

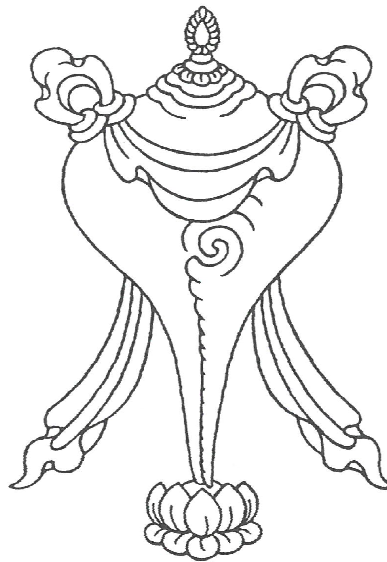
DAGYAB KYABGÖN RINPOCHE

Buddha Vairochana
aus der Reihe:
Die Fünf Buddha-Familien

Tibethaus Deutschland, Frankfurt

Freitag, 18. Juli bis
Sonntag, 20. Juli 2014

Transkription



Beschreibung des Transkriptionsprojektes

Ziel des Transkriptionsprojektes ist es, die Unterweisungen von S. E. Dagyab Kyabgön Rinpoche zunächst in möglichst originalem Wortlaut in Schriftform niederzulegen und dadurch zu erhalten und zu sichern.

Nach weiteren Überarbeitungen werden die Texte allen Schülerinnen und Schülern Rinpoches sowie Besuchern des Tibethauses in der dortigen Bibliothek zur Verfügung stehen. Darüber hinaus sollen ausgewählte Unterweisungen auch auf dem Buchmarkt veröffentlicht werden.

Durch ein Online-Archiv auf der Website des Tibethauses sollen Rinpoches Unterweisungen für einen noch größeren Kreis von Interessierten zugänglich gemacht werden.

Zu unserem großen Glück gibt Rinpoche seit über dreißig Jahren Unterweisungen, sodass es sich um ein sehr umfangreiches Projekt handelt. Wir freuen uns sehr, dass es durch die großartige Arbeit seiner Schülerinnen und Schüler möglich wird.

Möglichkeit zur Mitarbeit

Für das Fortschreiten des Transkriptionsprojektes sind wir auf ehrenamtliche Hilfe angewiesen. Wer sich durch Erstellen von Transkriptionen oder andere Tätigkeiten engagieren möchte ist herzlich dazu eingeladen.

Bitte kontaktieren Sie uns unter: transkription@tibethaus.com

1. Auflage 2016

© S. E. Dagyab Kyabgön Rinpoche
Alle Rechte vorbehalten

Transkription und sprachliche Bearbeitung: Gerda und Wilhelm Müller
Überarbeitung: Sabine Leuschner
Projektkoordination: Inge Jansen, Willi Maaßen

Umschlaggestaltung: Andreas Ansmann
Umschlagbild: Tibetan Symbols and Motifs, Robert Beer

Bezugsadresse:
Tibethaus Deutschland e.V.
Kaufunger Str. 4, 60486 Frankfurt
www.tibethaus.com

Die fünf Buddhafamilien – Vairochana

Buddha Vairochana und die Umwandlung der Hindernisse im Geist

S. E. Dagyab Kyabgön Rinpoche

Einführung	2
Die Unterweisung auf sich selbst beziehen	3
Aspekte des Bewusstseins.....	4
Prozess der Wahrnehmung	5
Zustände des Geistes.....	5
Vairochana bereinigt Unwissenheit	6
Basis, Weg und Ergebnis.....	8
Fünf Betrachtungsweisen des Buddha-Geistes	9
Wie Geistesgifte entstehen	11
Einsicht in Praxis umsetzen	12
Relative und absolute Ebene.....	14
Reinigung.....	15
Transformation – der Weg.....	15
Überheblichkeit.....	16
Anhaftung.....	17
Neid	17
Verblendung.....	18
Hass	18
Erklärungen nach Jamgön Kongtrül	19
Verblendung.....	19
Hass	20
Überheblichkeit/ Stolz.....	21
Anhaftung.....	22
Neid	22
Vairochana in der Ermächtigung.....	23
Philologische Bedeutung.....	24
Vairochana in den tantrischen Gelübden.....	25
Kayas	27
Ikonografischer Aspekt.....	29
Kayas im Mahaannuttarayoga Tantra.....	29
Drei Samayas „Ethische Disziplin“	30
Auszüge aus dem Text „Analyse der Ursachen der Dämonen“	32
Drei Samayas „Zuflucht“	37
Formelle Zuflucht	40
Fragen und Antworten	41

Freitag, 18. Juli 2014

Einführung

Einen wunderschönen guten Abend und herzlich willkommen allerseits! Ich freue mich, dass ihr trotz dieser Hitze gekommen seid und ich freue mich, euch zu sehen. Wir sind einige Zeit nicht mehr zusammen gekommen, aber wenn ich euch so sehe, alle sehen so gut aus. Ich glaube, es geht allen gut. Ich habe es mir auch gut gehen lassen, denn ich habe einen sechswöchigen Retreat in den Schweizer Bergen gemacht und das war vielleicht eine der schönsten Zeiten in meinem Leben wenn nicht *die* schönste Zeit meines Lebens. Die Schönheit lag in der Ruhe, ich konnte mich sechs Wochen lang wirklich gut konzentrieren, dabei gab es keine Störungen. Meine Frau und ich waren allein, die Gegend ist wunderbar. Meine Sitzungen waren natürlich nicht so... es könnte besser sein, konzentrierter sein. Aber diese schöne Landschaft hat mich gezwungen, immer wieder aus dem Fenster zu schauen. Man sieht die Schneeberge, die Felsen, den Wald, all das Grün. Die Natur hat mich sozusagen „attackiert“, sie anzuschauen. Aber dadurch habe ich mich auch sehr wohl gefühlt. Meine Konzentration hat sich von Tag zu Tag verbessert, das war gut, aber dabei habe ich auch etwas gelernt. Und zwar habe ich gelernt, dass ich zu wenig weiß. Und durch die Erfahrung, dass ich so wenig weiß, dass ich bei so vielen Themenbereichen der Meditation so unsicher bin, das hat mir eigentlich Freude gemacht. Versteht ihr, wovon ich rede? Ich freue mich, dass ich weiß, dass ich zu wenig weiß. Man kann ja theoretisch von mir, in meinem Alter von 74 Jahren, von denen ich über 60 Jahre lang den Buddhismus studiert habe erwarten, dass ich keine Wissenslücken mehr habe. Aber es ist gut, diese Wissenslücken zu entdecken!

