sinnen zurückzuziehen – ziehe den Geist zurück und löse dich von der Anhaftung an sinnliche Dinge.

Die Acht-Punkte-Haltung

1. **KANGPA KYILNTRUL** Kreuze die Beine, wie du kannst.
Beine gekreuzt

Normalerweise bedeutet es voller Lotus oder halber Lotussitz, aber es geht darum, so zu sitzen, wie man kann und den Geist nicht von der Konzentration abzulenken.

2. **MIK MIYE MIDZUM** Halte die Augen nicht ganz offen oder geschlossen.

Halte sie leicht geöffnet – so vermeidest du Ablenkungen von außen und verhinderst, dass du einschläfst. Du solltest keine visuellen Ablenkungen im Blickfeld haben.

3. **LU DRANG** Setz dich gerade hin. Die Notwendigkeit, gerade zu sitzen, hat mit dem feinen spirituellen Körper zu tun.

4. **TRAKPA NYAM** Halte die Schultern gerade (beide auf gleicher Höhe).

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Fünf: Fortsetzung

5. **SO MITU MIMA** Achte darauf, dass der Kopf weder nach oben noch nach unten geneigt ist.
6. **SU CHU RANGLUK** Lasse Zähne und Lippen in ihrer natürlichen, lockeren Stellung. Presse den Kiefer nicht zusammen – entspanne dich.
7. **CHE YASOY RANGLUK** Die Zunge sollte sich in einer natürlichen Position befinden, nahe dem oberen Gaumen hinter den Vorderzähnen.
8. **UK JUNG - NGUP** Den Atem vollständig beruhigen. Jeden Atemzug zählen, mit der Ausatmung beginnend

Die Gewöhnung an die Meditationshaltung ist sehr hilfreich, denn sie hält diese Variablen fest. Halte die linke Hand unter der rechten Hand – dies hat wiederum mit dem subtilen spirituellen Körper zu tun und wird im Tantra weiter besprochen.

Die fünf Hindernisse und ihre Beseitigung

- 1: **LELO** Faulheit - keine Lust zu meditieren.

Gegenmittel:
 - a) **DEPA** Glaube an die Ergebnisse der Meditation (sich auf den fünf Pfaden bewegen).
 - b) **DUNPA** Entscheide, dass du ein guter Meditierender sein willst, weil du die Ergebnisse willst.
 - c) **TSUNDRU** Bemühe dich, ein guter Meditierender zu sein, weil du die Ergebnisse haben willst.
 - d) **SHINJANG** (geübte Leichtigkeit) – Wenn du genug meditiert hast, wird es dir leicht fallen und du fühlst dich gut dabei und genießt es.

2. Das Objekt verlieren.

Gegenmittel: Rufe das Objekt zurück.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Fünf: Fortsetzung

3. **JINGGU** Dumpfheit oder Unruhe (grob oder subtil)

Fixierung ist die Fähigkeit, den Geist auf sein Objekt zu fixieren.

Klarheit bedeutet, wie klar der Geist ist, nicht wie klar die Visualisierung ist. Intensität ist eine Frage des Grades.

JINGWA Dumpfheit	RAKPA grob	Grobe Dumpfheit ist Fixierung ohne Klarheit.
----------------------------	----------------------	--

JINGWA Dumpfheit	TRAMO subtil	Subtile Dumpfheit ist Fixierung und Klarheit, aber mit einem Mangel an Intensität.
----------------------------	------------------------	--

Dumpfheit ist der größte Feind, denn sie kann einem vorgaukeln, dass man Fortschritte macht (aber in Wirklichkeit macht sie dümmer).

Gegenmittel:

SHESHIN	Wachsamkeit
----------------	-------------

4. **DU MIJEPA** Du unterlässt es, Maßnahmen zur Beseitigung von Dumpfheit oder Unruhe zu ergreifen, wenn du es solltest:

Gegenmittel: Halte den Fokus. Bemühe dich, Dumpfheit oder Unruhe zu korrigieren.

5. Korrekturen vorzunehmen, wenn es nicht notwendig ist, dies zu tun. Dies kann durch Zweifel verursacht werden, die es schwierig machen, den Geist in der einsgerichteten Konzentration zu halten

Gegenmittel: Selbstvertrauen in das, was du tust.

Die 9 Stufen von Shamata

Dies sind die neun Stufen der Verwirklichung, die zu vollständigem Shamata führen.

1. **SEM JOKPA** Sich auf das Objekt konzentrieren

In diesem Stadium richtest du deine Gedanken auf das Objekt, aber der Geist kann seine Konzentration kaum aufrechterhalten. Grafisch lässt sich das folgendermaßen darstellen: * * * * *

(Die Positionen der * bedeuten Momente der Konzentration auf das Objekt und die Zwischenräume bedeuten Momente, in denen die Konzentration fehlt).

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Fünf: Fortsetzung

2. **GYUNDU JOKPA** Richte deine Gedanken auf ein Objekt im Geistesstrom

Hier werden die Konzentrationszeiten länger und können grafisch dargestellt werden durch: - - - - -

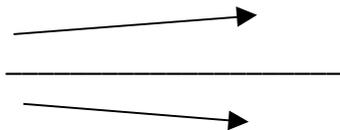
3. **LENTE JOKPA** Konzentrationsflecken

Hier bist in der Lage, dich länger auf das Objekt zu konzentrieren und dich zurückzurufen, um die Lücken schnell zu schließen, wenn deine Konzentration nachlässt:

— — — —

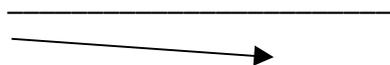
4. **NYEWAR JOKPA** Den Geist eng an das Objekt binden.

Hier hast du eine gute Fixierung und Klarheit, aber eine geringe Intensität. Du hast grobe Unruhe (Pfeil oberhalb der Linie) und Dumpfheit (Pfeil unterhalb der Linie), die wie folgt dargestellt werden:



5. **DULWAR JEPÄ** Den Geist unter Kontrolle bringen, um ihn zu zähmen
Zähmen tun

Du hast eine gute Wachsamkeit und verlierst das Objekt nicht mehr. Gute Fixierung und Klarheit, aber noch nicht sehr intensiv. Es gibt immer noch eine subtile Dumpfheit, die aus einer zu starken Zählung der groben Erregung resultiert, dargestellt durch:



6. **SHIWAR JEPÄ** Den Geist beruhigen
Frieden tun

Du hast eine starke Wachsamkeit und kannst die subtile Unruhe erkennen, die aus der Anhebung des Geistes aus dem vorherigen Zustand resultiert.



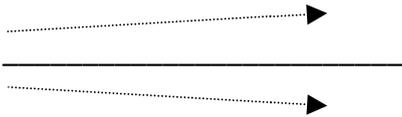
Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Fünf: Fortsetzung

7. **NAMPAR SHIWA JEPÄ** Mache den Geist ganz ruhig
vollständig Frieden tun

Rückholkraft und Wachsamkeit sind vollkommen, es gibt nur eine sehr schwache, subtile Dumpfheit oder Unruhe



8. **TSE CHIKTU JEPÄ** Den Geist auf einen Punkt ausrichten
ein Punkt tun

Es ist mühelos, konzentriert zu bleiben, sobald man den Geist dorthin gebracht hat. Es erfordert nur minimale Anstrengungen, um dorthin zu gelangen.



9. **NYAMPAR JOKPA** Mühelos in der Meditation verweilen
gleichmäßig Geist ausrichten

Du verweilst mühelos in der Meditation, automatisch, ohne Anstrengung. Dies ist die letzte Stufe von Shamata und ist erforderlich, damit du Leerheit direkt sehen kannst

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Sechs: Angewandte Meditation

Drei Arten der Meditation

Der Geist ist wie ein Spiegel. Deine Meditation muss einen Inhalt haben. Es ist sinnlos, über nichts zu meditieren.

Es gibt drei Arten der Meditation:

1. **JOKGOM** Einsgerichtete Meditation

Richte deine Gedanken auf ein Objekt oder eine Idee. Erfolg kommt von Zielstrebigkeit (sogar in weltlichen Dingen). Visualisiere zum Beispiel Buddha. Beginne mit der Silhouette, dann das Gesicht, die Farben, den Atem, den Geruch, die Wärme – es ist eine Meditation mit allen Sinnen. Spüre das ganze Wesen. Das ist echte Jokgom.

2. **SHARGOM** Rückblickende Meditation

Zum Beispiel, indem du dir Bilder in einer bestimmten Reihenfolge vor Augen hältst. Schaffe neue Gewohnheiten, indem du die Zusammenhänge durchdenkst. Wenn du zum Beispiel die Meditation über den Tod Revue passieren lässt, wird dies neue Gedanken in deinem Geist erzeugen.

3. **CHEGOM** Analytische Meditation

Dies ist eine Problemlösungsmeditation. Stelle dir eine buddhistische Frage und untersuche sie von allen Seiten. Frage dich zum Beispiel, was die wichtigste buddhistische Sache ist, die zu tun ist? Ringe jeden Tag mit der Frage – intellektuelles Hinterfragen. Löse die Frage. Sobald du dich für die Antwort entschieden hast, wende die Jokgom-Meditation an.

Lam Rim Meditation

LAM **RIM** Schritte auf dem Pfad zur Erleuchtung
Pfad Schritte

Dies ist das wichtigste Objekt der Meditation. Der Name stammt aus den Sutras von Buddha über die *Perfektion der Weisheit*. Sie geben eine bestimmte Reihenfolge vor, der man folgen soll – Schritte in der spirituellen Entwicklung (obwohl manche diese Idee anfechten). Wie bei jeder anderen Tätigkeit (z. B. Klavierspielen) braucht man einen Lehrer, Anleitung und Übung. Im Buddhismus ist die Praxis sehr subtil. Wenn du alle Schritte befolgst, musst du erleuchtet werden.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Sechs: Fortsetzung

Das Lam Rim deckt die Theorie des Buddhismus und die traditionellen Lehren in einer vollständigen, wenn auch verkürzten Weise ab. Das Studium, das auf den Schritten basiert, wird als LAM RIMPA bezeichnet.

Das Lam Rim umfasst Teile der fünf großen Texte, die die Grundlage des Geshe-Studiums bilden. „Tsen Nyipa“ ist der Pfad des Mönchs, der sich auf Beweisführungen stützt, wie es in den großen Klöstern der Fall ist. Tsen Nyipa deckt die gleichen Inhalte wie Lam Rimpa ab, mit sehr großer Tiefe und Detailgenauigkeit. Die Ergebnisse sind daher viel größer, wenn du bereit bist, hart zu arbeiten und die Details zu verstehen, wie es ein Geshe tut.

Jede der vier großen Schulen in Indien bot Studien in Verbindung mit Meditation und Retreats an. Jeder, der die nötige Ausdauer hat, kann große Leistungen erbringen. Die fünf großen Texte sind:

1. **PARCHIN** Perfektion der Weisheits Sutras (*Prajnaparamita*, skt.)

Dies ist das Studium der unteren Hälfte der Schule des Mittleren Weges (der Unabhängigkeitsschule) und dauert 12 Jahre im Kloster.

2. **UMA** Mittlerer Weg (*Madhyamika*)

Dies ist das Studium der oberen Hälfte der Schule des Mittleren Weges, die die höchsten Lehren über die Leerheit enthält und der Nur-Geist-Schule (4 Jahre im Kloster).

3. **DULWA** Gelobte Moral (*Vinaya*)

Das ist das Studium der Ethik, um ein moralisches Leben zu führen. Vorstellung der Detailistenschule (2 Jahre im Kloster).

4. **DZU** Höheres Wissen (*Abhidharma*)

Dies ist eine Enzyklopädie der buddhistischen Philosophie aus der ersten der vier großen Schulen, die Themen wie die Teile des Geistes, die Entstehung des Universums, Zeit, Kosmologie, Karma, Meditation und Geistesgifte behandelt (2 Jahre im Kloster).

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Sechs: Fortsetzung

5. TSEMA Logik und Wahrnehmung (*Pramana*)

Im traditionellen Studiengang sind jedes Jahr drei oder vier Monate dem Studium der Logik und der Wahrnehmung gewidmet, basierend auf dem Sutrist der Logikschule. Theorien der Wahrnehmung, wie sie funktioniert und warum wir Dinge erkennen, sind sehr wichtig zu verstehen, um das direkte Sehen der Leerheit zu erleichtern. Wie man klar denkt, ist ein Tor zum Sehen. Dieses Studium gipfelte normalerweise in den Winterdebatten.

Das Lam Rim ist eine Abkürzung für alle fünf großen Texte. Um ein Lehrer zu sein, ist es notwendig, die fünf großen Texte in allen Einzelheiten zu kennen, um in der Lage zu sein, dem zu begegnen, was in der Meditation auftaucht.

Lama Meditation

YUNTEN gute Spiritualität	SHIR grundlegende Eigenschaften	GYURMA Buch über	Die Quelle All Meiner Güte
--	--	----------------------------	----------------------------

In diesem Buch geht es um die Quelle aller subtilen Tugenden. Die Quelle aller Güte ist dein Lama oder Lehrer.

Das erste Lam Rim bespricht die Vorteile der Hingabe an deinen Lama. Du musst diese Person finden. Er muss qualifiziert sein und sollte eine enge Beziehung zu dir haben, um deine Fortschritte zu überwachen. Alle großen spirituell verwirklichten Wesen haben Mentoren.

Um über das Lam Rim zu meditieren, mach eine rückblickende Meditation und dann eine einsgerichtete Meditation.

Die 4 Schritte der Lama Meditation:

1. **DEPA** **JANGWA** Entwickle Vertrauen und Bewunderung für deinen Lama
entwickeln

Überprüfe den Lama und sieh, ob er weiß, wovon er spricht. Komme zu einem Punkt, an dem du Vertrauen in den Lama hast, weil du den Lama gründlich überprüft hast. Sobald du zufrieden bist, entwickle Vertrauen in deinen Lama. Sei vorsichtig mit deiner Wahl; du wirst wie er denken und werden wie er.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Sechs: Fortsetzung

4. GUPA KYEWA Entwickle Ehrfurcht vor deinem Lama

Du wirst diese Hingabe spüren – sie ist ein wichtiges Zeichen der spirituellen Entwicklung. Er hat jahrelang geduldig gewartet und sich darauf vorbereitet, dich zu führen, damit du Hingabe spürst

Das Wesentliche in diesem Leben nehmen

Was sollte deine Motivation in diesem Leben sein? Es gibt drei Teile, die Essenz dieses Lebens zu nehmen, wie im Lam Rim besprochen.

1. Schritte, die mit denjenigen geteilt werden, die über geringere Fähigkeiten verfügen – Motivation, sich von den niederen Reichen fernzuhalten und eine Wiedergeburt in den niederen Reichen zu vermeiden.
2. Gemeinsame Schritte mit denjenigen, die über eine mittlere Kapazität verfügen – Motivation zur Vermeidung jeglicher Wiedergeburt, um ihrer selbst willen.
3. Schritte für diejenigen, die über große Fähigkeiten verfügen – Motivation, anderen zu nützen; niedere Reiche und Wiedergeburt zu vermeiden und jedem Lebewesen zu helfen, dasselbe zu tun. Dies besteht aus zwei Teilen: zu lernen, wie ein Bodhisattva zu denken, und zu lernen, wie ein Bodhisattva zu handeln.