Wenn ich denken würde, ich bin seit soundso vielen Jahren Buddhist, ich habe diese hohe Stellung, diesen Tulku-Rang, dadurch könnte ich überheblich werden. Doch stattdessen die eigenen Schwächen und Fehler zu entdecken, das ist eine große Leistung. Überheblichkeit macht uns wirklich zu schaffen. Wir haben genügend geistige Gifte und darunter gehört Überheblichkeit zu den schlimmeren Konzepten. Denn sie blockiert uns, noch mehr wissen zu wollen. Ich kenne ja viele Menschen aus dem Bereich der Wissenschaften, da ich 38 Jahre lang an der Uni Bonn gearbeitet habe. Daher weiß ich, wie wir Wissenschaftler denken. Sobald wir etwas Wissen haben, denken wir, wir wissen *sehr* viel. Diese ganze Überheblichkeit, dieser Stolz auf sich selbst, über die eigenen Erkenntnisse, das ist gang und gebe.

Ich weiß nicht, wie nah ich durch meine tantrische Praxis der Buddhaschaft gekommen bin, aber meine Fehler zu entdecken, das ist viel wertvoller als einen göttlichen Zustand, Dingsbums, zu erfahren. Und darüber freue ich mich sehr. Jedes Mal, wenn ich mich zur Meditation hinsetzte, freute ich mich sehr, weitere Fehler von mir zu entdecken, sie zu recherchieren und es natürlich nicht dabei zu belassen sondern zu versuchen, die Wissenslücken zu füllen. Ich konnte gut studieren, da ich durch die Möglichkeiten der modernen Technik, mit meinem Laptop und einer externen Festplatte, Zugang zu umfangreichen Textsammlungen hatte und immer nach Bedarf darin lesen konnte. Das war wunderbar.

Ihr seid gekommen, um mit mir heute ein bisschen zu plaudern und vielleicht über dieses und jenes etwas zu erfahren. Die Erklärungen, die ich heute, morgen und auch übermorgen liefern soll, sind kein leichtes Thema aber ich versuche zwischendurch mal, es lebendig und ein bisschen verständlicher zu machen.

Die Unterweisung auf sich selbst beziehen

Unser Thema, Buddha Vairochana, ist natürlich ein sehr anspruchsvolles Thema wenn man darüber sprechen möchte. Daher ist es für mich auch ein bisschen schwer, es plausibel zu erklären. Aber wir versuchen das. Sowohl diese inhaltliche Schwierigkeit, als auch die sprachlichen Probleme machen es noch schwieriger für uns alle, dieses Thema richtig zu verstehen. Aber wir sollen alle versuchen, uns Mühe zu geben, es zu verstehen. Alles, was ich erzählen werde, ist nicht so zu betrachten wie Märchen zu erzählen oder in einer Zeitung zu lesen oder so, sondern es geht dabei um unseren eigenen geistigen Zustand, um unseren jetzigen Zustand. Es geht um unsere Möglichkeit, sich weiter zu entwickeln und darum, was wir erreichen können und erreichen werden, wenn die Voraussetzungen erfüllt sind. Letztendlich will ich deshalb damit sagen, es kommt darauf an, auf welche Weise wir buddhistische Unterweisungen hören wollen, nicht wahr? Für die ältere Schülerschaft geht es nicht unbedingt darum, neue Dinge zu hören, die sie noch niemals gehört hat. Das ist nicht der Fall. Aber *wie* wir diese hören und verarbeiten wollen, darum geht es.

Früher haben wir von meinem Lehrer Kyabje Dorje Chang viele, viele Unterweisungen bekommen. Er sagte immer wieder einmal: „Wenn ihr Unterweisungen hört, dann solltet ihr versuchen, das Gehörte sofort mit euch selbst zu verbinden, mit euch zu verankern.“ Er hat etwas erklärt und ich soll gleich prüfen, wie es mit meinem geistigen Zustand zusammenpasst. Wie kann ich diese Unterweisung mit meinem geistigen Zustand verankern? Wie kann ich sie in meinem Geist aufnehmen und verarbeiten? Er hat erwartet, dass wir gleich versuchen, es in Praxis umzusetzen, es sofort anzuwenden, zumindest anwenden zu wollen. Das wäre wesentlich und wichtig. „Aber es wäre falsch, wenn ihr,“ so sagte Kyabje Dorje Chang damals, „die Erwartung hättet, heute etwas ganz Neues zu hören. Und alles, was ich erkläre, auf andere Menschen zu beziehen. Man muss es auf sich selbst beziehen.“ So hat er immer wieder mal betont. Ich als Schüler bin nicht verantwortlich, die Fehler der anderen Menschen aufgrund dieser Unterweisung zu suchen und zu finden, sondern meine eigenen Fehler. Letzten Endes bedeutet Dharma zu hören, buddhistische Unterweisungen zu hören, dass wir in diesen Unterweisungen eine Korrektur sehen müssen, um den eigenen Geist zu verbessern.

Wie ich immer betone, letztendlich geht es darum, aus sich selbst einen guten Menschen zu machen. Ich kann, ich muss aus mir selber einen guten Menschen machen, aber niemand anderen, nicht wahr? So, darüber sprechen wir andauernd. Ich habe gestern oder vorgestern, ich weiß nicht mehr, im Internet Teachings vom Dalai Lama in Ladakh zwischendurch ein bisschen gehört. Und er hat, spezifisch zu den Ladakhpas, den Menschen aus Ladakh, und natürlich einschließlich der Tibeter und Westler, die dort versammelt waren, gesagt: Ihr seid hierhergekommen, um eure eigenen Fehler zu suchen. Ihr habt ja etwas schwierige Umstände gehabt, um an diesen Teachings teilzunehmen.

Da gab es viele Verkehrsprobleme, Mangel an Verkehrsmitteln und Kommunikationsprobleme. Es gab zwar eine Art von Zelt, aber es schützt nur dann, wenn keine Sonne scheint und kein Regen fällt.

Wenn Regen fällt, dann kommt alles durch. Und wenn die Sonne scheint, wird es noch heißer. Dieses Zelt hat keine Seitenwände. Und dadurch kommt so viel Staub in das Zelt, wenn der Wind bläst.

Die Menschen müssen viele Unannehmlichkeiten überwinden während ich mich einfach gemütlich hinsetzen kann, den Laptop einschalten und zuhören und gucken, nicht? Ich kann versuchen, mich auf diese Weise zu verändern, aber diese Menschen dort müssen einige Mühen auf sich nehmen. So jedenfalls: „Unter diesen Umständen seid ihr hierhergekommen. Das ist schön. Aber es muss sich lohnen, indem ihr euch selber korrigiert.“ So hat er sehr stark betont. Das ist wirklich sehr, sehr richtig.

Aspekte des Bewusstseins

So nun, wie gesagt, sich selbst zu verändern, sich selber zu korrigieren, das ist gerade unser Thema mit den sogenannten Fünf Buddha-Familien oder fünf Buddha-Arten, könnte man auch sagen. Um über dieses Thema zu sprechen ist es nötig, noch etwas den Hintergrund zu erklären. Man kann nicht sofort den Namen von fünf verschiedenen Buddhas erwähnen, als ob diese fünf Buddhas als unterschiedliche Wesenheiten zu betrachten wären. Das wäre verkehrt.

Mehr oder weniger muss ich bei Adam und Eva anfangen, nicht wahr? Wenn wir allein das Wort „Buddha“ benutzen, müssen wir wissen, was verstehen wir unter „Buddha“. Unter Buddha verstehen wir einen Zustand, Buddhaschaft ist ein Zustand. Wenn jemand, ein Mensch, ein Wesen, diesen Zustand erreicht hat, ist er oder sie Buddha. Buddhaschaft bedeutet einen Zustand, in dem sämtliche Negativität, nämlich alle geistigen Hindernisse überwunden und in dem alle Vollkommenheiten, alle guten Qualitäten vorhanden und vollständig entwickelt sind. Dieser Zustand ist dann Buddhaschaft, eine Vollkommenheit.

Wie kann man diese Vollkommenheit erlangen? Warum besitzen wir keine Vollkommenheit? Das ist dann die nächste Frage. Dann könnte man weiterfragen, worin besteht diese Vollkommenheit? Worauf beruht diese Vollkommenheit und womit erreiche ich diese Vollkommenheit? Da kann man verschiedene Aspekte mit einbeziehen. Letztendlich kann sich dieser Zustand, diese Vollkommenheit nur auf einer geistigen Ebene befinden. Diese Qualität ist nicht auf dem gröberen, vor allem dem gröberen physikalischen Zustand, dem physikalischen Dasein zu finden. So, letztendlich kommt man zurück auf Körper und Geist, nicht wahr? Wir sprechen ja gar nicht über Tische und Stühle usw., wie werden diese Stühle weiter existieren, was wird in hundert Jahren mit diesen Tischen und Stühlen sein? Darum geht es ja nicht. Sie werden irgendwann kaputt gehen und fertig, aus, nicht wahr?

Prozess der Wahrnehmung

Wir sprechen über einen Entwicklungsprozess. Ein derartiger Entwicklungsprozess kann nur auf der geistigen Ebene stattfinden. Auf der materiellen Ebene gibt es natürlich auch Entwicklungen, aber nicht solche ernsthaften und gravierenden Entwicklungen.

So gesehen, sprechen wir von einem geistigen Zustand. Irgendeine Art von geistigem Zustand haben wir alle, diesen Zustand gibt es auch bei Ameisen und Läusen und wem auch immer. Alle Tiere haben ja einen gewissen Geist.

Und unser geistiger Zustand, wenn ich vom gröberen Zustand spreche, wie wir es normalerweise tun, dann handelt es sich um die Wahrnehmung. Wir agieren durch Sehen, durch Hören, durch Riechen, durch Schmecken und durch Fühlen. Durch diese fünf Sinnesorgane nehmen wir von einem gewissen Objekt etwas wahr. Durch diese fünf verschiedenen Wahrnehmungen, sage ich mal ganz salopp, implizieren wir etwas: gut und schlecht, schön und hässlich, angenehm und unangenehm, wohl und nicht wohl. Solche unterschiedlichen Aspekte werden dadurch verursacht oder produziert. Das sind alles geistige Aktivitäten. Jede geistige Aktivität nach außen entfaltet eine etwas weiterführende Aktivität durch unsere Sprache, durch unsere körperliche Handlung. Nach außen, habe ich gesagt.

Zustände des Geistes

Nach innen werden durch die Wahrnehmung Eindrücke angesammelt. Durch die unterschiedliche Ansammlung von Eindrücken produzieren wir unsere Zukunft, einfach so. Wo finden diese Eindrücke statt? Diese Eindrücke werden auf einer tieferen Ebene unseres geistigen Zustandes platziert. So oder so, das muss immer auf dem geistigen Bereich stattfinden. Diese Eindrücke können sich nicht irgendwie auf einen anderen Zustand verlagern. Weil sie sich weiter kontinuierlich fortsetzen müssen - fortsetzen werden und müssen. Wenn ich so spreche, dann komme ich automatisch auf ein Kontinuum des Geistes zu sprechen. Wir, als Buddhisten akzeptieren nicht auf Befehl sondern nur durch Logik, dass es ein Kontinuum des Geistes gibt. Wenn wir sterben, wird uns natürlich unser Körper nicht mehr in die nächste Existenz begleiten, aber der Geist. So gesehen hat der Geist unterschiedliche Niveaus. Ein gewisses Niveau des Geistes wird uns nur solange wir leben begleiten. Aber eine andere Art von Geist geht immer weiter, von einer Existenz zur anderen Existenz. Diesen Geist nennen wir das subtile oder subtilste Bewusstsein. Ganz einfach gesagt: gröberer geistiger Zustand, feinerer geistiger Zustand und subtiler geistiger Zustand, von diesen drei Zuständen können wir nun sprechen.