Meditation über den Tod

Dies ist ein Teil des Lam Rim.

1. Der Tod ist sicher. Nur deine Taten werden bleiben. Mache eine rückblickende Meditation, dann eine einsgerichtete Meditation - versuche, an jemanden zu denken, der nicht gestorben ist. Verstehe diesen Punkt.
2. Es gibt keine Gewissheit, wann du sterben wirst.
3. Wenn du stirbst, kann dir nur das Dharma helfen.

Die drei Trainings

Moral, Konzentration und Weisheit (Verständnis der Leerheit).

Moral ist die Grundlage für die beiden anderen Trainings. Man muss Moral haben, um sich gut zu konzentrieren, was notwendig ist, um Leerheit direkt zu sehen.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Sechs: Fortsetzung

Stille und Einsicht

Stille (*Shamata* in Sanskrit und *Shi-ne* auf Tibetisch) ist jene Zielstrebigkeit, die durch tiefe, auf ein Objekt gerichtete Meditation von der außergewöhnlichen Glückseligkeit praktizierter Leichtigkeit durchdrungen ist.

Einsicht (*Vipashyana* in Sanskrit und *Hlak-tong* auf Tibetisch) ist jene Weisheit, die voll des außergewöhnlichen Glücks praktizierter Leichtigkeit durch die Kraft der Analyse ihres Objekts ist und die auf Stille beruht.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Sieben: Fortsetzung

Das heißt, ein Buddha, jemand, der Gedanken lesen kann, kann über andere Menschen urteilen, aber kein normaler Mensch sollte versuchen, über einen anderen normalen Menschen zu urteilen, denn er wird versagen und in die niederen Reiche fallen. Ein normaler Mensch sollte nicht über andere Menschen urteilen, aber er kann ihre Handlungen beurteilen. Ein normaler Mensch kann nie sicher sein, warum ein anderer etwas tut. Kenne die Grenzen deiner direkten Wahrnehmung.

Arten der gültigen Wahrnehmung

1. **NGUNSUM TSEMA** Direkte Wahrnehmung

Das ist die direkte Wahrnehmung von Dingen wie Farben, Formen, Klängen – die scheinbare Realität. Die Wahrnehmung von scheinbaren Objekten (NGUNGYUR).

Dies unterscheidet sich von der Leerheit, die schwer zu sehen ist und den subtilen Auswirkungen des Karmas, die sehr schwer zu sehen sind.

2. **JEPAK TSEMA** deductive gültige Wahrnehmung
deduktiv gültige Wahrnehmung

Eine auf Deduktion beruhende Wahrnehmung ist genauso gültig oder richtig wie eine direkte Wahrnehmung. Deduktive Wahrnehmung wird verwendet, um verborgene oder tief verborgene Objekte wahrzunehmen.

Um Leerheit zu sehen, beginne mit einer deduktiven Wahrnehmung und gehe dann zu einer direkten Wahrnehmung über. Gewöhne dich daran, dass deduktive Wahrnehmungen gültig sind. Eine direkte Wahrnehmung der Leerheit verleiht jedoch eine gewisse Kraft, einschließlich des Sehens der Vier Arya - Wahrheiten. Die Wirkung auf den Geistesstrom ist nicht dieselbe wie bei einer deduktiven Wahrnehmung.

KOKGYUR Die verborgenen realitäten, die verborgene Ebene der Realität
(zweite Ebene der Realität)

Ein Beispiel ist die Leerheit selbst. Für erleuchtete Wesen gibt es kein kokgyur – alles ist direkt.

Für einen Blinden ist alles kokgyur – es ist eine tiefere Ebene der Realität, eine geistige Wahrnehmung.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Sieben: Fortsetzung

SHINTU KOKGYUR tief verborgene Realität

Ein Beispiel dafür ist das sehr subtile Wirken des Karmas – Ebenen der Realität, die durch Deduktion nur schwer zu erkennen sind. Beweise zum Beispiel zuerst, dass der Buddha nicht lügt. Dann verwende diese Tatsache und weitere Aussagen, um Wahrheiten abzuleiten. Zum Beispiel hat Lord Buddha die Wahrheit gesagt, dass alles Leid ist (niemand sonst hat das gesagt), was ihm ein gewisses Maß an Glaubwürdigkeit verleiht. Von allen Wesen beschreibt nur Lord Buddha unser tägliches Leid genau. Das allein erlaubt uns zu glauben, dass er möglicherweise unfehlbar ist, was man von denen, die unser Leid nicht auf diese Weise beschreiben, nicht behaupten kann.

Das christliche Gottesbild besagt, dass er allwissend und allmächtig ist. Dies wirft jedoch Fragen zu bestimmten Phänomenen auf, z. B. „warum sterben Babys?“. Nach buddhistischer Auffassung sind die Buddhas allwissend, aber nicht allmächtig. Sie wissen, was richtig und was falsch ist, was Freude und was Schmerz bringt. Sie verstehen und lehren den Pfad, der aus dem Leid herausführt. Das ist eine schöne Vorstellung von Allwissenheit – jemand, der genau weiß, was wir in unserem Verhalten und unserer Weltanschauung aufgeben müssen und was wir in unserem Verhalten und unserer Weltanschauung annehmen müssen.

Die berühmte Eröffnungsrede von Meister Dignaga lautete wie folgt:

„Ich verneige mich vor dem Beschützer, dem zur Glückseligkeit Gegangenen, dem Lehrer, demjenigen, der den Lebewesen nützen will und demjenigen, der zu jenem mit gültiger Wahrnehmung geworden ist.“

Definition der Gültigen Wahrnehmung – ein frischer, unverfälschter Geisteszustand.

Definition einer Person der Gültigen Wahrnehmung – ein erleuchtetes Wesen (sie haben nur gültige Wahrnehmungen), mit der Konnotation einer Person, die nicht lügen kann.

Drei Hauptmethoden, um zu zeigen, dass der Buddha Recht hat

1. Die Lehren können durch keine direkte gültige Wahrnehmung widerlegt werden.
2. Die Lehren können durch keine hieb- und stichfeste Argumentation (Logik) widerlegt werden.
3. Die Lehren sind frei von jeder inneren Widersprüchlichkeit

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Sieben: Fortsetzung

Drei Grundregeln für die Interpretation des Buddhas

1. Wahre Absicht: Der Buddha muss etwas Bestimmtes im Sinn gehabt haben, als er etwas sagte, das nicht wörtlich gemeint war.
2. Widerspruch: Die Aussage muss im Widerspruch zu dem stehen, was wir wissen, dass es tatsächlich wahr ist.
3. Notwendigkeit: Es muss eine zwingende Notwendigkeit oder einen Zweck geben, dem der Buddha diene, als er etwas sagte, das eigentlich nicht wahr ist.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil Klasse Acht: Der Beweis für zukünftige Leben

Drei Arten des Mitgeföhls

1. **NYING JE** Mitgeföhls
karuna (skt.)

Der Wunsch, dass andere von allem Leid befreit werden

2. **NYINGJE CHENPO** Großes Mitgeföhls
maha karuna (skt.)

Der Wunsch, dass alle anderen von allem Leid befreit werden und die Entscheidung, dies selbst zu erreichen. Arbeite dein ganzes Leben lang daran und konzentriere dich jede Sekunde darauf, anderen zu helfen. Wir sollten diesen Zustand anstreben – mit dem Gedanken: wenn ich erleuchtet bin, werde ich Körper aussenden, um anderen zu helfen. Diese Ebene des Mitgeföhls ist selten.

3. **TUKJE CHENPO** Heiliges Großes Mitgeföhls

Das Mitgeföhls eines erleuchteten Wesens: von jemandem, der tatsächlich allen Lebewesen hilft. Diese Art des Mitgeföhls ist der Geistesstrom eines erleuchteten Wesens, das alles Notwendige tut, um automatisch und ohne Gedanken zu helfen. Es ist das Ergebnis eines außergewöhnlichen Karmas.

Die Entwicklung dieser drei Stufen dauert in der Regel ein Leben lang.

Die Charvaka-Ansicht

Die Charvakas glaubten aus drei Gründen nicht an zukünftige Leben:

1. Der Geist ist eine Eigenschaft des Körpers (so, wie die Fähigkeit, jemanden betrunken zu machen, eine Eigenschaft des Alkohols ist)
2. Der Geist hängt vom Körper ab (so, wie ein Bild an der Wand hängt).
3. Der Geist ist ein Ergebnis des Körpers, wie eine Lampe und ihr Licht.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Acht: Fortsetzung

Die materielle Ursache des Geistes

NYERLEN	GYI GYU	Das, was zu einem Ergebnis wird
Material	Ursache	

Zum Beispiel wird aus einem Samen ein Baum oder aus Ton ein Topf. Was ist das „materielle“ Material, das zu deinem Geist wurde? Das Bewusstsein, das du vor einer Stunde hattest, wurde zu dem Bewusstsein, das du jetzt hast. Jeder Moment ist ein Samen für den nächsten Moment des Bewusstseins. Was ist mit dem ersten Moment des Bewusstseins bei der Empfängnis?

Dein Geist ist nicht durch den Körper begrenzt - er hat ein Bewusstsein darüber hinaus. Der Geist hat die Fähigkeit, sich zu erinnern und logisch zu wissen, dass es eine gewisse Wahrscheinlichkeit für ein Ergebnis gibt. Der Geist/das Bewusstsein ist nicht physisch und unterscheidet sich vom Körper. Das Bewusstsein ist rein und kontinuierlich. Bewusstsein ist unbeschreiblich und kann nicht verletzt werden – es ist einfach da. Der Geist hat eine Beziehung zum Körper, aber er ist nicht dasselbe wie der Körper. Der Geist ist etwas anderes als der Körper (unsichtbar, jenseits der Grenzen des Körpers, kristallines Bewusstsein).

The mind has no beginning – this explains how Buddhists understand causation. There is no original cause.

Der Geist hat keinen Anfang – das erklärt, wie Buddhisten Kausalität verstehen. Es gibt keine ursprüngliche Ursache.

Warum kann die Ursache deines Geistes nicht lebende physische Materie sein?

WANGPOY	SUK
Sinneskraft	lebend

Es muss eine Ähnlichkeit oder Kontinuität zwischen Ursache und Wirkung bestehen. Lebendige physische Materie, wie z. B. die Teile des Körpers, ist mit unseren Sinneskräften des Sehens, Riechens, Schmeckens, Fühlens und Hörens verbunden. Tut der Geist das auch? Nein. Es gibt keine Ähnlichkeit. Ohne Ähnlichkeit gibt es keine Ursache-Wirkung-Beziehung. Da der Geist nicht mit der lebenden Materie, die mit den Sinneskräften verbunden ist, gleichzusetzen ist, ist er anders, daher ist dein gegenwärtiges Bewusstsein nicht das Ergebnis der lebenden Materie.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Acht: Fortsetzung

Warum kann die Ursache für deinen Geist nicht außerhalb der physischen Materie liegen?

CHIY	SUK
äußere	Form

Kann der Geist durch Chemikalien erzeugt werden? Das ist noch nie geschehen. Nichtlebende physische Materie wurde nicht verwendet, um ein neues, unbeschreibliches Bewusstsein zu schaffen, das unsichtbar ist, einen immer gegenwärtigen Geist.

Warum kann die Ursache deines Geistes nicht ein anderer Geistesstrom sein?

SHEN	GYI GYU
anderer	Geistesstrom

Stammt zum Beispiel dein Geist vom Geist deiner Eltern ab? Wenn deine Neigungen andere sind als die deiner Eltern, zeigt das, dass eure Geistesströme unterschiedlich sind.

Letzten Endes ist das Bewusstsein eine Projektion des Geistes – eine viel detailliertere Erklärung dessen findet sich im Studium der Madhyamika.

Der Geist im Tod

Im Moment des Todes hat ein normaler Mensch aufgrund von Unwissenheit Begierden. Wenn die Person stirbt, bewirkt das Gefühl des Verlangens, dass der Geist in das nächste Leben als eine Fortsetzung des ähnlichen Geistes übergeht.

Der Beweis für zukünftige Leben

Die drei Teile von Meister Dharmakirtis Hauptbeweis für zukünftige Leben sind wie folgt:

1. Betrachte den Geist eines normalen Menschen zum Zeitpunkt des Todes
2. Dieser Geist wird in einen zukünftigen Geist übergehen
3. Weil dieser Geist ein Verlangen besitzt

Drei Arten von Verlangen

Es gibt drei Arten des 8. Glieds der Kette vom Rad des Lebens:

1. Sehnsüchtiges Verlangen – ein Gefühl des Verlangens, bei dem du aus Unwissenheit wünschst, ein attraktives Objekt nicht zu verlieren, für das du bereit bist, jemanden zu verletzen.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Acht: Fortsetzung

2. Verlangen aus Angst – ein Gefühl des Verlangens, bei dem du aus Unwissenheit wünschst, ein unangenehmes Objekt zu vermeiden, selbst wenn es jemanden verletzt.
3. Verlangen nach Existenz – ein Gefühl des Verlangens, bei dem du aus Unwissenheit wünschst, dass das „Ich“ weiter existiert; dies geschieht im Moment des Todes, wenn du von der Angst ergriffen bist, dass dein Dasein endet.

Vier Ebenen der Fokussierung auf das Selbst

Die Art und Weise, wie man sich beim Tod auf sich selbst konzentriert, ist der Schlüssel dazu, warum Verlangen Karma auslöst.

1. Sich auf eine gewöhnliche Weise auf sich selbst zu konzentrieren – „das bin ich“ – löst kein bestehendes Karma aus, um ein Ergebnis wie Wiedergeburt zu erzeugen.
2. Sich selbst in einer unwissenden Weise zu sehen – d.h. selbst-existent – und dann zu glauben, dass man auf diese Weise existiert, löst bestehendes Karma für eine Wiedergeburt aus.
3. Sich selbst als selbst-existent zu sehen, aber nicht zu glauben, was man sieht, da man zuvor Leerheit direkt gesehen hat, löst Wiedergeburt aus.
4. Weder sich selbst als selbst-existent zu sehen noch zu glauben (Buddhas oder jemand, der Leerheit direkt wahrnimmt), löst keine Wiedergeburt aus

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Neun: Wie Karma funktioniert

Für Klasse Neun gibt es keine Notizen.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Zehn: Wie Karma funktioniert

Die Verbindung zwischen Leerheit und Karma

Lord Maitreya beschrieb sechs verschiedene Schritte in dem Prozess, durch den die Tendenz, an einer Selbstnatur festzuhalten, Karma erzeugt.

1. **DAKDZIN NYI KYI BAKCHAK**

Die Tendenz, Dinge als selbst-existent zu betrachten, stammt aus einem früheren Leben.

2. **DAKDZIN NYI KYE**

Du hast die Tendenz, das Selbst als selbst-existent zu sehen und du hältst die Teile (z.B. Körper, Geist) für selbst-existent. Alle Nicht-Arhat-Wesen haben diese Tendenz, die Dinge auf falsche Art und Weise zu sehen. Wenn etwas selbst-existent wäre, dann würden alle Wesen dieses Ding auf die gleiche Weise sehen (z.B. würde ein Käfer einen „Stift“ als Stift erkennen).

3. YI-ONG	MI-ONG	TSUL	MIN	TOK
schöne Dinge	nicht schöne Dinge	falscher	Weg	denken an

Die Dinge erscheinen entweder aus sich selbst attraktiv oder unliebsam.

4. **DUCHAK SHEDANG KYE**

Du empfindest Gefallen oder Abneigung gegenüber Dingen auf eine dumme (unwissende) Art und Weise. Wenn diese Gefühle auf Unwissenheit beruhen, sind sie gefährlich, da sie dazu führen, dass du auf eine Weise reagierst, die schädlich ist.

Wenn du zum Beispiel Reichtum ansammeln willst, ist das in Ordnung, wenn du die richtige Absicht hast und alles aufgeben willst, um anderen zu helfen. Der unwissende Wunsch, Reichtum anzusammeln, kann jedoch zu schädlichen, negativen Taten führen.

5. **LE SAK**
Karma sammeln

Dieser Schritt verbindet Leerheit mit Karma. Wenn man etwas auf unwissende Weise (mit falscher Motivation) macht, geschieht es mit dem Gefühl unwissenden Mögens oder Ablehnens und man häuft Karma an. Man kann zum Beispiel mit einer „Auge-um-Auge“-Haltung reagieren, was dazu führt, dass man negatives Karma ansammelt.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Zehn: Fortsetzung

6. KORWAR KOR

Kreislauf

Du hältst deinen eigenen Schmerz aufrecht, wodurch du dich im Kreislauf des leidvollen Lebens drehst.

Du kannst diesen Prozess nicht aktiv verstehen und hast Gefühle von Wut und Verlangen. Die Weisheit siegt immer über die Unwissenheit.

Das Wasserglas

Die Konsequenz Abteilung der Schule des Mittleren Weges erklärt, was geschieht, wenn drei verschiedene Wesen um ein Glas Flüssigkeit herum sitzen und es als drei verschiedene Dinge betrachten.

Ein Hungergeist sieht das Glas als voll mit Blut oder Eiter, weil sein Karma immer frustrierend ist. Ein Mensch sieht das Glas als mit Wasser gefüllt an. Eine tantrische Gottheit sieht das Glas als mit Nektar gefüllt an. Dies sind drei gültige, gleichzeitige Wahrnehmungen.

Das Glas enthält „Flüssigkeit“, aber es gibt drei verschiedene Wahrnehmungen der Flüssigkeit. Das Karma jedes Wesens verursacht die Wahrnehmung. Mit anderen Worten, es gibt keine grundlegende Realität, außer der, dass „Flüssigkeit“ vorhanden ist.

Vier Elemente eines Handlungspfads

Für ein vollständiges Karma (z. B. des Tötens) gibt es:

1. Die Basis oder das Objekt – die Person, die man tötet.
2. Der Gedanke oder die Absicht, die aus drei Teilen besteht:
 - i) Identifikation – sehe ich das Objekt als das an, was es ist? Wenn du zum Beispiel tötest, erkennst du das Objekt als Lebewesen? (Wenn du etwas als lebendig erkennst, ist das Karma durch den Wunsch zu töten vollständiger, als wenn du das Objekt nicht als Lebewesen erkennen würdest).
 - ii) Geistesgifte – verspürtest du etwas, wie Wut, Begierde, Eifersucht oder Hass?
 - iii) Motivation – hattest du die Absicht zu töten? Etwas, das im Voraus beabsichtigt ist, ist schwerwiegender.

Notizen

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Klasse Zehn: Fortsetzung

3. Ausführung der Handlung - Abdrücken des Abzugs.
4. Beendigung - Übernahme der Verantwortung für die Tat (ich habe ihn getötet und bin glücklich).

Wenn alle diese Teile zusammenkommen, ist das Ergebnis ein vollständiges Karma. Fehlt ein Element, dann hat man keinen karmischen Pfad oder kein vollständiges Karma und die karmischen Folgen sind geringer.



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Eins

1. Nenne den Autor der *Hauptlehren des Buddhismus*. Nenne beide Namen: seinen allgemein bekannten und seinen Mönchsnamen und wann er gelebt hat.

Der Autor der Hauptlehren des Buddhismus ist Je Tsongkapa (1357–1419). Sein Mönchsname lautet Lobsang Drakpa oder „der reinen Geistes ist und weithin bekannt“.

2. Wie lautet der Titel dieses Werkes?

Das Werk heißt „Die Drei Hauptpfade.“

3. Wer hat den Kommentar geschrieben, mit dem wir arbeiten? Nenne den allgemeinen Namen sowie seinen besonderen Namen. Wann hat er gelebt?

Der Kommentar, mit dem wir arbeiten, wurde von Pabongka Rinpoche (1878–1941) geschrieben. Sein geheimer Name ist Dechen Nyingpo.

4. Wer war der Schüler von Trijang Rinpoche, der die Einleitung geschrieben hat? Nenne seinen vollständigen Namen inklusive aller Titel.

Der Schüler von Trijang Rinpoche, der die Einleitung schrieb, ist Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin (1921–2004).

5. Nenne die drei Hauptpfade.

Die drei Hauptpfade sind:

- **Entsagung,**
- **der Wunsch nach Erleuchtung (oder „Bodhichitta“)**
- **und die korrekte Weltsicht (Leerheit).**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

6. Was sind die zwei Körper eines Buddhas

Die zwei Körper eines Buddhas sind der physische „Körper“ oder Teil eines erleuchteten Wesens, im Sanskrit *rupa kaya* genannt; und die Kombination des Geistes und der ultimativen Natur eines Buddhas, in Sanskrit *dharma kaya* genannt.

7. Welcher der drei Hauptpfade verursacht den jeweiligen Körper?

Die Entsagung und der Wunsch nach Erleuchtung tragen hauptsächlich zum physischen „Körper“ oder dem Teil eines erleuchteten Wesens bei; und korrekte Weltsicht trägt zu den Anteilen geistiger Art und ultimativer Natur eines Buddhas bei.

8. Gibt es eine Beziehung zwischen den Drei Hauptpfaden und dem großen Siegel? Zwischen diesen dreien und der tantrischen Praxis?

„Mahamudra“ bedeutet direkte Wahrnehmung der Leerheit. Das natürliche Ergebnis einer guten Praxis der Drei Hauptpfade ist Mahamudra. Die tantrische Praxis kann nur auf Basis der Drei Hauptpfade erfolgreich sein. Jemand, der eine gute Praxis der Drei Hauptpfade hat, erreicht die tantrischen Stufen fast automatisch.

Die tantrische Praxis basiert komplett auf den Drei Hauptpfaden. Und zwar in so einem Maß, dass man ohne sie niemals in der tantrischen Praxis erfolgreich sein könnte. Mit ihnen hingegen hat man fast automatisch Erfolg in dieser Praxis.

9. Nenne die zehn Eigenschaften eines qualifizierten Lamas.

- a. **Er/sie sollte eine Person sein, die sich „gut beherrscht“, das heißt sie praktizieren das außergewöhnliche Training einer ethischen Lebensweise sehr gut.**
- b. **Er/sie sollte eine Person sein, die „im Frieden“ ist, das heißt, sie haben einen hohen Grad der außerordentlichen Schulung der meditativen Konzentration erreicht.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

- c. **Er/sie sollte eine Person sein, die „in tiefem Frieden ist“, d.h. sie praktizieren die außergewöhnliche Schulung der Weisheit in hohem Maße.**
- d. **Er/sie sollte über „geistige Qualitäten“ verfügen, die die ihres Schülers übertreffen, damit sie ihnen helfen können.**
- e. **Er/sie sollte bereit sein, „große Anstrengungen“ zu unternehmen oder große Freude daran haben, ihren Schülern zu helfen.**
- f. **Er/sie sollte „viele Schriften kennen“, d. h. sie sollten ein tiefes Wissen über die heiligen Bücher haben.**
- g. **Er/sie sollte eine „tiefe Verwirklichung von Sosein“ haben, was bedeutet, dass sie Leerheit entweder direkt wahrgenommen haben oder zumindest über ein ausgezeichnetes schriftbezogenes und intellektuelles Verständnis davon verfügen.**
- h. **Er/sie sollte ein „Meisterlehrer“ sein, d.h. sie kennen die Fähigkeit ihres Schülers gut und können die Menge und Reihenfolge der spirituellen Informationen daran anpassen.**
- i. **Er/sie sollte das „Abbild der Liebe“ sein und das Dharma aus Liebe zu den Schülern lehren, und nicht aus weltlichen Motiven.**
- j. **Er/sie sollte „sich nicht entmutigen lassen“ und nicht müde werden, die Lehren, wenn nötig, zu wiederholen.**

10. Nenne die drei Voraussetzungen eines guten Schülers, so wie man sie in Aryadevas 400 Versen findet.

- a. **Sie haben keine vorgefassten Meinungen und sind bereit, die Dinge auf eine neue Art zu sehen.**
- b. **Sie sind besonders in spiritueller Hinsicht intelligent.**
- c. **Sie haben hohe spirituelle Ziele im Leben und sind bereit, hart dafür zu arbeiten, um sie zu erreichen.**

11. Definiere, was mit dem „Kreislauf des Lebens“ oder Sansara in Sanskrit gemeint ist.

Der Umstand, dass dich die Gesetze des Karmas und die Geistesgifte immer und immer wieder zwingen, die unreinen Teile eines leidenden Wesens anzunehmen.

korwa

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

12. Führe die acht weltlichen Gedanken auf.

- a. **Glücklich sein, wenn wir etwas bekommen.**
- b. **Unglücklich sein, wenn wir etwas nicht bekommen.**
- c. **Glücklich sein, wenn wir uns gut fühlen.**
- d. **Unglücklich sein, wenn wir uns nicht gut fühlen.**
- e. **Glücklich sein, wenn wir berühmt werden.**
- f. **Unglücklich sein, wenn wir nicht berühmt werden.**
- g. **Glücklich sein, wenn jemand gut von uns spricht.**
- h. **Unglücklich sein, wenn jemand schlecht von uns spricht.**

13. Nenne die vier Gesetze von Taten (bzw. Karma).

- a. **Taten verursachen immer gleichartige Ergebnisse.**
- b. **Die Ergebnisse sind größer als die Taten.**
- c. **Du bekommst kein Ergebnis, wenn du nichts tust.**
- d. **Wenn du etwas getan hast, muss es ein Ergebnis geben.**

14. An welchem Punkt weißt du, dass du echte Entsagung entwickelt hast?

Wenn dein Geist Tag und Nacht nach Freiheit strebt und du keine Sehnsucht mehr nach den sogenannten „guten“ Dingen dieses Lebens hast.



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Zwei

1. Erkläre die beiden Bestandteile des Wortes „Bodhichitta“. Bezieht es sich auf den Geist eines Buddhas?

„Bodhi“ bedeutet „Erleuchtung“ oder „Buddhaschaft“, und „Chitta“ bedeutet „Geist“ oder „Gedanken“. Zusammen bedeuten die Worte „der Wunsch, erleuchtet zu werden [für jedes Lebewesen]“. Es bedeutet nicht „Buddha-Geist“ im Sinne eines Geistes, der bereits die Buddhaschaft erreicht hat, oder eines Geistes, der schon erleuchtet ist und nur noch als erleuchtet gesehen werden muss.

2. Nenne die sieben Stufen der Ursache-und-Wirkung-Methode zur Entwicklung des Wunsches nach Erleuchtung. Beschreibe kurz, warum jede für das Erreichen der nächsten erforderlich ist.

- a. **Erkenne, dass alle lebenden Wesen schon einmal deine Mutter waren. Dafür brauchst du Unvoreingenommenheit. Denn wenn du einige Menschen lieber hast als andere, kannst du nicht *jeden* als liebevolle Mutter sehen, die ultimative Hilfe verdient – du würdest einige Menschen ausschließen.**
- b. **Erinnere dich an die Güte, die sie dir geschenkt haben, als sie noch deine Mütter waren. Der erste Schritt führt zu diesem Schritt, denn wenn du nicht siehst, dass jeder in der Vergangenheit deine Mutter war, dann kannst du nicht sehen, dass jeder gütig war – du wirst nicht an das Gute denken, das sie für dich getan haben, wenn du sie nicht alle in einer wohlthätigen Rolle siehst.**
- c. **Entscheide dich, die Güte deiner Mutter zu erwidern. Der zweite Schritt führt zu diesem – denn wenn du nicht glaubst, dass deine Mutter gütig zu dir war – dann hast du auch keinen Grund, dich bei ihr zu revanchieren.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

- d. **Liebe alle Menschen so intensiv wie eine Mutter ihr einziges Kind und wünsche, dass sie alle guten Dinge haben können. Die vorherigen drei Stufen führen zu dieser, denn wenn du jeden als deine Mutter siehst, ihre Güte und deine Verantwortung anerkennt und bereit bist, ihr zu helfen, dann ist es nur natürlich, das du ihr alles Gute geben willst.**
 - e. **Empfinde großes Mitgefühl für alle Lebewesen. Wünsche ihnen Freiheit von Leid. Der vierte Schritt ist die Ursache für diesen – denn wenn du sie nicht aus tiefster Liebe glücklich sehen willst– dann hast du keinen Grund, ihnen Freiheit von Leid zu wünschen.**
 - f. **Entschließe dich, jedem zu helfen, selbst, wenn du es ganz allein tun musst. – Ganz gleich, wie schwer es ist, ohne dich entmutigen zu lassen, auch wenn dir niemand hilft. Der fünfte Schritt ist die Ursache für diesen sechsten – denn wenn du ihnen keine Freiheit von Leid wünschst – dann wirst du sie auch ganz sicher nicht von ihrem Leid befreien wollen.**
 - g. **Verwirkliche den Wunsch, zum Wohle aller lebenden Wesen erleuchtet zu werden. Das bedeutet, Bodhichitta zu entwickeln und ein Bodhisattva zu werden. Der vorangegangene Schritt ist die Ursache dafür. Denn – sobald du entschlossen bist, jedem zu helfen – musst du die Fähigkeit dafür entwickeln, indem du ein vollständig erleuchteter Buddha wirst.**
3. Nenne die beiden Wahrheiten und beschreibe sie kurz.
- a. **Ultimative Wahrheit (ultimative Realität): die Leerheit aller Dinge, d.h. die Tatsache, dass alle Dinge nichts sind, außer einfach einer Projektion, die dir durch dein vergangenes Karma aufgezwungen wurde.**
 - b. **Trügerische Wahrheit (trügerische Realität, manchmal fälschlicherweise auch „relative Wahrheit“ genannt): alle normalen Dinge um dich herum, die aus sich heraus zu existieren scheinen, oder anscheinend eine eigene Natur haben. Das stimmt jedoch nicht und ist daher eine „Täuschung“.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

4. Erkläre die Bedeutung von „Interdependenz“ (auch abhängiges Entstehen genannt) in jeder der drei unten erwähnten buddhistischen Schulen.