Der gröbere und feinere Zustand wird uns nur begleiten, solange wir leben. Nur der subtile Zustand geht weiter. Das subtile Bewusstsein ist der Träger der Eindrücke, Träger des Karma. Wir sprechen nun von Karma. Wenn wir Karma ansammeln, nennen wir das das Ansammeln von verschiedenem Karma oder das Speichern der karmischen Eindrücke. Das passiert nur auf dem subtilen Bewusstsein. So gesehen, könnte man schon ahnen, es passiert so viel auf dem geistigen Bereich. Das bedeutet, der Geist hat unterschiedliche Aspekte: einen eigenständigen Zustand und einen Zustand, der durch verschiedene andere Aspekte oder andere Anregungen oder andere, was auch immer, beeinflusst wird, der ein weiterführender geistiger Zustand ist.

Da gibt es sehr, sehr viele Aspekte.

Nehmen wir das Wasser als Beispiel. Das Wasser hat so viele, was soll ich sagen, Eigenschaften. Aber eigentlich hat es nur eine Qualität: feucht und flüssig. So heißt das in der buddhistischen Philosophie. Die Definition des Wassers ist: feucht und flüssig. Feucht ist z. B. Dampf.

Wenn wir beim Beispiel Wasser bleiben: dieses feuchte und flüssige Material kann durch so viele Dinge verschmutzt sein, durch Erde oder sonstige chemische Substanzen oder was auch immer. Man sieht immer noch Flüssigkeit mit den Eigenschaften feucht und flüssig, aber man kann sie nicht so deutlich erkennen, wie sie eigentlich ist.

Sondern man erkennt es nur als Paket sozusagen, als Flüssigkeit, die mit vielen Dingen wie Erde, Matsch, Sand oder sonstigen chemischen Substanzen verbunden ist. Dadurch ist das gesamte Wasser irgendwie ungenießbar geworden. Aber dennoch hat das Wasser seinen eigenständigen Zustand, feucht und flüssig, nicht verloren.

So wie dieses ist unser Geist ein unbrauchbarer Geist, weil er mit so vielen Konzepten vermischt ist. Dennoch, der eigentliche Zustand des Geistes, klar und erkennend, ist immer noch vorhanden. Das Problem ist nur, er kommt nicht zur Geltung. Das bedeutet, dieser Makel, diese Unreinheit des Geistes ist nicht zur Natur des Geistes geworden sondern er ist nur damit vermischt worden. Dadurch ist es einfach ein vorübergehendes Problem geworden. Wenn wir wollen, können wir uns durch die richtige Anwendung der Methode von diesem Problem trennen. Und wenn wir das tun, dann kommt der Geist zur Geltung. Diese ganze Komplikation, diese ganzen Konzepte, die wir als geistige Gifte bezeichnen, werden natürlich durch die Unwissenheit als Ursprung hervorgerufen oder kommen durch die Unwissenheit zustande. Unwissenheit heißt Nichtwissen. Nichtwissen heißt, nicht wissen über die absolute Position, den absoluten Zustand aller Phänomene, nicht wahr? Wir verstehen so vieles aber wir verstehen eigentlich, wenn es wirklich darauf ankommt, immer falsch. Das ist das Problem.

Vairochana bereinigt Unwissenheit

Wir sind immer mit oberflächlichen Dingen beschäftigt, die wir als die relative Ebene bezeichnen. Wir beschäftigen uns nur mit der relativen Ebene. Wir wissen nicht, wie die absolute Ebene zu betrachten ist. Wir wissen nicht oder wir wissen zu wenig, wie die absolute Ebene zu verstehen ist. Und manchmal denke ich mir wirklich, dass wir nicht wissen, dass es eine absolute Ebene zu verstehen gibt, nicht wahr? Weil wir uns damit zu wenig auseinandersetzen. Wir erfahren gar nichts, irgendwie durch Erzählen oder Lesen, wo über die Trennung oder Beseitigung der geistigen Gifte gesprochen wird, wie das wirklich stattfinden soll und wie wir selber diesen Prozess machen können und machen wollen. Das ist unser eigentliches Problem. Wir sind einfach mit den geistigen Giften vertraut und daran gewöhnt, zumindest seit Geburt. Und eigentlich noch viel früher, wie wir Buddhisten sagen, seit anfangsloser Zeit sind wir irgendwie damit vertraut. Wir haben damit gelebt und uns damit abgefunden, könnte man sagen, ohne uns damit auseinanderzusetzen.

Der Grund, dass wir zu wenig Ahnung haben und dass wir uns zu wenig dafür interessieren, liegt am Mangel an Information und am Mangel der Ernsthaftigkeit, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen. Wie gesagt, man hat sich damit abgefunden. Wir wollen einfach damit leben. Und wir denken, da gibt es gar keine andere Möglichkeit als das, was wir jetzt gerade haben.

Ich möchte vielleicht gerne ganz kurz das eigentliche Ziel, worüber ich sprechen möchte, damit verbinden. Und dann komme ich wieder zurück zu dem, was ich gerade ausführe. Diese Unwissenheit ist eine Art von trübem Zustand, der über den eigentlichen Inhalt des absoluten Zustandes verblendet ist.

Ohne Bemühung um das Verständnis der eigenen Probleme, die aufgrund von Mangel an Wissen über den absoluten Zustand entstehen, kommen wir aus dieser Fessel, aus diesem Netz nicht heraus. Aber wenn wir eine etwas tiefere Ebene betrachten, dann wissen wir, da gibt es eine Möglichkeit, sich von dieser unendlichen Trübheit zu befreien. Ich habe hier ein Zitat aus einem tantrischen Text. Wenn wir, wie ich gesagt habe, über die fünf Buddhas sprechen, müssen wir das Wissen vom Tantra mit einbeziehen. Im Sutra gibt es ikonographische Darstellungen. Wisst ihr was Ikonographie ist? Ikonographie ist das Studium über die Form beispielsweise eines Buddha. Das ist Ikonographie. Und ikonographische Darstellungen sind verschiedene Formen, verschiedene Farben, Haltungen usw. So, wie gesagt, im Sutra gibt es zwar ikonographische Darstellungen von den fünf Buddha-Familien in der sogenannten Nirmanakaya-Form, also ohne Juwelenschmuck, wie Buddha Shakyamuni, doch mit unterschiedlicher Körperfarbe und Handhaltung. Aber es wird wenig über die Bedeutung der einzelnen Buddhas gesprochen. Und das kommt dann hauptsächlich oder nur vom Tantra, aus der Tantra-Lehre.