- a. **Funktionalisten:** Dinge sind voneinander abhängig in dem Sinne, dass veränderliche Dinge von ihren Ursachen und Bedingungen abhängen. Diese Erklärung erfasst nicht die gegenseitige Abhängigkeit von unveränderlichen Dingen wie den leeren Raum oder Leerheit. (Zur Gruppe der Funktionalisten gehören die ersten drei klassischen buddhistischen Schulen des alten Indiens: die Detailisten- oder Abhidharma-Schule; die Sutra- oder Logik- und die Wahrnehmungstheorie-Schule, sowie die Nur-Geist-Schule).
- b. **Unabhängige Schule:** Dinge sind voneinander abhängig in dem Sinne, dass alle Objekte, veränderlich oder unveränderlich, von ihren Bestandteilen abhängen. Dies ist eine umfassende Erklärung, sie erklärt jedoch nicht die letztendliche Bedeutung von Interdependenz. (Zu dieser Gruppe gehört die erste Hälfte des Mittleren Weges bzw. der Madhyamika-Schule, die man „Unabhängige“ oder Svatantrika-Schule nennt.)
- c. **Implikations-Schule:** Dinge sind voneinander abhängig in dem Sinne, dass sie ein Ergebnis unserer Projektion auf eine Grundlage sind, die selbst wiederum eine Projektion sind. Dies ist die ultimative Bedeutung von Interdependenz. (Zu dieser Gruppe gehört die zweite Hälfte des Mittleren Weges oder Madhyamika-Schule, die man auch „Konsequenz-“ oder Prasangika-Schule nennt.)

5. Der Buddhismus lehrt, dass kein „Selbst“ existiert. Gib eine Erläuterung zu diesem nicht-existierenden „Selbst“ bzw. zur Natur des Selbst nach Meister Chandrakirti.

Ein „Selbst“ oder „Ich“ existiert. Es gibt jemanden, der gerade diese Zeilen liest. Aber es gibt kein „Selbst“ oder „Ich“, das von sich aus existiert, das eine eigene Natur hat, unabhängig von den Projektionen, die mir durch mein Karma aufgezwungen werden.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

6. Können die Idee von Karma (Ethik oder Moral) und die Idee von Leerheit gleichzeitig bestehen oder widersprechen sie sich?

Diese beiden Ideen sind zwei Seiten einer Münze: die Dinge sind „leer“ in dem Sinne, dass sie wie eine leere Leinwand sind. Ob ich sie auf die eine oder andere Art sehe, hängt von meinen Projektionen ab, die mir von meinen vergangenen Taten, Worten und Gedanken aufgezwungen werden. Daher sind Karma und Leerheit vollständig miteinander verwoben, und jeder, der Leerheit versteht, versteht auch die Notwendigkeit sich im Alltag absolut ethisch zu verhalten.



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Drei

1. Definiere kurz die Perfektion der Weisheit

Das Wissen einer Person auf dem Großen Weg, mit dem sie Leerheit wahrnimmt und das vom Wunsch nach Erleuchtung (Bodhichitta) durchdrungen ist.

2. Der Grundlagen-Text für unsere Studien ist das *Ornament der Erkenntnisse*. Wer hat diesen Text wem gelehrt? Wann wurde der Text ungefähr verfasst?

Lord Maitreya lehrte das *Ornament der Erkenntnisse* an Meister Asanga, der um 350 n. Chr. lebte.

3. Wer hat den tibetischen klösterlichen Kommentar zu dem verfasst, was wir gerade studieren und wann lebte er?

Der tibetische Kommentar heißt *Analyse der Perfektion der Weisheit* und wurde von Kedrup Tenpa Dargye (1493–1568) verfasst.

4. Wie lautet die Definition des Dharma Juwels? Beschreibe mit jeweils einem Beispiel, was unter „Beendigung“ und was unter „Pfad“ zu verstehen ist.

Eine Wahrheit oder eine Version der Realität, die mit dem Großen Weg und der erleuchteten Seite der vier Wahrheiten zusammenhängt und entweder eine Beendigung oder einen Pfad beinhaltet. Ein Beispiel für eine Beendigung wäre die Tatsache, dass es unmöglich ist, jemals wieder die Prinzipien des Buddhismus anzuzweifeln, nachdem man Leerheit direkt erfahren hat. Man hat Beendigung dafür erreicht. Ein Beispiel für einen Pfad ist das Erreichen wahrhafter Entsagung, genannt „Pfad der Anhäufung“

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

5. Definiere Zuflucht nehmen.

Zuflucht ist jener geistige Zustand, in dem du aus eigener Kraft deine ganze Hoffnung in ein anderes (äußeres) Objekt legst, in der Erwartung, dass es dir helfen möge.

6. Beschreibe wie die Zufluchtnahme Praktizierenden mit niedrigem Motiv erklärt wird.

Zuerst verspürst du Angst, in einem leidvollen Dasein wiedergeboren zu werden. Dann glaubst du, dass die Drei Juwelen dich vor diesem Leid bewahren können. Schließlich hoffst du, dass eine oder mehrere der Drei Juwelen dich vor diesem Leid schützen werden.

7. Beschreibe die Zuflucht ins Ergebnis.

Zuflucht ins Ergebnis ist definiert als die Hoffnung, dass eines oder mehrere der Drei Juwelen dir helfen werden, wenn du sie in dir selbst verwirklichst. Oder anders gesagt: Du nimmst Zuflucht in deine zukünftige direkte Erfahrung der Leerheit und in deine zukünftige Erleuchtung.

8. Nenne die kurze Definition des Wunsches nach Erleuchtung

Die kurze Definition des Wunsches nach Erleuchtung des Großen Wegs ist „Der Wunsch, vollständige Erleuchtung zum Wohle der anderen zu erlangen.“

9. Nenne und beschreibe die zwei Arten des Wunsches nach Erleuchtung. (Falls du zwei unterschiedliche Unterteilungen des Wunsches in zwei Arten kennst, beschreibe hier bitte eine davon.)

- 1. Möglichkeit der Unterteilung des Wunsches in zwei Arten:**
 - a. Der Wunsch in Form der Absicht (des Gebets) oder Denken wie ein Bodhisattva: Der Gedanke, vollständige Erleuchtung zu erlangen, um allen Lebewesen helfen zu können.**
 - b. Der Wunsch in Form der Handlung (des Engagements) oder Handeln wie ein Bodhisattva: Die tatsächliche Ausführung der Handlungen eines Bodhisattvas, um ein Buddha zu werden und allen Lebewesen zu helfen.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

- 2. Möglichkeit der Unterteilung des Wunsches in zwei Arten:**
 - a. Der Wunsch in seiner „trügerischen“ Form oder wie er üblicherweise benannt wird: der Wunsch, Erleuchtung zu erlangen, um allen Lebewesen helfen zu können. Er ist „trügerisch“ insofern, als dass er normalerweise nur auf in „trügerischer“ Realität existierende Objekte gerichtet ist, bzw. auf die Realität, wie sie ein durchschnittlicher Mensch wahrnimmt.**
 - b. Der Wunsch in seiner „ultimativen“ Form: Dies ist ein anderer Ausdruck für die direkte Wahrnehmung der Leerheit.**



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Vier

1. Nenne die Definition von Nirwana.

Nirwana ist definiert als „Das dauerhafte Ende, an dem aufgrund einer individuellen Analyse alle Geistesgifte in ihrer Gesamtheit beseitigt sind.“

2. Was bedeutet hier „individuelle Analyse“?

„Individuelle Analyse“ bezieht sich hier auf die Erkenntnis der unterschiedlichen Aspekte der vier erleuchteten Wahrheiten (von einigen irrtümlich die „Vier Noblen Wahrheiten“ genannt), nach der direkten Wahrnehmung der Leerheit.

3. Beschreibe die Unterschiede zwischen Nirwana mit Überbleibseln und Nirwana ohne Überbleibsel, wie sie die Schule Madhyamika Svatantrika lehrt.

In dieser Schule bedeutet Nirwana „mit Überbleibseln“, dass du Nirwana erreicht hast, jedoch noch einen durch unreines Karma hervorgebrachten Körper besitzt. Nirwana „ohne Überbleibsel“ bedeutet, dass du Nirwana erreicht hast und keinen solchen Körper mehr besitzt.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

4. Es gibt eine Art von Nirwana, die „nicht verweilendes Nirwana“ genannt wird. Was bedeutet der Ausdruck „nicht verweilend“?

Es gibt eine Art von Nirwana, die „nicht verweilendes Nirwana“ genannt wird. Was bedeutet der Ausdruck „nicht verweilend“?

In diesem Zusammenhang beschreibt „nicht verweilend“ das Nirwana eines vollständig erleuchteten Wesens, das weder im Extrem des Lebenskreislaufs (wo wir jetzt sind) noch im Extrem des „Friedens“ verweilt, was sich auf das Nirwana des Kleinen Wegs (Hinayana) bezieht, wo man zwar alle Geistesgifte für immer ausgelöscht, jedoch keine vollständige Erleuchtung erlangt hat.

5. Beschreibe die drei wichtigsten Punkte der Methode zum Erreichen von Nirwana.

- a. **Werde ein Meister im außerordentlichen Training der Weisheit.**
- b. **Stelle sicher, dass dieses besondere Training von einer guten Beherrschung der ersten beiden Grundlagen erfüllt ist: Moral und meditative Konzentration.**
- c. **Mach dich mit den Erkenntnissen der Leerheit vertraut, die du bereits besitzt (besonders mit denen, die du auf dem Pfad des Sehens hattest).**

6. Warum ist es wichtig, das Objekt, das wir leugnen, zu identifizieren?

Wenn wir nicht wissen, wie ein aus sich selbst heraus existierendes Objekt aussieht, wenn es existieren würde, können wir niemals seine Leerheit realisieren, da sie die Abwesenheit dieses nicht-existierenden Dings ist. Dieses „aus sich selbst heraus existierende Objekt“ wird das „Objekt, das wir verneinen“ genannt.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

7. Beschreibe die drei unterschiedlichen Wahrnehmungen der drei verschiedenen Menschen in der Metapher der „Vorstellung des Zauberers“. Welche drei Arten realer Menschen repräsentieren diese drei?

Im alten Indien wirft ein Zauberer einen Stock zu Boden, murmelt einen Zauberspruch und verstreut Glitzerstaub. Dadurch sehen die Menschen um ihn herum den Stock als Pferd oder Kuh. Andere Menschen, die erst später dazukommen, sehen das Tier nicht, weil sie nicht da waren, als der Zauber ausgesprochen wurde.

Die Zuschauer sehen ein Pferd und glauben, dass ein Pferd da ist. Der Zauberer sieht ebenfalls ein Pferd, da der Zauber auch auf ihn wirkt, aber er weiß, dass das Pferd nicht real ist und er glaubt auch nicht daran. Jene, die später kamen, sehen weder ein Pferd, noch glauben sie, dass eines da ist.

Die Zuschauer entsprechen einem Menschen, der Leerheit noch nicht direkt erfahren hat, denn sie sehen Dinge als aus sich selbst heraus existierend und sie glauben auch, dass sie aus sich selbst heraus existieren. Der Zauberer entspricht einem Bodhisattva, der Leerheit direkt erfahren hat, aber sich in dem Moment nicht in der direkten Erfahrung der Leerheit befindet: Die Dinge erscheinen ihm immer noch als aus sich selbst heraus existierend, aber er glaubt nicht mehr an das, was er sieht. Jene, die später kamen, entsprechen jemandem, der noch kein Buddha ist aber sich in der direkten Erfahrung der Leerheit befindet: Die Dinge erscheinen ihm nicht mehr als aus sich selbst heraus existierend und er glaubt zu diesem Zeitpunkt auch nicht mehr, dass sie aus sich selbst heraus existieren.

8. Was sind die Dinge, deren Nicht-Existenz wir in der „Leerheit von einem oder vielen“-Beweisführung versuchen zu beweisen?

Wir versuchen zu beweisen, dass die drei Erkenntnisse nicht wirklich existieren. Diese sind: grundlegende Erkenntnis (Wahrnehmung, dass keine Selbstnatur existiert), Erkenntnis des Pfades (Wahrnehmung der Leerheit durch einen Bodhisattva) und Allwissenheit (der Geisteszustand eines erleuchteten Wesens).

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

9. Warum ist es wahr, dass etwas, wenn es verschiedene Teile hat, nicht ein Ding sein kann, das wirklich existiert?

Wenn wir sagen, dass etwas „wirklich existiert“, meinen wir, dass es unabhängig von seinen Teilen existiert. Aber dies kann niemals der Fall sein, denn wir nehmen etwas nur dadurch wahr, dass wir die Einzelteile wahrnehmen: Unser Auge springt von einem Hauptmerkmal eines Objekts zum anderen, und dann organisiert unser Geist diese Informationen zu einem Gesamtobjekt. Kein Objekt kann auf eine andere Art und Weise existieren. Daher kann kein Objekt „wirklich“ existieren.

10. Im Abschnitt des Kommentars, der als *Text von Maitreya* bekannt ist, behauptet ein Debattierer, dass der Geisteszustand von Maitreya nicht danach strebe, seine Bedürfnisse zu befriedigen. Daher habe er das *Ornament der Erkenntnis* ausschließlich zum Wohle der anderen geschrieben. Vielleicht nimmt der Debattierer an, dass Maitreya bereits ein Buddha ist. Welchen Fehler macht er, wenn er dies annimmt?

Der Debattierer trennt nicht klar zwischen den offenen Lehren des Buddhismus und den geheimen Lehren. In den geheimen Lehren wird Maitreya bereits als vollständig erleuchtetes Wesen betrachtet. In den offenen Lehren ist er das noch nicht. In einer Präsentation der offenen Lehren sollte man niemals geheime Lehren einfließen lassen, die ausschließlich für besonders geeignete Schüler bestimmt sind. Die offenen Lehren sind auch als „geteilter Pfad“ bekannt (sie werden von den offenen und den geheimen Lehren „geteilt“), die geheimen Lehren hingegen nennt man „nicht geteilter Pfad“.

11. Meister Dharmakirti (achtes Jahrhundert) sagt in seinem Haupttext zur buddhistischen Logik, dass zwei Voraussetzungen erfüllt sein müssen, damit Tantra funktioniert. Nenne diese beiden.