Ich finde diese Erklärung in einem Segensspruch über Vairochana, sehr sehr schön formuliert:

Vairochana raubt immer (nimmt) die Leiden des Samsara (weg).

Vairochana schützt die Menschen vor der Gefahr der Dummheit.

Vairochana stellt alle Phänomene ganz klar dar, wie der Spiegel die Formen.

Wo immer ein Spiegel einem Phänomen gegenüber steht, erscheint sofort diese Form. Der Spiegel macht keine Auswahl: „Ich will, dass in mir dies erscheint und jenes nicht.“ Sondern alles erscheint im Spiegel, sobald die Phänomene damit zusammengekommen sind. So, deshalb ist die Weisheit des Vairochana die Spiegelgleiche ursprüngliche Weisheit. Denn durch die Natur des Vairochana, die die Reinheit von der Unwissenheit ist bzw. ist sie die Reinheit der Form, eines der fünf Skandhas. Wir besitzen eine Form, wir besitzen unterschiedliche Arten von geistigen Zuständen, obwohl diese unrein sind. Aber durch diese Reinigungsmethode werden sie gereinigt. Und Reinheit ist die Erscheinung der fünf Buddha-Familien und die Erscheinung der fünf ursprünglichen Weisheiten.

Basis, Weg und Ergebnis

So, nun werde ich noch mal anderweitig erklären. Man spricht im Buddhismus von Basis, Weg und Ergebnis. Basis heißt, wo wir uns befinden und wie wir sind. Das ist die Basis. Der Weg heißt, etwas transformieren. Das Ergebnis wäre das Resultat der Transformation.

Wir besitzen fünf Skandhas. Die fünf Skandhas sind:

- das Skandha der Form,
- das Skandha des Gefühls,
- das Skandha der Wahrnehmung,
- das Skandha der Gestaltungsfaktoren und
- das Skandha des Bewusstseins.

Wir bestehen aus diesen fünf Skandhas. Das ist sozusagen eine Art Präsentation von uns. Und darüber hinaus, wie ich vorhin schon erwähnt habe, bestehen wir aus Körper und Geist. Was den Geist angeht, da gibt es verschiedene Geistesfaktoren. Und zwar geht es um das Hassgefühl, um Anhaftung, Neid, Überheblichkeit und Geiz und Verblendung und weitere. Insgesamt gibt es sehr viele Geistesfaktoren.

Davon werden die fünf gravierendsten Geistesfaktoren als die fünf geistigen Gifte bezeichnet. Es gibt verschiedene Aufzählungen. Manchmal oder sehr häufig sprechen wir von drei geistigen Giften. Dann wiederum sprechen wir von fünf geistigen Giften, oder von sechs Wurzel-Geistesgiften und zwanzig Neben-Geistesgiften. Da gibt es verschiedene Aufteilungen oder Analysen.

Jedenfalls, diese fünf geistigen Gifte, die wir besitzen, müssen gereinigt werden. Wir empfinden im Moment so, als ob unser Geist und Anhaftung ein und dasselbe sind und dass die Geistesgifte nur unterschiedliche Aspekte von unserem Geist sind. Aber die eigentliche Bedeutung ist der Geist. Somit denken wir, dieser Hass, Anhaftung, Verblendung oder was auch immer, die sind als die Natur des Geistes zu verstehen. Das ist unser Hauptfehler. Wir sollen sie als Fehler des Geistes erkennen, aber nicht als die Natur des Geistes. Ein Aspekt von Geist ja, ein gewisser Zustand des Geistes ja, aber nicht die Natur des Geistes. Diese Probleme sind sehr gravierend und sehr, sehr dicht mit unserem Bewusstsein verankert. Aber sie sind trennbar von unserem Geist. Dafür müssen wir verschiedene Methoden anwenden. Die fünf geistigen Gifte sind die Basis, die gereinigt bzw. transformiert werden muss. Und zum Schluss sind die Reinheit der fünf geistigen Gifte die fünf ursprünglichen Weisheiten der Buddhas.

Fünf Betrachtungsweisen des Buddha-Geistes

Die nächste Erklärung wäre folgendes: Einmal sprechen wir vom Buddha wie bei Buddha Shakyamuni. Parallel dazu ist die Rede von mehr oder weniger fünf Buddha-Arten. Und wir sprechen von Buddhas Geist auf der einen Seite, von den fünf Ursprünglichen Weisheiten auf der anderen Seite. Wie sollen wir das alles zusammenbringen? Der Buddha und die fünf verschiedenen Buddha-Familien oder die fünf verschiedenen Arten von Buddhas oder das sonstige vielfältige Buddha-Pantheon sind letztendlich ein und dasselbe. Und parallel dazu, Buddhas Bewusstsein, Buddha-Geist und die fünf ursprünglichen Weisheiten, das ist auch ein und dasselbe, es sind nur unterschiedliche Aspekte und unterschiedliche Perspektiven.

Wenn ich von einem bestimmten Winkel aus betrachte, von dieser Qualität her gesehen, wird dieses Buddha-Bewusstsein oder Buddhas Geist die jeweilige Ursprüngliche Weisheit, also

- die ursprüngliche Weisheit der Wesensgleichheit,
- die ursprüngliche Weisheit der Unterscheidung,
- die ursprüngliche Weisheit der vollendeten Aktivitäten,
- die ursprüngliche Weisheit des Dharmadatu und
- die ursprüngliche Weisheit der Spiegelgleichheit.

Die unterschiedlichen Aspekte ergeben sich daraus, aus welcher Perspektive man schaut. Wenn ich meinen Geist betrachte, erscheint er ganz neutral. Wenn ich aber meinen Hass, meine Anhaftung, meinen Neid usw., einzeln auseinander halte, dann erscheinen natürlich mehrere Arten von meinem Geist. Aber das heißt nicht, dass ich so viele Arten von Geist besitze. Ich besitze nur einen Geist, aber mit unterschiedlichen Perspektiven, unterschiedlichen schlechten Qualitäten. Daher könnte man sagen, so viele unterschiedliche Geistesfaktoren gibt es. So letztendlich, was wollen wir damit erreichen?