- a. **Die Person, die das Tantra spricht, muss ein Wesen mit außergewöhnlichem spirituellem Vermögen sein.**
- b. **Die Person, die das Tantra praktiziert, muss ein sehr reines Leben führen.**



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die Großen Ideen des Buddhismus, Teil Eins

Antworten Klasse Fünf

1. Benenne die fünf Kapitel für unser Studium der Meditationspraxis.
 - a. **Wie man sich auf die Meditation vorbereitet**
 - b. **Sechs Bedingungen für eine ideale Meditationsumgebung**
 - c. **Korrekte Körperhaltung bei der Meditation**
 - d. **Der geistige Prozess während der Meditation**
Meditationsobjekt: Worüber wir meditieren

2. Benenne die sechs vorbereitenden Übungen vor einer Meditations Sitzung. Achte darauf, sie nicht mit den „sieben Bestandteilen“ zu verwechseln, die wir in der nächsten Klasse näher betrachten werden.
 - a. **Einen reinen, heiligen Ort mit einem Altar schaffen.**
 - b. **Schöne Opfergaben darbringen.**
 - c. **Zuflucht nehmen und den Wunsch nach Erleuchtung vergegenwärtigen (Bodhichitta).**
 - d. **Alle Lamas und heiligen Wesen visualisieren (den „Garten zur Ansammlung guten Karmas“).**
 - e. **Gute Energie sammeln und Hindernisse bereinigen (durch die sieben Bestandteile)**
 - f. **Den Segen der heiligen Wesen erbitten.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

3. Nenne die Sieben Bestandteile.
- a. **Verbeugung vor den heiligen Wesen.**
 - b. **Darbringungen machen.**
 - c. **Eingeständnis (Bereinigung von deinem schlechten Karma)**
 - d. **Freude – Freuen über die eigenen guten Taten und die anderer.**
 - e. **Lehren erbitten.**
 - f. **Die heiligen Wesen bitten, dir nah zu bleiben**
 - g. **Das Gute, das du getan hast, allen Wesen widmen**
4. Diese Sieben Bestandteile sind Teil welcher der Sechs Vorbereitungen? Welche von ihnen sammeln die Kraft des Guten. Wie viele bereinigen Hindernisse für eine erfolgreiche Meditation?

Sie sind Teil der fünften Vorbereitung, genannt „Bereinigung von Hindernissen und Sammlung der Kraft des Guten“. Das Eingeständnis bereinigt Hindernisse, der Rest sammelt Tugend.

5. Welche Sechs Bedingungen müssen für die Meditation geschaffen werden? Nicht mit den Sechs Vorbereitungen verwechseln!
- a. **Einen Platz wählen, der förderlich für die Meditation ist.**
 - b. **Einfach leben: Wenig brauchen.**
 - c. **Zufrieden sein, mit dem, was du hast.**
 - d. **Geschäftigkeit aufgeben.**
 - e. **Ein ethisch vorbildliches Leben führen.**
 - f. **Sinnesbegehren und Wunsch nach weltlichen Freuden eliminieren.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

6. Beschreibe kurz die acht Punkte der korrekten Meditationshaltung.
- a. **Bringe deine Beine in den vollen oder halben Lotus.**
 - b. **Halte deine Augen weder weit offen noch ganz geschlossen.**
 - c. **Sitze sehr gerade und aufrecht.**
 - d. **Halte deine Schultern gerade auf gleicher Höhe. Keine sollte höher als die andere sein.**
 - e. **Dein Kopf sollte weder nach oben noch nach unten geneigt sein.**
 - f. **Zähne und Lippen sind entspannt in ihrer natürlichen Position.**
 - g. **Die Zunge liegt locker und entspannt am oberen Gaumen. Der Atem ist vollständig ruhig. Folge ihm über 10 Atemzüge**
7. Nenne das erste der fünf Probleme bei der Meditation. Welche vier der acht Korrekturen werden als Gegenmittel verwendet?

Problem: Faulheit, keine Lust zu meditieren

Die vier Korrekturen:

- a. **Die Meditation schätzen, indem du dir klarmachst, wie großartig sie ist.**
 - b. **Entscheidung treffen, dass du gut im Meditieren sein willst.**
 - c. **Die erforderliche Anstrengung unternehmen, um gut im Meditieren zu werden.**
 - d. **Die körperlichen und geistigen Freuden erfahren, die sich mit einer regelmäßigen Meditationspraxis einstellen. Und meditieren fällt dir leicht.**
8. Nenne das dritte der fünf Probleme bei der Meditation. Welche Korrektur wird dafür verwendet?

Das dritte Problem bei der Meditation ist geistige Trägheit bzw. geistige Unruhe. Das entsprechende Gegenmittel ist Wachsamkeit.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

9. Beschreibe den Unterschied zwischen grober und subtiler Trägheit in der Meditation

Im Zustand der groben Trägheit gibt es eine Fokussierung auf das Objekt, aber der Grad der Aufmerksamkeit hat seine Klarheit verloren:

Damit ist nicht die Klarheit der Farben oder Umriss eines Objekts gemeint, sondern die Aufmerksamkeit oder Klarheit des Geisteszustands, wie „klar und quicklebendig“ er ist, wie frei von geistiger Trägheit oder Unruhe er ist.

Bei subtiler Trägheit gibt es Fokussierung und Klarheit, aber keine Intensität.

10. Welches ist das vierte der fünf Probleme bei der Meditation? Woher weißt du, dass du es gerade hast?

Das vierte der fünf Probleme bei der Meditation ist, keine Maßnahmen zu ergreifen, um Trägheit oder Unruhe zu korrigieren. Du weißt, dass du es gerade hast, wenn du es durch die eigene Wachsamkeit feststellst.

11. Was ist die Korrektur für dieses vierte Problem? Diese Korrektur kann auf zwei unterschiedliche Arten erfolgen. Benenne sie.

Die Korrektur ist „Handeln“

- a. Korrektur bei geistiger Trägheit
- b. Korrektur bei geistiger Unruhe

12. Nenne und beschreibe die neun Level der Meditation.

- a. **Den Geist auf das Objekt ausrichten. Du erhältst Anleitungen von deinem Lehrer, worüber du meditieren sollst, und kannst deinen Geist nur für sehr kurze Zeit auf dieses Objekt fokussieren.**
- b. **Den Geist für kurze Zeit auf dem Objekt halten. Du kannst deinen Geist kurzzeitig auf dem Objekt halten, so lange wie es dauert, eine Gebetskette kurzer Mantras aufzusagen. In diesen beiden ersten Zuständen sind Unruhe und Trägheit immer präsent.**

Fortsetzung siehe nächste Seite)

- c. Den Geist auf das Objekt ausrichten und die Lücken „flicken“.**
Du kannst deinen Geist ziemlich lange auf dem Objekt halten und Kontinuität wiederherstellen, indem du die Lücke schnell flickst, wenn der Fokus unterbrochen ist.
- d. Den Geist dauerhaft auf dem Objekt halten.** Du kannst den Geist auf dem Objekt halten, ohne es zu verlieren, aber es gibt immer noch Unruhe und Trägheit.
- e. Den Geist kontrollieren.** Die Wachsamkeit ist hoch entwickelt und entdeckt subtile Trägheit, wenn der Geist zu sehr nach innen gezogen wurde. Grobe Trägheit tritt nicht mehr auf.
- f. Den Geist still werden lassen.** In diesem Level ist die Wachsamkeit sehr stark und erkennt subtile Unruhe, die auftreten kann, wenn im vorherigen Level die Stimmung zur Korrektur zu stark angehoben wurde. Die subtile Trägheit ist keine große Gefahr mehr.
- g. Den Geist vollständig still werden lassen.** Rückholung und Wachsamkeit sind vollendet. Subtile Unruhe oder subtile Trägheit sind keine große Gefahr mehr.
- h. Auf ein Objekt fokussierte Konzentration erlangen.** Weder die subtile Unruhe noch die subtile Trägheit treten noch auf. Am Anfang der Sitzung wird noch etwas Anstrengung aufgewendet, um kleinere Korrekturen vorzunehmen.
- i. Das Gleichgewicht erreichen (tiefe Meditation).** Der Geist geht automatisch und mühelos in tiefe Meditation.



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Sechs

1. Nenne drei unterschiedliche Meditationen.

- a. **Den Geist auf ein Objekt ausrichten, z.B. eine Visualisierung deines Lamas.**
- b. **Schritt-für-Schritt-Meditation, bei der man immer wieder die einzelnen Schritte eines Prinzips durchgeht. Zum Beispiel die einzelnen Teile der Anleitung zur Meditation über den Tod so lange durchgehen, bis nach jedem Schritt der nächste nahezu automatisch präsent ist.**
- c. **Analytische Meditation, bei der man seinen Geist ganz einem Problem widmet und es löst, indem man es sorgfältig und aus unterschiedlichen Blickwinkeln durchdenkt.**

2. Was bedeutet der Begriff „Lam Rim“? Woher kommt er?

Der tibetische Begriff „Lam Rim“ bedeutet „Stufen auf dem Pfad zur Erleuchtung“. Der Name stammt ursprünglich aus den Schriften über die Perfektion der Weisheit (Prajnya Paramita).

3. Welche der fünf großen Texte und der unterschiedlichen Stufen der geheimen Praxis sind im Lam-Rim enthalten?

Die Themen aller fünf großen Texte finden sich im Lam Rim. Die fünf Texte heißen Perfektion der Weisheit (*Prajnya Paramita*), Mittlerer Weg (*Madhyamika*), Die auf Gelübden basierende Moral (*Vinaya*), Höheres Wissen (*Abhidharma*) und Logik und Wahrnehmung (*Pramana*). Das Lam Rim ist eine offene Lehre, daher werden darin die geheimen Praktiken nur erwähnt, aber nicht im Detail erklärt.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

4. Nenne vier Teile der Praxis, wie man sich einem Lama anvertraut.
 - a. **Vertrauen in und Bewunderung für seinen Lama entwickeln.**
 - b. **Wie man über seinen Lama denken sollte. (Dieser und der nächste Punkt sind im Grunde Unterkategorien des ersten Punkts.)**
 - c. **Wie man sich seinem Lama gegenüber verhalten sollte. Ehrfurcht für seinen Lama entwickeln.**

5. Nenne die drei Aspekte, wie man die wahre Bedeutung dieses Lebens umsetzt.
 - a. **Die Stufen, die mit den Praktizierenden der kleinen Kapazität geteilt werden.**
 - b. **Die Stufen, die mit Praktizierenden der mittleren Kapazität geteilt werden.**
 - c. **Stufen für die Praktizierenden der großen Kapazität.**

6. Welches sind die drei Prinzipien der Todesmeditation?
 - a. **Der Tod ist sicher. Der Tod ist gewiss.**
 - b. **Es gibt keine Gewissheit, wann du stirbst.**
 - c. **Wenn du stirbst, kann dir nur das Dharma helfen.**

7. Nenne die vier Gesetze von Karma.
 - a. **Handlungen verursachen unausweichlich Ergebnisse, die ihnen im Inhalt gleichen (Gutes kann nur zu Gutem führen, Schlechtes nur zu Schlechtem).**
 - b. **Die Ergebnisse sind größer als die Handlungen.**
 - c. **Ohne eine Handlung kann es keine Ergebnisse geben.**
 - d. **Wenn eine Handlung einmal begangen ist, kann das Ergebnis nicht verloren gehen.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

8. Beschreibe kurz den Unterschied zwischen Buddhisten mit kleiner, mittlerer und großer Motivation.

Buddhisten mit kleiner Motivation wollen lediglich verhindern, dass sie nach ihrem Tod in einem der drei unteren Reiche wiedergeboren werden.

Buddhisten mit mittlerer Motivation möchten jegliche Wiedergeburt vermeiden, aber auch nur zu ihrem Wohle.

Buddhisten mit großer Motivation (Mahayana) wollen ebenfalls die niederen Reiche und überhaupt jegliche Wiedergeburt vermeiden, aber darüber hinaus wünschen sie sich, dass sie allen Lebewesen dabei helfen können, dasselbe zu erreichen.

9. Ist es wahr, dass alles in unserem jetzigen Leben Leid ist? Warum bzw. warum nicht?

Jeglicher Schmerz, körperlicher, wie z.B. bei Rückenschmerzen, oder geistiger, wie der Verlust eines lieben Menschen, ist ganz offensichtlich Leid (Leid des Leidens).

Aber sogar die guten Dinge, ein schönes Heim, eine großartige Familie, ein guter Job, werden sich unausweichlich verändern und uns entrissen (Leid der Veränderung).

Am Ende verlieren wir sogar unseren Körper. Unser Geist wird senil. Selbst unser Name wird vergessen. Da jegliches Ereignis in unserem gegenwärtigen Leben entweder Leid ist oder unausweichlich zu Leid wird (allgegenwärtiges Leid), ist es wahr, dass alles Leid ist.

10. Warum wird von den drei Trainings an dieser Stelle nur das Training der Ethik erwähnt?

Ethik ist die Grundlage der beiden anderen Trainings.

Nur mit Ethik kann man eine tiefe Ebene der Konzentration erreichen und Einsichten in die Weisheit gewinnen.

Die anderen beiden Trainings sind damit auch abgedeckt, weil sie nur auf der Grundlage von Ethik erfolgen können.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

11. Nenne die beiden Teile der Stufen auf dem Pfad, die mit Praktizierenden der großen Motivation geteilt werden.

- a. **Lernen, wie ein Bodhisattva zu denken.**
- b. **Lernen, wie ein Bodhisattva zu handeln.**

12. Nenne die Definition von Stille (Shamata auf Sanskrit, Shi-ne auf Tibetisch).

Fokussiertheit, die durchdrungen ist von der außergewöhnlichen Glückseligkeit der durch Praxis erlangten Leichtigkeit, welche auf der auf-ein-Objekt-gerichteten Meditation basiert.

13. Nenne die Definition von Einsicht (Vipashyana auf Sanskrit, Hlak-tong auf Tibetisch).

Jene Weisheit, die erfüllt ist von der außergewöhnlichen Glückseligkeit der durch Praxis erlangten Leichtigkeit und der Kraft durch die Analyse ihres Objekts, und die auf Stille (Shamata) gründet.



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Sieben

1. Nenne die tibetische und Sanskrit Bezeichnung für das Buddhistische Studium der Logik und Wahrnehmung, welche auch „korrekte oder gültige Wahrnehmung“ bedeutet.

Tibetisch: *tsema*

Sanskrit: *pramana*

2. Was ist die buddhistische Definition von Existenz?

Die Definition von Existenz ist, „Was wir durch PRAMANA – eine gültige Wahrnehmung wahrnehmen“

3. Was sagt Buddha über den Zweck der buddhistischen Logik? (Bitte schreibe das exakte Zitat)

„Ich oder jemand wie ich kann eine Person beurteilen, aber kein normaler Mensch sollte über einen anderen urteilen. Er wird fallen.“

4. Nenne die beiden ersten Typen der gültigen Wahrnehmung. Auf welchen Ebenen der Realität werden sie für die Wahrnehmung benutzt?
 - a. **Direkte gültige Wahrnehmung: Hiermit werden offensichtliche Objekte wahrgenommen.**
 - b. **Deduktive gültige Wahrnehmung: Hiermit werden verborgene und tief verborgene Objekte wahrgenommen.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

5. Nenne den berühmten ersten Satz aus Meister Dignagas Kommentar zur gültigen Wahrnehmung.

**Ich verbeuge mich vor dem Einen,
Der sich zum Wahren wandelte,
Der allen Lebewesen hilft, dem Lehrer,
Der eingegangen ist in die Glückseligkeit
Und unserem Beschützer.**

6. Nenne die Definition einer gültigen Wahrnehmung.

Die Definition einer gültigen Wahrnehmung ist: „Ein frischer, irrtumsfreier Zustand des Geistes.“

7. Beschreibe allgemein die Bedeutung des Ausdrucks „Person mit gültiger Wahrnehmung“.

Wenn es um die Beschreibung eines erleuchteten Wesens* geht, bezieht sich der Ausdruck „Person mit gültiger Wahrnehmung“, hauptsächlich auf eine Person, die nicht lügen kann. (*das nur gültige Wahrnehmungen hat)

8. Welche drei hauptsächlichsten Methoden verwendet ein normaler Mensch, um festzustellen, dass der Buddha völlig richtig in seinen tiefgründigen Unterweisungen liegt?

- a. **Die Lehren können durch keine gültige Wahrnehmung, die du hast oder hattest, widerlegt werden.**
- b. **Die Lehren können nicht durch hieb- und stichfeste Argumentation widerlegt werden.**
- c. **Die Lehren sind komplett frei von jeglicher Unstimmigkeit: Nichts, was Buddha zu einem Zeitpunkt gesagt hat, widerspricht dem, was er zu einem anderen Zeitpunkt gesagt hat.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

9. Nenne und beschreibe kurz die drei „Grundregeln“, um Buddhas Worte zu interpretieren. Diese helfen uns, zu entscheiden, ob der Buddha etwas nur symbolisch und nicht wörtlich gemeint hat.

- a. **Wahre Absicht: Buddha hatte etwas ganz bestimmtes Anderes im Sinn, als er etwas nicht wörtlich meinte.**
- b. **Widerspruch: Die Aussage, die Buddha machte, muss widersprüchlich zu etwas sein, von dem wir wissen, dass es wirklich wahr ist.**
- c. **Notwendigkeit: Es muss für Buddha einen triftigen Grund gegeben haben, dass er etwas sagte, was nicht wahr war.**

10. Was muss eine Person wissen, um „allwissend“ zu sein?

Er oder sie muss ganz genau wissen, welches Verhalten und welche Weltanschauung wir aufgeben und was wir uns aneignen müssen. Es ist zum Beispiel nicht ausreichend, die wissenschaftlichen Bezeichnungen aller Dinge des Universums oder Ähnliches zu kennen.

11. Welche Beweise haben wir, dass der Buddha „irrtumsfrei“ ist?

Von allen Menschen, die wir jemals getroffen haben und von denen wir gehört haben, ist Lord Buddha der Einzige, der unser tägliches Leiden nachvollziehbar und perfekt beschrieben hat. Dies allein erlaubt es uns, zu glauben, dass er sich wahrscheinlich nicht irrt. Dies kann man von denen, die unser Leiden nicht in dieser Art und Weise beschreiben, nicht sagen.



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Acht

1. Das letzte der vier Argumente der vorwärts gerichteten Beweisführung beinhaltet großes Mitgefühl. Was ist der Unterschied zwischen großem Mitgefühl, heiligem großen Mitgefühl und einfach nur Mitgefühl?

„Mitgefühl“ ist der Wunsch, dass andere von gewöhnlichem Leid befreit sein mögen, ohne selbst die Verantwortung zu übernehmen, dies zu erreichen.

„Großes Mitgefühl“ ist der Wunsch, dass alle anderen von allem Leid befreit sein mögen mit der Entscheidung, selbst dafür zu sorgen, dass dies geschieht: Die Entscheidung, alle Lebewesen zu beschützen.

„Heiliges großes Mitgefühl“ ist das Mitgefühl eines erleuchteten Wesens: jemand, der wirklich allen Lebewesen hilft.

2. Nenne drei Gründe, warum die Charvakas glaubten, dass der Geist stirbt, wenn der Körper stirbt.
 - a. **Der Geist ist eine Qualität des Körpers, so wie die Fähigkeit, eine Person betrunken zu machen, eine Eigenschaft von Alkohol ist.**
 - b. **Der Geist ist von Natur aus vom Körper abhängig, so wie ein auf die Wand gemaltes Muster von der Wand abhängig ist.**
 - c. **Der Geist ist ein Resultat des Körpers, so wie Licht das Resultat einer Lampe ist.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

3. Erkläre die Bedeutung von „wesentlicher Ursache“.

Die „wesentliche Ursache“ ist der hauptsächlichliche Stoff oder das Material, das sich in das Ergebnis verwandelt: das Ding, das in das Resultat „hinein plumpst“. Ein Beispiel wäre ein Same für einen Baum oder Ton für einen Topf. Alle anderen Typen von Ursachen oder Einflussfaktoren wie Dünger, Wasser und Sonnenlicht hingegen sind nicht die Hauptursachen, die sich in das Ergebnis verwandeln.

4. Warum kann die Ursache für deinen Geist zum Zeitpunkt der Geburt nicht lebende physische Substanz sein?

Alle lebende physische Substanz ist mit der einen oder anderen Sinneskraft verknüpft. Wenn lebende physische Substanz die Ursache für deinen Geist zum Zeitpunkt der Geburt wäre, wäre es entweder eine oder eine Kombination der Sinneskräfte, die den Geist verursachten. Der Geist kann nicht von einem der Sinne allein kommen. Wenn dies der Fall wäre, hätte eine Person, der einer dieser Sinne fehlt (wie zum Beispiel eine blinde oder taube Person), nie einen Geist haben könnte. Der Geist kann weder von allen Sinneskräften zusammen kommen noch von einer Kombination derselben. In diesem Fall hätte die Person, der eine Sinneskraft fehlt, nie einen Geist haben können.

Außerdem, wenn der Geist wesentlich durch die Sinneskräfte verursacht wäre, müsste er auch die Eigenschaften der Sinne besitzen: man müsste in der Lage sein, in der Erinnerung so klar zu „sehen“, wie man das direkt mit den Augen tut.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

5. Warum kann diese Ursache nicht außerhalb der physischen Materie liegen?

Wenn eine bestimmte Art von äußerer physischer Materie – z. B. ein chemisches Element – die Ursache für den Geist bei der Geburt wäre, dann würde ein neuer Geist immer entstehen, wenn dieses bestimmte chemische Element vorhanden ist. Wäre eine Kombination bestimmter Elemente die Ursache für den Geist, dann würde der Geist verschwinden, sobald eines der Elemente aus der Kombination entfernt wird. Darüber hinaus hat der Geist keine der allgemeinen Eigenschaften der physischen Materie: Er ist kristallklar, unaussprechlich, bewusst, ohne physische Grenzen, kann nicht gewogen und in seiner Größe nicht gemessen werden. Er ist in der Tat das komplette Gegenteil der physischen Materie.

6. Wenn diese Ursache ein Geist ist, warum kann es nicht der Geist von jemand anderem sein?

Das Ergebnis einer physischen Ursache muss der Ursache ähnlich sein. Angenommen, der Grund für unseren Geist zum Zeitpunkt der Geburt wäre der Geist von einem oder mehreren anderen, derjenige deiner Eltern zum Beispiel. In diesem Fall müsste der Geist von Kindern immer dem Geist der Eltern ähneln. Das Kind eines Handwerkers, zum Beispiel, müsste dann immer die Talente der Eltern besitzen. Aber es ist offensichtlich, dass dies normalerweise nicht der Fall ist.

7. Was ist das grundlegende Prinzip von Meister Dharmakirtis Beweisen zugunsten vergangener und zukünftiger Leben?

Der Eckpfeiler von Meister Dharmakirtis Argumentation ist, dass das Ergebnis einer materiellen Ursache dieser Ursache ähnelt und nach ihr kommen muss. Der Geist eines neugeborenen Kindes, zum Beispiel im Moment der Empfängnis, muss aus einem anderen Zustand des Geistes kommen, der im Moment davor auftrat.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

8. Erkläre, warum der Geist einer normalen Person zum Zeitpunkt des Todes, in einen anderen Zustand des Geistes ähnlicher Art, hinübergeht.

Ein normaler Mensch hat Emotionen des Begehrens in seinem Geist, wenn er stirbt. (Zum Beispiel die Emotion, Dinge auf eine unwissende Art und Weise zu mögen). Diese Emotionen bewirken, dass der Geist die Grenze zum nächsten Leben überschreitet als Fortsetzung des gegenwärtigen Geistes.

9. Nenne die drei Teile von Meister Dharmakirtis wichtigstem Beweis für zukünftige Leben.

- a. **Betrachte den Geist einer normalen Person zum Zeitpunkt des Todes.**
- b. **Dieser Geist wird die Grenze zu einem zukünftigen Geist überschreiten.**
- c. **Da dieser Geist Begierde besitzt.**

10. Benenne und beschreibe die drei Arten des achten Bindegliedes in der Kette der Abhängigkeiten des Lebensrades.

- a. **Sehnsüchtiges Verlangen: ein Gefühl von Verlangen, bei dem du wünschst – auf eine ignorante Art und Weise – ein attraktives Objekt nicht zu verlieren.**
- b. **Ängstliches Verlangen: ein Gefühl von Verlangen, bei dem du wünschst – auf eine ignorante Art und Weise – ein unangenehmes Objekt zu vermeiden.**

(Bitte beachte, dass einige Formen der tibetischen Schreibweise für diese zweite Art „Verlangen nach Zerstörung“ bedeuten können, mit der gleichen Bedeutung wie „Verlangen nach Angst“).

- c. **Verlangen nach Leben: ein Gefühl von Verlangen, bei dem du wünschst -auf eine ignorante Art und Weise – dass das „Ich“ weiterhin existiert. Dies tritt zum Zeitpunkt des Todes auf, wenn dich die Angst packt, dass dein Sein aufhört.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

11. Warum kann das Verlangen dein bestehendes Karma im Moment des Todes auslösen? Der Schlüssel dazu liegt darin, wie es sich auf dich konzentriert. Beschreibe die vier Ebenen der Fokussierung auf dich selbst und erkläre, welche davon dieses Karma auslösen können.

- a. **Die Konzentration auf dich oder „Ich“ in einer üblichen Art, ohne über deine wahre Natur nachzudenken oder diese zu überprüfen. Dieser Zustand ist eine gültige Wahrnehmung und löst dieses Karma nicht aus.**
- b. **Sich als selbst-existent zu sehen, oder mit einer eigenen Natur oder aus sich selbst kommend, und zu glauben, was man sieht. Dies ist ein falscher Geisteszustand, der das erwähnte Karma auslöst.**
- c. **Du siehst dich als selbst-existent, aber du glaubst nicht, was du siehst, da du die Leerheit vorher direkt erfahren hast. Wenn diese Person stirbt, ohne die angeborene Gewohnheit, Dinge als selbst-existent zu sehen, zu beseitigen, wird das angesprochene Karma immer noch ausgelöst. Deswegen verhindert man die Wiedergeburt nicht einfach durch das Erreichen des Pfades des Sehens oder die direkte Erfahrung der Leerheit.**
- d. **Weder sich als selbst-existent sehen noch zu glauben, dass du es bist. Dies bezieht sich auf eine Person, die die angeborene Neigung, Dinge als selbst-existent zu sehen, beseitigt hat. Dies löst dieses Karma nicht aus.**



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Neun

1. Nenne den Haupttext für das Studium des höheren Wissens (*Abhidharma*), den Namen des Verfassers und seine Daten. Nenne auch den Hauptkommentar, den wir nutzen, den Verfasser und seine Daten.

a. **Die Schatzkammer des höheren Wissens (*Abhidharmakosha*) von Meister Vasubandhu, circa 350 n. Chr.**

b. **Der Hauptkommentar dazu lautet: *Licht auf dem Weg zur Freiheit* von seiner Heiligkeit des Ersten Dalai Lamas, 1391–1474.**

2. Erkläre die Bedeutung der einzelnen Worte im Titel des Haupttextes:

Abhidharma (*Chu ngunpa*) bedeutet „Wissen“. *Abhi (Ngunpa)* bedeutet „hin zu“ oder „annähern“. *Dharma (Chu)* bedeutet ein „existierendes Ding“ = alles, was seine eigene Natur hat. Das höchste aller existierenden Dinge ist Nirwana, und Wissen führt dich dahin oder bringt dich zu diesem Zustand hin.

3. Auf was bezieht sich das Wort „Abhidharma“ tatsächlich?

Das Wort „Abhidharma“ bedeutet „Wissen“. Es gibt zwei Arten dieses Wissens. Das tatsächliche Wissen sind die drei reinen Pfade (der Pfad des Sehens, der Pfad der Gewöhnung und der Pfad des Nicht-mehr-Lernens).

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

4. Nenne die vier erforderlichen Eigenschaften eines achtbaren buddhistischen Buches und erkläre, was sie in diesem Fall sind.

- a. **Thematik: Reine und unreine Arten von Phänomenen.**
- b. **Zweck: Im Geist der Schüler Weisheit zu pflanzen, die diese ultimative Analyse der Phänomene ermöglicht.**
- c. **Ultimatives Ziel: Diese Schüler erreichen dadurch die beiden Arten von Nirwana.**

Manchmal auch gesehen als:

- d. **Beziehung: Der Zweck wird durch den Gegenstand des Buches erreicht, und das Endziel durch denselben Zweck. Man kann die Relation auch so formulieren, dass der Gegenstand (alle existierenden Objekte) in Beziehung zu dem steht, was den Gegenstand ausdrückt (der Text selbst).**

5. Nenne die beiden grundlegendsten Einteilungen von Karma oder Taten.

- a. **Die Bewegung des Geistes, das geistige Karma**
- b. **Das, was es motiviert**

6. Die nicht-kommunizierende Form hat fünf Eigenschaften. Beschreibe die genaue Formulierung aus Meister Vasubandhus Originaltext und erkläre jede von ihnen.

- a. **Eine Person hat die nicht-kommunizierende Art selbst in Perioden der „Ablenkung“: Selbst, wenn sie nicht daran denkt.**
- b. **Diese Form hat man sogar, wenn der „Geist angehalten ist“: Selbst, wenn er oder sie den tiefen Meditationszustand erreicht hat, bei der sich der Geist in einem sehr subtilen Zustand befindet (wenngleich er auch nicht gänzlich angehalten ist).**
- c. **Diese Form ist entweder „tugendhaft oder nicht“: Vom Wesen her entweder eine gute oder eine schlechte Tat.**
- d. **Diese Form „besteht“ nach einer Handlung „weiter“, zu der Person gehörend, die die Handlung ausgeführt hat; in einem kontinuierlichen Strom.**
- e. **Zuletzt nimmt diese Form „die höchsten Elemente als ihre Ursache“. Das heißt, dass es eine physische Substanz ist.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

7. Benenne die drei Arten von Karma: tugendhaftes, nicht tugendhaftes und neutrales Karma.

- a. **Eine gute Handlung (oder Tugend) bringt dir kurzfristig eine angenehme Erfahrung. Sie schützt dich ultimativ vor Leid, indem sie dir Nirwana bringt.**
- b. **Eine schlechte Handlung (oder Untugend) bringt dir als karmisches Ergebnis eine unerwünschte, unangenehme Erfahrung.**
- c. **Neutrales Karma ist eine Handlung, welche dir ein anderes Ergebnis bringt als eine der beiden oben genannten Arten.**

8. Erkläre Scham und Rücksicht und ihren Unterschied.

- a. **Scham: Schlechte Taten aus Gründen, die dich selbst betreffen, vermeiden; Du unterlässt eine schlechte Tat wegen deines Selbstbildes, weil du dich in deinem Herzen nicht als schlechter Mensch fühlen willst.**
- b. **Rücksicht: Schlechte Taten aus Gründen, die andere betreffen, vermeiden, weil du überlegst, welche Auswirkung oder welchen Eindruck dein Handeln bei anderen hinterlässt.**

9. Nenne die Kurzform der 10 Untugenden, unterteilt nach den drei Toren des Ausdrucks

Drei den Körper betreffend:

1. **Töten**
2. **Stehlen**
3. **Sexuelles Fehlverhalten**

Vier die Sprache betreffend:

4. **Lügen**
5. **Entzweiende Rede**
6. **Barsche Worte**
7. **Bedeutungsloses Gerede**

Drei die Gedanken betreffend:

8. **Begehren**
9. **Schadenfreude**
10. **Falsche Weltsicht**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

10. Nenne die drei Arten von Erfahrungen (in drei verschiedenen Zeiten), die aus Taten reifen (Karma):

- a. Karma, dessen Ergebnisse du in diesem Leben erfahren wirst.
- b. Karma, welches du im nächstfolgenden Leben erfährst, nach diesem Leben.
- c. Karma, welches du in irgendeinem Leben nach deinem nächsten Leben erfahren wirst.