Heute Abend möchte ich eine kurze, mehr oder weniger einführende Erklärung geben. Morgen kommen wahrscheinlich auch noch neue Leute dazu. Dann gehe ich noch ein bisschen weiter. Sonst habe ich immer ein bisschen Probleme, wenn unterschiedliche Menschen zu unterschiedlichen Zeitpunkten kommen und dann einer Gruppe die Informationen fehlen. Die Verkettung, die ich jetzt aufbaue, können diejenigen nicht wissen. Dann habe ich die Schwierigkeit: "Ah, die und die waren gestern nicht da. Ich sollte doch die anfängliche, gründliche Erklärung noch einmal geben." Wenn alle von Anfang bis Ende in einem Stück bleiben würden, dann ist es natürlich viel leichter zu erklären. Sonst habe ich eine Tendenz, Rücksicht zu nehmen, und das ist dann natürlich zeitraubend.

So, kurz und gut, diese ganze Erklärung soll dazu dienen zu verstehen, wozu es überhaupt solche Erklärungen über solche unterschiedlichen Buddhas und deren ursprüngliche Weisheiten gibt. Obwohl man über verschiedene Dinge spricht, sprechen wir letztendlich über *Eines*, und wir sollen alles zusammenbringen und zusammenfügen, alles auf einen gemeinsamen Punkt bringen, das ist wesentlich und das ist wichtig. Ganz kurz gesagt, die Information über Buddha Vairochana soll für uns klar machen, dass wir unbedingt unsere Unwissenheit entwurzeln müssen.

Und das können wir auch. Nur darum geht es. Um das zu verdeutlichen, wie ich vorhin erklärt habe: weil das nicht die Natur des Geistes geworden ist, sondern weil es ein vorübergehendes Problem ist usw. usf. Es dreht sich alles um diesen Punkt.

Ich werde nur noch einen Schritt weitergehen und dann können wir die heutige Erklärung dabei belassen. Es wird auch im Tantra in einer Lobpreisung gesagt:

Vairochana ist große Reinheit.

Er ist unerschütterlich.

Er ist Frieden.

Er ist große Freude.

Er ist die Vortrefflichkeit des Klaren Lichts.

Und er ist der unerschütterliche Lehrer.

Diese vielen Eigenschaften werden speziell mit Vairochana in Verbindung gebracht. Wenn ich jetzt darüber spreche, dann ist es für uns relativ klar. Vorhin habe ich gesagt, dass Vairochana die Reinheit der Verblendung ist, deshalb wird Vairochana als die große Reinheit bezeichnet. Und deshalb, wenn wir z. B. Mandalagottheiten praktizieren: Es ist völlig egal, welche Meditationsgottheit man praktiziert, letztendlich dreht es sich nur um die fünf Buddha-Familien.

Ihr erinnert euch, diejenigen, die eine große Tantra-Ermächtigung genommen haben, ganz am Anfang wird eine Blume verteilt. Und dabei wird AH KHAM VI RA HUNG, die fünf Keimsilben der fünf Buddha-Familien ausgesprochen. Das bedeutet, von nun an geschieht alles, was in der folgenden Ermächtigung, in der folgenden Praxis passieren wird, im Rahmen der fünf Buddha-Familien. Das bedeutet, im Tantra gibt es nichts, was nicht mit den fünf Buddha-Familien zu tun hat. Alle Mandalas oder die überwiegenden Mandalas haben eine fünffache Mauer des Mandala-Palastes. Die fünffache Mauer hat fünf verschiedene Farben, die mit den fünf Buddha-Familien zusammengebracht werden. Dadurch wird ebenfalls die symbolische Bedeutung hervorgerufen. Letztendlich bestehen die Mauer oder das Gebäude aus der Natur der fünf Buddha-Familien.

Und dann, Vairochana ist unerschütterlich. Das ist natürlich ganz logisch, weil Vairochana rein oder frei von Verblendung ist. Reinheit der Verblendung bedeutet die Natur der Leerheit. Verblendung kann nur durch die Leerheit beseitigt werden. Deshalb ist Vairochana unerschütterlich.

Vairochana wird auch als Frieden bezeichnet. Wir haben, kann man sagen, nur Unzufriedenheit oder Unfrieden. Wir haben keine Ruhe mehr in unserem Geist, weil die Verblendung zu anderen Geistesgiften führt. Die unterschiedlichen Geistesgifte verursachen in uns Unruhe. Sobald ich Leerheit realisiere, sind alle diese Hindernisse durch die geistigen Gifte nicht mehr aktuell. Sie sind einfach beseitigt. Deshalb habe ich von nun an Freiheit und Frieden. Mein geistiger Zustand ist völlig befreit von den Konzepten, deshalb ist Frieden.

Große Freude: Sobald man von Leiden befreit ist, was gibt es? Es gibt natürlich nur große Freude.

Und dann Klares Licht. Die höchste Vortrefflichkeit der Vortrefflichkeiten ist das Klare Licht. Das Beste vom Besten ist das Klare Licht. Das heißt, diese spezifische geistige Art hat einen völlig reinen Zustand. Da die gesamten Unreinheiten nicht mehr vorhanden sind, sie sind beseitigt.

Er ist der unerschütterliche Lehrer. In dem Moment ist nicht der Buddha Vairochana als Buddha, als Wesenheit zu betrachten. Das kann man sicherlich auch, aber vielmehr geht es um seine Qualität. Diese Qualität zeigt uns vorbildlich, dass wir so sein können. Ich kann, wenn ich so praktiziere, wie er werden, wie Vairochana werden. Deshalb ist er für mich der unerschütterliche Lehrer. Vor dir verneige ich mich, so wird gesagt.

So, damit können wir für heute schließen.

Samstag, 19. Juli 2014

Wir haben gestern angefangen mit Buddha Vairochana, nicht wahr? Ich habe angefangen mit Basis, Weg und Ergebnis. Die Basis ist, wo wir uns befinden. Da gibt es viele geistige Gifte, viele Probleme, über die wir auch kurz vorhin gesprochen haben. Das wollen wir letztendlich beseitigen. Beseitigen im Sinne von: die Probleme sind in unserem Geist durch Nichtwissen, durch Unwissenheit entstanden. Die Ursache all dieser Probleme ist die Unwissenheit. Und diese Unwissenheit muss man versuchen zu reduzieren, zu minimieren und zum Schluss beseitigen. Das ist unsere Aufgabe. Die Anwendung von Methode, wodurch wir dieses geistige Problem beseitigen, wäre der Weg. Das Ergebnis wäre der völlig reine geistige Zustand. Das wären Basis, Weg und Ergebnis.

Es ist möglich, den Geist zu reinigen. Alle Probleme, die wir auf der geistigen Ebene haben, im Geist, sind vorübergehende Probleme. Sie sind lediglich durch die Zusammensetzung von unterschiedlichen Faktoren bedingt, sowohl durch äußerliche Auslöser, als auch durch darauf einzugehen und diese ununterbrochen weiter zu verfolgen. Das verbinden wir mit unterschiedlichen Wahrnehmungen und dadurch wird quasi letztendlich die gesamte Situation des Geistes immer unübersichtlicher und komplizierter. So letztendlich ist alles verursacht durch Nichtwissen, durch die sogenannte Unwissenheit.

Wie Geistesgifte entstehen

Wie ich gestern auch kurz angedeutet habe, sprechen wir letztendlich von bzw. über zwei Ebenen: zum einen über die relative Ebene, zum anderen über die absolute Ebene. Jedes Phänomen, jede Situation hat zwei Ebenen, wie eine Medaille zwei Seiten hat. Es gibt eine relative Seite und es gibt eine absolute Seite. Wir beschäftigen uns normalerweise eigentlich nur mit der relativen Ebene. Relative Ebene bedeutet, das was wir sehen, wie wir es sehen, wie wir es hören, wie wir es schmecken, wie wir es tasten und fühlen.

Wenn ich von den fünf Sinnesobjekten ausgehe, dann entstehen durch den Kontakt der fünf Arten von Sinnesbewusstsein über die fünf Sinnesorgane mit diesen fünf Sinnesobjekten alle weiteren Folgen. Zum Beispiel, wenn ich eine besonders schöne Blume sehe: zunächst sieht man das, danach beschreibt man das. Anschließend wird in mir eine gewisse Zuneigung oder Abneigung erzeugt. In diesem Falle Zuneigung. Und dadurch wird dann in mir Anhaftung erzeugt - schöne Form, schöner Geruch und..und..und. All diese angeblich guten Qualitäten werden noch vielfach überbewertet und verdoppelt, verdreifacht, tausendfach vergrößert. Jedes Objekt hat seine eigenen, gewissen Qualitäten. Aber von unserer Betrachtung her, belassen wir diese Qualität nicht so wie sie ist, sondern die Überbewertung ist sicherlich ein großes Problem für uns. Wenn ich von der Zuneigung oder von der Abneigung zu einem Menschen spreche, ist es genauso. Wenn eine Person, eine Verwandte ist oder ein guter Freund ist oder wie auch immer, der einem am Herzen liegt und den man von Herzen mag, dann findet man alles schön - allein seine/ihre Haltung oder wie er/sie spricht oder auch seinen/ihren Schritt. Wenn andere Menschen zu diesem Menschen nicht sehr freundlich, mehr feindselig sind, dann finde ich jede Art von diesen Personen unerträglich. Das wissen wir.

Allein das Hören ihres Schrittes kann man nicht ertragen. Beispielsweise unsere früheren Feinde und Freunde sind ja keine stabile Sache, nicht wahr? Man hat sich angefreundet, ist eng zusammengekommen, man will sich nicht eine Sekunde lang voneinander trennen und man möchte sich immer so nahe sein. Aber irgendwann, aus unterschiedlichen Gründen, kann ich diese Nähe überhaupt nicht mehr vertragen. Und allein, wie gesagt, das Hören der Stimme und auch das Hören dieser Schritte, das macht mich wirklich krank. Das alles produzieren wir selber! Er oder sie läuft wie eh und je. Früher bewegte er/sie sich so und jetzt immer noch so. Es gibt gar keinen Unterschied. Aber für mich ja, weil ich auf diese Weise einen Unterschied projiziere! Deshalb müssen wir versuchen, das zu verstehen, dass es so ist.

Wie ich auch in meinem Heft „Ein guter Mensch sein“ geschrieben habe, haben wir eine Stärke oder Schwäche, je nach Blickwinkel, alle Probleme auf den anderen Menschen zu schieben. Sicher, weil er oder sie das und das gemacht hat, deshalb kann ich nichts dafür. Ich bin schuldlos. Ich bin ganz rein. Das ist unsere allgemeine Betrachtung, nicht wahr? Die Schuld liegt sowieso bei den anderen Menschen. So, deshalb muss man diese Dinge wirklich allmählich versuchen, zu akzeptieren, und zu verstehen, dass es nicht so ist. Aber selbst in unserer Gesellschaft gibt es Tausende und Millionen kluger Menschen, die wissen, dass das falsch ist. Alle sind daran beteiligt. Ich habe auch Fehler gemacht und es deshalb einfach so akzeptiert. Das gibt es schon. Aber dennoch, wenn es darauf ankommt, handeln wir nicht entsprechend so, wie wir es verstanden haben. Ich tue so, als ob ich letztendlich fehlerfrei bin.

Einsicht in Praxis umsetzen

Deshalb gibt es immer einen großen Abstand zwischen Theorie und Praxis. Diesen Abstand muss man versuchen zu verkürzen. Das muss man wirklich, wie wir eigentlich wissen, wie wir wissen sollen und müssen, in die Tat umsetzen. Das ist außerordentlich wichtig, nicht wahr? Ich versuche ja immer wieder, mir Gedanken über mich selber zu machen. Für mich persönlich bin ich das beste Objekt, worüber ich mich amüsieren kann.