11. Wähle drei schlechte Taten, eine für jedes der Tore, und erkläre jeweils die zugehörigen vier Auswirkungen:

1. Den Körper betreffend:

Die Antwort kann für eine der drei Möglichkeiten gegeben werden: Töten, Stehlen, sexuelles Fehlverhalten

- a. „Gereiftes“ Ergebnis: Für jede der oben genannten, eine Wiedergeburt in einem der drei niederen Reiche.
- b. „Entsprechendes Erlebnis“ als Ergebnis: Selbst, wenn du als Mensch geboren bist, erfährst du ähnliches Unheil (entsprechend ist dein Leben kurz und du bist andauernd krank; du hast nicht genug zum Leben oder du hast nie Sachen, die dir allein gehören; Es gibt viele Menschen, die dir deinen Partner streitig machen).
- c. „Entsprechende Gewohnheit“ als Ergebnis: Du neigst dazu, in deinem nächsten Leben die gleichen Taten zu begehen (Töten, Stehlen oder sexuelles Fehlverhalten).
- d. Auswirkungen in der „Umwelt“: Selbst, wenn du als Mensch geboren bist, lebst du an einem gefährlichen oder gesundheitsschädlichen Ort (für Töten); Du lebst an einem Ort, an dem Pflanzen verkümmern, an dem Hungersnöte und Dürre herrschen (für Stehlen); du lebst an einem schmutzigen und übelriechenden Ort (für sexuelles Fehlverhalten).

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

2. Die Sprache betreffend:

Die Antwort kann für eine der drei Möglichkeiten gegeben werden Lügen, entzweiende Rede (andere voneinander entfernen), barsche Worte, bedeutungsloses Geschwätz.

- a. **„Gereiftes“ Ergebnis: Für jede der oben genannten eine Wiedergeburt in einem der drei niederen Reiche.**
- b. **„Entsprechendes Erlebnis“ als Ergebnis: Selbst, wenn du als Mensch geboren bist, erfährst du ähnliches Unheil (entsprechend respektieren andere nicht, was du sagst; du neigst dazu, deine Freunde zu verlieren; du hörst viele unangenehme Sachen um dich herum; und niemand hört auf das, was du sagst).**
- c. **„Entsprechende Gewohnheit“ als Ergebnis: Du neigst in deinem jetzigen Leben dazu, immer wieder dieselben falschen Dinge zu sagen (Lügen, entzweiende Rede, barsche Worte und bedeutungsloses Gerede).**
- d. **Auswirkungen in der „Umwelt“: Selbst, wenn du als Mensch geboren bist, lebst du an einem Ort, wo deine Arbeit nie großen Erfolg hat und es gibt viele gefährliche Menschen und Betrüger in deinem Umfeld (für Lügen); du lebst an einem Ort, wo die Umwelt unwirtlich und gefährlich ist (für entzweiende Rede); du lebst an einem Ort, der übersät ist mit dornigen Büschen, scharfen Felsen, und der generell rau ist, ohne ausreichend Wasser, Schrecken erregend (für barsche Worte); und du lebst an einem Ort, wo keine Bäume oder Pflanzen reife Früchte bekommen, oder welche, die nie zur rechten Zeit reifen, und es gibt wenige Parkanlagen oder Plätze zum Entspannen und viele Schrecken erregende Dinge um dich herum (für bedeutungsloses Gerede).**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

3. Die Gedanken betreffend:

Die Antwort kann für eine der drei Möglichkeiten gegeben werden: Für Begierde, Abneigung und Unwissenheit.

- a. **„Gereiftes Ergebnis“: Für jede der oben genannten eine Wiedergeburt in einem der drei niederen Reiche.**
- b. **„Entsprechendes Erlebnis“ als Ergebnis: Selbst, wenn du schließlich als Mensch geboren wirst, erlebst du ähnliches Leid (entsprechend überkommen dich Gefühle des Begehrens, der Abneigung oder der Unwissenheit).**
- c. **„Entsprechende Gewohnheit“ als Ergebnis: Du wirst dazu verleitet, in deinem jetzigen Leben wieder die dieselben falschen Dinge zu denken (du wirst von Gefühlen der Begierde, Abneigung oder Unwissenheit überwältigt).**
- d. **Auswirkungen in der „Umwelt“: Selbst wenn du als Mensch geboren bist, lebst du an einem Ort, an dem die Situation von Tag zu Tag und von Monat zu Monat schlechter wird (für Begierde); du lebst an einem Ort, an dem es viele und ansteckende Krankheiten gibt, Gefahren und Krieg, gefährliche Insekten und Tiere, böse Geister und Kriminelle (für bösen Willen); und du lebst an einem Ort, wo das heilige Dharma verfällt oder vollständig verloren gegangen ist, wo Menschen schmutzige Dinge für wunderbar und Schmerzen für etwas Angenehmes halten.**

12. Was sieht man wirklich, gemäß der Nur-Geist-Schule, wenn man denkt, dass man das Sehvermögen des Auges und ebenso die äußeren physischen Formen wahrnimmt?

Gemäß dieser Schule nimmt man eigentlich das Grundbewusstsein wahr, das als Sehvermögen des Auges erscheint, und als Erweiterung die äußeren Formen, von denen man glaubt, dass man sie wahrnimmt.

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

13. Erkläre, wie geistige karmische Samen gepflanzt werden, wo sie sich befinden und wo sie verbleiben, bis ihre Ergebnisse entstehen, gemäß der Nur-Geist-Schule.

- a. **Geistige Samen werden durch das Bewusstsein dessen, was man denkt, sagt oder tut, gepflanzt.**
- b. **Diese geistigen Samen bleiben im Grundbewusstsein, selbst für sehr lange Zeit, indem sie sich von Moment zu Moment vervielfältigen und ihre Energie von jeder ihrer älteren Form an jede neuere Form weitergeben.**
- c. **Wenn die Bedingungen stimmen, reifen die geistigen Samen zu einer geistigen Wahrnehmung heran.**

14. Es gibt viele Stellen in den Sutren, in denen der Buddha sagt, dass das gesamte Universum und alles darin „nur Geist“ ist. Die Nur-Geist-Schule folgerte aus dieser Aussage, dass es überhaupt keine äußeren physischen Objekte gibt. Beschreibe die beiden Dinge, die Buddha eigentlich meinte, als er sagte, dass alles „nur Geist“ ist.

- a. **Im negativen Sinne wird das Universum als „nur Geist“ bezeichnet, um zu verneinen, dass es das Produkt von etwas anderem sein könnte, z.B. eines Schöpferwesens.**
- b. **Im positiven Sinne wird das Universum als „nur Geist“ bezeichnet, um zu bekräftigen, dass der Geist aufgrund seiner Rolle bei der Entstehung und Reifung des Karmas die Hauptquelle ist.**



The Asian Classics Institute

Kurs XVI: Die großen Ideen des Buddhismus, Erster Teil

Antworten Klasse Zehn

1. Maitreya beschreibt in seinem Werk mit dem Titel Die höhere Linie sechs verschiedene Stufen im Prozess, wie die Tendenz des Anhaftens an jeglicher Art von Eigennatur Karma verursacht, und damit auch die Welt des leidenden Lebens. Beschreibe diese sechs Stufen
 - a. **Wenn du geboren wirst, hast du bereits karmische Samen (*bakchaks*) Dinge (dich und deine Teile) als selbstexistierend zu sehen. Die Samen dafür wurden bereits im vergangenen Leben gepflanzt.**
 - b. **Aufgrund dieser Samen entwickelst du die beiden Tendenzen, Dinge als selbstexistierend zu sehen.**
 - c. **Du fängst an, die Dinge auf diese falsche Art und Weise zu sehen: Manche Dinge erscheinen dir attraktiv und andere als unerwünscht.**
 - d. **Auf der Grundlage dieser falschen Wahrnehmung der Dinge beginnst du unwissende Anziehung oder unwissende Ablehnung für diese Objekte zu fühlen.**
 - e. **Die Gefühle von Zuneigung und Abneigung verursachen, negative Dinge zu sagen, zu tun und zu denken, wodurch man negatives Karma ansammelt.**
 - f. **Dieses Karma führt dazu, dass du weiter im Rad des leidenden Lebens kreist.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

2. Beschreibe, wie die Konsequenz-Gruppe innerhalb der Schule des Mittleren Weges erklärt, was in diesem Fall geschieht. Benutze ihr Konzept der drei Teile, der drei wesentlichen Ursachen und der drei beitragenden Faktoren.

Die drei Dinge (Eiter, Wasser oder Nektar), die die drei Wesen wahrnehmen, können als drei Teile des Basisobjektes (Flüssigkeit) beschrieben werden. Diese Flüssigkeit liefert die „materielle Ursache“, den Stoff oder das Material, das sich in jedes dieser Objekte verwandelt. Die drei unterschiedlichen Arten von Karma im Geist der drei unterschiedlichen Wesen zwingen diese, das Basisobjekt als das zu sehen, was sie sehen. Diese drei unterschiedlichen Arten von Karma sind in diesem Fall die „beitragenden Faktoren“.

3. Nenne und beschreibe die vier Teile eines Pfades der Tat, z.B. für den Akt des Tötens, wie ihn Meister Je Tsongkapa, der Meister Asanga folgt, erklärt.

- a. **Das betroffene Objekt: Wen hast du getötet? Von Wem hast du gestohlen und was hast du gestohlen.**
- b. **Das Denken dabei: Welche Gedanken hattest du über die Tötung? (Dieser Teil wird in der nächsten Frage näher erläutert.)**
- c. **Die Tat ausführen: Hast du tatsächlich die notwendigen Schritte unternommen, um die Tötung zu begehen?**
- d. **Die Tat vollenden: Hast du die Tat vollendet (ist die Person tatsächlich gestorben) und hattest du ein Gefühl von Eigenverantwortung und Zufriedenheit darüber?**

4. Der zweite dieser vier Teile hat drei Teile. Nenne und beschreibe sie für den Akt des Tötens.

- a. **Korrekte Identifikation: Hast du die Sache, als das erkannt, was sie ist (z.B. bei einer Abtreibung, hast du den Fötus als Lebewesen wahrgenommen)?**
- b. **Geistesgift (schlechter Gedanke): Standest du unter dem Einfluss eines starken Geistesgiftes, wie Ärger oder Begierde, als du die Tat begangen hast?**
- c. **Motivation: Wolltest du die Person unbedingt verletzen? Hast du dir vorher überlegt, was du ihr antun wirst? Oder war die Tat ein Unfall?**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

5. Worauf bezieht sich die „grundlegendste Tugend“ oder „Ursprung der Tugend“?

Der Ausdruck „grundlegendste Tugend“ oder „Ursprung der Tugend“ bezieht sich im weitesten Sinne auf unseren gesamten Vorrat an gutem Karma. In der Studie darüber, wie diese grundlegendste Tugend oder „Basis“ der Tugend zerstört wird, bezieht sich der Ausdruck speziell auf das, was wir die „Ansammlung von Verdiensten“ oder die Ansammlung guter Taten nennen, die unsere beiden physischen Körper erschaffen, wenn wir ein erleuchtetes Wesen werden. Die „Ansammlung von Weisheit“ erzeugt unseren Geisteszustand, wenn wir ein Buddha werden.

6. Beschreibe, welche Person diese grundlegendste Tugend verlieren kann.

Ein Verlust der grundlegendsten Tugend kann bei Menschen auftreten, männlich oder weiblich (im Gegensatz zu Wesen ohne ausgeprägte Geschlechtsidentität), die intellektuell veranlagt sind. Sie sind fähig anhaltende und starke falsche Ansichten zu haben.

7. Beschreibe zwei Taten, die den Verlust der grundlegendsten Tugend verursachen können.

Folgende zwei Taten können den Verlust der grundlegendsten Tugend verursachen:

- a. **Die Entwicklung falscher Ansichten, indem du z. B. daran festhältst, dass es die Gesetze des Karmas und erleuchtete Wesen nicht gibt.**
- b. **Starker Zorn, der sich auf einen Bodhisattva richtet oder andere sehr intensive Untugenden.**

(Fortsetzung siehe nächste Seite)

8. Warum werden diese fünf Taten „unmittelbar“ genannt? Beschreibe auch die spezifische Art von Wiedergeburt, die diese Taten verursachen.

Diese fünf Taten sind „unmittelbar“, weil man als Folge ihrer Ausführung eine „unmittelbare“ Wiedergeburt in den Höllen erleiden muss, was sich auf die Tatsache bezieht, dass keine andere Art der Wiedergeburt dazwischen liegt. Die Spaltung der Gemeinschaft führt immer zu einer Geburt in der untersten Hölle „Ohne Unterlass“; die anderen führen zu dieser oder zu einer anderen Höllengeburt.

9. Beschreibe die Reihenfolge der Schwere der fünf unmittelbaren Untaten. Nenne vier Eigenschaften der Person, der du dein bestes Geben zukommen lässt, und gib jeweils Beispiele dafür.

Die schwerste ist die Vierte (Herbeiführen einer Spaltung in der Gemeinschaft), weil sie zu einer Wiedergeburt in der untersten Hölle „Ohne Unterlass“ führt, für die Dauer eines ganzen Äons, und weil sie dem Weisheitskörper des Buddhas einen Schlag versetzt, Erkenntnisse verhindert und Chaos im spirituellen Leben von Menschen auf der ganzen Welt während der Dauer der Spaltung verursacht. Die nächste ist die Fünfte (mit böser Absicht das Blut eines Buddha vergießen), dann die Dritte (einen Feindzerstörer töten), dann die Erste (deine Mutter töten), und dann die Zweite (deinen Vater töten).

10. Nenne vier Eigenschaften der Person, der du dein bestes Geben zukommen lässt, und gib jeweils Beispiele dafür.

- a. **Art des Wesens: Menschen sind besser als Tiere.**
- b. **Art des Leids: Einer kranken Person oder jemandem, der friert.**
- c. **Art der Unterstützung, die dir in der Vergangenheit zuteilwurde: Deinen Eltern.**
- d. **Ihre guten Eigenschaften: Einer, der den Pfad betreten hat.**



Course XVI
The Great Ideas of Buddhism, Part One

Tibetan Language Study Guide

Class One

ཇེ་ཙོང་ཁ་པ། ལྷོ་བཟང་གྲགས་པ།

je tsongkapa lobsang drakpa

ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ།

lamtso namsum

པ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེ། བདེ་ཆེན་སྣིང་པོ།

pabongka rinpoche dechen nyingpo

མཁན་རིན་པོ་ཆེ་དགེ་བཤེས་ལྷོ་བཟང་མཐར་ཕྱིན།

ken rinpoche geshe lobsang tarchin

ངེས་འབྱུང་།

ngenjung

སེམས་བསྐྱེད།

semkye

ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ།

yangdakpay tawa

Course XVI: The Great Ideas of Buddhism, Part One
Language Study Guide

གུལ་སྐྱུ་

suk-ku

ཚུ་སྐྱུ་

chu-ku

དུལ་བ།

dulwa

ཞི་བ།

shiwa

ཉེར་ཞི་བ།

nyer shiwa

ཡོན་ཏན་ལྷན་པ།

yunten hlakpa

བརྩོན་བཅས།

tsunche

ལུང་གིས་ལྷུག།

lung gi chuk

དེ་ཉིད་རབ་རྟོགས།

de-nyi rabtok

སྐྱ་མཁམ་ལྷན།

ma-ke den

བཙེ་བའི་བདག་ཉིད།

tseway daknyi

རྒྱ་བ་ལྷངས།

kyowa pang

འཁོར་བ།

korwa

སྙེལ་བཀུར་བྱང་ན་དགའ།

nyekur jung na ga

མ་བྱང་ན་མི་དགའ།

majung na miga

བདེ་བ་བྱང་ན་དགའ།

dewa jung na ga

མ་བྱུང་ན་མི་དགའ།
majung na miga

སྙེན་གྲགས་བྱུང་ན་དགའ།
nyendrak jung na ga

མ་བྱུང་ན་མི་དགའ།
majung na miga

བསྟོད་ར་བྱུང་ན་དགའ།
tura jung na ga

མ་བྱུང་ན་མི་དགའ།
majung na miga

ལས་ངེས་པ།
le ngepa

ལས་འཕེལ་ཆེ་བ།
le pel chewa

ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ།
le majepa dang mi trepa

Course XVI: The Great Ideas of Buddhism, Part One
Language Study Guide

བྱས་པ་ཚུད་མི་བླ་བ།
jepa chu misawa

Class Two

བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས།
jangchub kyi sem

སེམས་བསྐྱེད།
semkye

མར་ཤེས།
marsheshe

དྲིན་དྲན།
drindren

དྲིན་གཟོ།
drinso

ཡིད་འོང་བྱམས་པ།
yi-ong jampa

སྣིང་རྗེ་ཆེན་པོ།
nyingje chenpo

ལྷག་བསམ་རྣམ་དག

hlaksam namdak

སེམས་བསྐྱེད།

semkhye

དོན་དམ་བདེན་པ།

dundam denpa

ཀུན་ཚོ་བ་བདེན་པ།

kuntzob denpa

ཉིན་འབྲེལ།

tendrel

ཚུལ་ཁྲིམས།

tsultrim

སྟོང་པ་ཉིད།

tongpa-nyi

Class Three

ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ།

sherab kyi parul tu chinpa

མངོན་རྟོགས་རྒྱན།

nguntok gyen

ཇེ་བཙུན་བྱམས་པ།

jetsun jampa

འཕགས་པ་ཐོགས་མེད།

pakpa tokme

ཕར་ཕྱིན་མཐའ་དཔྱོད།

parchin tachu

མཁས་གྲུབ་བསྟན་པ་དར་རྒྱས།

kedrup tenpa dargye

རྒྱལ་མཁས་འབྲོ།

kyamdro

ཉན་ཐོས།

nyentu

རང་རྒྱལ།

ranggyel

བྱང་སེམས།

jangsem

ལྷུ་རི་རྒྱལ་ལས་འགྲོ།

gyuy kyamdro

འབྲས་བུ་རི་རྒྱལ་ལས་འགྲོ།

drebuy kyamdro

ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད།

tekchen semkye

མེན་སེམས།

munsem

འཇུག་སེམས།

juksem

ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད།

kundzob semkye

དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད།

dundam semkye

Class Four

ཉོན་མྱི་བ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་
nyundrip malupar pangpay so-sor tangok

ལྷག་བཅས་སྤང་འདས།
hlakche nyangde

ལྷག་མེད་སྤང་འདས།
hlakme nyangde

མི་གནས་པའི་སྤང་འདས།
mi-nepay nyangde

སྲིད་མཐའ།
sita

ཞི་མཐའ།
shita

དགག་བྱ།
gakja

སོ་སོ་སྐྱོ་བ།
soso kyewo

ཇེས་ཐོབ་བྱང་སེམས་འཕགས་པ།

jetop jangsem pakpa

སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པ།

tongnyi ngunsum du tokpay lopa

ཐུན་མོང་གི་ལམ།

tunmong gi lam

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ།

tunmong mayinpay lam

སྔགས་རྩོམ་པ་པོའི་སྟུ།

ngak tsompapoy tu

སྔགས་བརྒྱས་པ་པོའི་རྩུལ་བྲིམས།

ngak depapoy tsultrim

Class Five

གནས་ཁང་གྲི་དང་རྟེན་དབྱམ།

nekang chi dang ten dram

མཚོད་པ།

chupa

སྐྱའབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད།
kyamdro semkye

ཚོགས་ཞིང་གསལ་གཏེབ།
tsokshing seldeb

ཚོགས་བསག་སྒྲིབ་སྤྱང་།
tsok-sak dripjang

གསོལ་འདེབས།
sulndep

ཕྱག་འཚལ།
chaktsel

མཚོད་པ།
chupa

བཤགས་པ།
shakpa

ཡི་རང་བ།
yi-rangwa

ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ།

chunkor korwar kul

གསོལ་འདེབས།

sulndep

བསྟོ་བ།

ngowa

མཐུན་པའི་ཡུལ།

tunpay yul

འདོད་པ་ཚུང་བ།

dupa chungwa

ཚོག་ཤེས་པ།

chok shepa

བྱ་མང་སྤངས།

ja mang pang

ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པ།

tsultrim dakpa

ནམ་ཏོག་སྒང་ས།

namtok pang

ཀང་པ་དགྱིལ་ཀུང་།

kangpa kyilntrul

མིག་མི་དབྱེ་མི་བུམ།

mik miye midzum

ལུས་ངང་།

lu drang

ཐྲག་པ་མཉམ།

trakpa nyam

མགོ་མི་མཐོ་མི་དམའ།

so mitu mima

སོ་མཚུ་རང་ལུགས།

su chu rangluk

ལྷེ་ཡ་སོའི་རང་ལུགས།

che yasoy rangluk

དབུགས་འབྱུང་རྩལ།

uk jung-ngup

ལེ་ལོ།

lelo

དད་པ།

depa

འདུན་པ།

dunpa

བཙོན་འགྲུམ།

tsundru

ཤིན་ཟུངས།

shinjang

ཇིང་གོང།

jinggu

ཤེས་བཞིན།

sheshin

བྱིང་བ་རགས་པ།

jinwa rakpa

བྱིང་བ་ཕྱ་མོ།

jingwa tramo

འདུ་མི་བྱིད་པ།

du mijepa

སེམས་འཇོག་པ།

sem jokpa

རྒྱུན་དུ་འཇོག་པ།

gyundu jokpa

སྒྲུབ་ཏེ་འཇོག་པ།

lente jokpa

ཉེ་བར་འཇོག་པ།

nyewar jokpa

དུལ་བར་བྱིད་པ།

dulwar jepa

ཞི་བར་བྱེད་པ།

shiwara jupa

རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་པ།

nampara shiwara jupa

ཚེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ།

tse chiktu jupa

མཉམ་པར་འཛོག་པ།

nyampara jokpa

Class Six

འཛོག་རྣོ་མ།

jokgom

ཤར་རྣོ་མ།

shargom

དབྱེད་རྣོ་མ།

chegom

དད་པ་སྐྱེད་པ།

depa jangwa

བསམ་པས་བསྟན་པ།

sampe tenpa

ལྷོད་བས་བསྟན་པ།

yorwe tenpa

གུས་པ་བསྐྱེད་པ།

gupa kyewa

སྐྱེས་བུ་རྩུང་དུ་དང་སྐྱུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ།

kyebu chung-ngu dang tunmongway lam gyi rimpa

སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་སྐྱུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ།

kyebu dring dang tunmongway lam gyi rimpa

སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ།

kyebu chenpoy lam gyi rimpa

འངེས་པར་འཆི་བ།

ngepar chiwa

ནམ་འཆི་ངེས་མེད།

nam chi ngepa

འཆི་ཚོ་ཚོས་མ་གཏོགས་མི་པན།

chi tse chu matok mipen

ལས་ངེས་པ།

le ngepa

ལས་འཕེལ་ཆེ་བ།

le pel chewa

ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ།

le majepa dang mitrepa

བྱས་པ་རྒྱད་མི་བླ་བ།

jepa chu misawa

སེམས་བསྐྱེད་པའི་རྩལ།

sem kyepay tsul

ལྷོད་པ་ལ་སློབ་རྩལ།

chupa la loptsul

Class Seven

ཚད་མ།

tsema

ཚད་མས་དམིགས་པ་ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད།

tseme mikpa yupay tsennyi

ང་འམ་ང་དང་འདྲ་བས་གང་ཟག་གི་ཚོད་བབུང་གི། །གང་ཟག་གིས་གང་
ཟག་གི་ཚོད་མི་བབུང་སྟེ། ཉམས་པར་གུར་ཏ་རེ།

*nga-am nga dang drawe gangsak gi tsu sung gi, gangsak gi gangsak gi
tsu misung te, nyampar gyur ta re*

མངོན་སུམ་ཚད་མ། མངོན་གུར།

ngunsum tsema ngungyur

ཇེས་དཔག་ཚད་མ། རྟོག་གུར། ཤིན་ཏུ་རྟོག་གུར།

jepak tsema kokgyur shintu kokgyur

ཚད་མར་གུར་པ་འགོ་ལ་ཕན་བཞེད་པ། སྟོན་པ་བདེ་གཤེགས་སྐྱོབ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

tsema gyurpa dro la pen shepa, tunpa deshek kyobla chaktsel lo

གསར་དུ་མི་སྣ་བའི་རིག་པ།

sardu mi-luway rikpa

ཚད་མའི་སྐྱེས་བུ།

tsemay kyebu

དཔུད་པ་གསུམ།

chepa sum

Class Eight

ཉེར་ཡིན་གྱི་རྒྱུ།

nyerlen gyi gyu

དབང་པོའི་གཟུགས།

wangpoy suk

ཕྱིའི་གཟུགས།

chiy suk

གཞན་གྱི་རྒྱུ།

shen gyi gyu

ཐ་མལ་པའི་འཆི་ཁའི་རིག་པ་ཚོས་ཅན།

tamelpay chikay rikpa chuchen

རིག་པ་ཕྱི་མར་མཚམས་སྐྱོར་ཏེ།

rikpa chimar tsam jor te

ཆགས་ཅན་གྱི་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

chakchen gyi rikpa yinpay chir

འདོད་སྤྱོད།

duse

འཇིགས་སྲིད།

jikse

སྲིད་སྲིད།

sise

Class Nine

ཚུམ་མངོན་པ་མཛོད།

chu ngunpa dzu

ལྷོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན།

lopun yiknyen

མཛོད་ཤིག་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད།

dzutik tarlam selje

རྒྱལ་བ་དགོ་འདུན་གྲུབ།

gyalwa gendun drup

ཚུམ་མངོན་པ།

chu ngunpa

ཚུམ་མངོན་ཤེས་རབ་དྲི་མིད་རྗེས་འབྲང་བཅས།

chungun sherab drime jedrang che

Course XVI: The Great Ideas of Buddhism, Part One
Language Study Guide

བཟོད་བྱ།

juja

དགོས་པ།

gupa

ཉིད་དགོས།

nyigu

ཉིང་དགོས།

nyinggu

འབྲེལ་བ།

drelwa

སེམས་པ།

sempa

ཡིད་ཀྱི་ལས།

yi kyi le

སེམས་པས་བྱས་པ།

sempe jepa

སེམས་གཡིངས་པ།

sem yengpa

སེམས་མེད་པ།

sem mepa

དགོ་དང་མི་དགོ།

ge dang mi ge

རྗེས་འབྲེལ།

jedrel

འབྲུང་བ་ཆེ་རྣམས་རྒྱུར་བྱས་པ།

jungwa che nam gyur jepa

རེ་ཞིག་རྣམ་སྐྱེན་ཡིད་འོང་དང་གཏན་དུ་སྐྱབ་བསྐྱེལ་སྐྱོབ་པའི་ལས་ནི་དགོ་བ།

reshik nammin yi-ong dang ten du dukngel kyobpay le ni gewa

རྣམ་སྐྱེན་ཡིད་མི་འོང་བའི་ལས་ནི་མི་དགོ་བ།

nammin yi mi-ongway le ni mi-gewa

ཡིད་འོང་ཡིད་མི་འོང་ལས་གཞན་པའི་ལས་ནི་ལྷུང་མ་བསྟན།

yi-ong yi mi-ong le shenpay le ni lungmaten

Course XVI: The Great Ideas of Buddhism, Part One
Language Study Guide

ངོ་ཚ།

ngotsa

ཁྲིལ་ཡོད།

trelyu

སློབ་གཙུག་ལག་ལྷན་ཁག་གི་མཚན་ལོ་ལོ་ལོ།

sok chu

མ་གྲིན་ལེན།

majin len

ལོ་ག་གཡེམ།

lokyem

བརྩུག་མཁའ་ལྷོ་ལྷོ།

dzun ma

ཏྲ་མ།

trama

ཚིག་རྩུབ།

tsik tsub

ཚིག་ཀྱལ།

tsik kyel

བརྒྱབ་སེམས།

nabsem

གཞོན་སེམས།

nu-sum

ལོག་ལྟ།

lokta

ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ།

kunshi nampar shepa

བག་ཆགས།

bakchak

Class Ten

བདག་འཇོན་གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས།

dakdzin nyi kyi bakchak

བདག་འཇོན་གཉིས་སྐྱེས།

dakdzin nyi kye

ཡི་འོང་མི་འོང་ཚུལ་མིན་རྟོག

yi-ong mi-ong tsulmin tok

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲིམ།

duchak shedang kye

ལས་བསགས།

le sak

འཁོར་བར་འཁོར།

korwar kor

དགེ་ཅུ།

getsa

བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས།

sunam kyi tsok

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས།

yeshe kyi tsok

དགེ་ཅུ་གཅོད་པ།

getsa chupa