Wie ich denke und wie ich dann handle, da gibt es grundsätzlich nur Widersprüche. Durch die Güte meines Lehrers habe ich gewisse Unterweisungen gehört. Aber die meisten Unterweisungen sind in das rechte Ohr hineingegangen und zum linken Ohr hinausgegangen. Mein Kopf dient als Transit-Lounge und es ist nichts im Kopf geblieben. Bedauerlicherweise ist es so. Und es ist möglich, dass es auch bei dem einen oder anderen Menschen so ist, nicht wahr? Viele können das nicht richtig behalten. Jedenfalls ist es bei mir leider so gewesen (Rinpoche lacht). Und selbst, wenn ich versuche, noch mehr zu vertiefen und zu studieren, mir darüber Gedanken zu machen, das kann ich schon einigermaßen auf der intellektuellen Ebene. Ich kann es irgendwie schaffen, zu verstehen. Aber das Verstehen alleine genügt mir nicht. Es mangelt daran, es in die Tat umzusetzen. Ich betrachte mich als Prüfstein. Da gibt es immer ein großes Manko. Und naja, was soll man machen? Aber was soll man machen, das ist keine richtige Antwort. Ich versuche und bemühe mich, durch dieses Wissen, dass es so nicht korrekt ist, weiter den nächsten Schritt zu gehen. Und das ist nicht als selbstverständlich, als normalen Ablauf, normalen Werdegang zu betrachten, sondern sich zu korrigieren, nicht wahr? Bis zu einem gewissen Grad schaffe ich es und schaffen wir es auch.

Aber das muss noch viel tiefer und viel systematischer, noch viel konstruktiver sein. So, langer Rede kurzer Sinn, wir müssen über unsere geistige Haltung tiefer nachdenken. Und wir müssen dieses geistige Verhalten besser kennenlernen.

Es gibt ja Menschen, die es zunächst ganz falsch verstehen, wenn wir über die Selbstlosigkeit, Ichlosigkeit sprechen. Wenn ich mein Ich aufgeben muss, was bleibt dann von mir übrig, dann bin ich haltlos. Solche unnötigen Sorgen machen wir uns. Wir, als individuelle Person, können unser individuelles Ich niemals verlieren. Ohne Ich bin ich ja letztendlich tot. Wenn ich sterbe, dann ist es überflüssig, meinen jetzigen Körper und Geist mein Ich zu nennen und wahrzunehmen. Das existiert nicht mehr und das wird nicht mehr funktionieren, daher braucht man sich solche Sorgen gar nicht zu machen. Das ist einfach überflüssig. Aber jedenfalls, was ich damit sagen möchte, wäre: wenn ich meine Gedanken, mein Verhalten mehr beobachte, dann ist es in der Regel nicht das ganz einfachste und angenehmste. Es ist nicht angenehm! Weil letztendlich fast nur, wie soll ich sagen, die negativen Teile meiner Konzepte zu entdecken sind. Es gibt so gut wie keine nennenswerten guten Qualitäten in meinem Geist. Er ist sehr mit Egoismus verbunden. Alles was ich denke, denke ich aus Egoismus und zum Nutzen für meinen eigenen Vorteil usw. Das ist alles nicht so positiv. Deshalb will ich lieber alles so belassen, zudecken, das ist viel angenehmer. Aber das ist natürlich keine Dauerlösung. Das ist nur vorübergehend, dass wir nicht aufmerksam sind. Das ist aber nicht unser Ziel.

Unser Ziel ist, obwohl es ein bisschen weh tut, wir müssen wirklich von der Substanz her sauber machen. Genauso wie die Wohnung sauber machen, Schreibtisch aufräumen. Schreibtisch aufräumen ist in der Regel nicht die allerschönste Aufgabe, bei mir jedenfalls nicht. Ich habe auf meinem Schreibtisch so viele Zettel und so viele sonstige Dinge liegen. Und ich meine, einen kleinen Vorteil gibt es, theoretisch nur, alles ist griffbereit. Aber wenn es darauf ankommt, dann finde ich die wichtigen Sachen überhaupt nicht.

Deshalb habe ich, wenn ich von wem auch immer, einen wichtigen Zettel bekomme, gleich danach große Angst, ihn zu verlieren, weil er unter so viel Papier verschwinden kann. Und wenn ich ihn brauche, dann finde ich ihn nicht. Das ist ein Problem, nicht wahr? Aber das ist keine Dauerlösung. Man muss schon wirklich ein bisschen sortieren und sauber machen. Genau wie dieses, sollen wir es einfach mal versuchen, obwohl das sehr schwierig, mühsam und unangenehm ist, dennoch muss man ein bisschen Disziplin schaffen, ein bisschen den Geist auseinander sortieren.

Relative und absolute Ebene

Welche geistige Haltung ist richtig und welche wäre nicht richtig? Das muss man identifizieren und kennenlernen. Das ist außerordentlich wichtig. Das ist der konventionelle Zustand. Alles was wir sehen, nehmen wir als den endgültigen Zustand wahr. Deshalb denken wir, behaupten wir, da gibt es was, wonach ich wirklich greifen kann und woran ich festhalten kann. Dadurch erzeugt es in uns geistige Gifte.

So, nun, wenn wir auf der absoluten Ebene betrachten, wie die Dinge beschaffen sind, wie sie zustande gekommen sind: sie sind nicht, wie ich bis jetzt denke, sie gesehen und wahrgenommen habe, ganz stabil, konkret, von sich aus entstanden und unabhängig von anderen Faktoren, ganz stabil eben!

Das ist unsere normale Haltung, nicht wahr? Das ist das Problem oder dadurch mache ich die Probleme. Der eigentliche absolute Zustand wäre, die Phänomene existieren nur durch Abhängiges Entstehen, durch die Abhängigkeit von verschiedenen Faktoren und von verschiedenen sonstigen Umständen. Da gibt es tausendfache Möglichkeiten, wie sie existieren. Wie ein Verkehrschaos. Ein Verkehrschaos ist nicht plötzlich irgendwie entstanden. Jemand hat z. B. falsch geparkt oder ist zu langsam gefahren oder zu schnell gefahren. Dadurch ist für das nächste Auto ein Hindernis entstanden, dadurch für das nächste Auto usw. Dadurch entsteht eine lange Schlange von Autos. Und genauso wie dieses: Wenn wir jemand treffen, wie treffen wir uns? Mit freundlichem Gesicht oder mit düsterem Gesicht. Das wirkt sofort auf mich zurück aus der Reflektion durch den anderen Menschen. Das ist auch alles abhängiges Entstehen. Und es gibt nichts, was nicht abhängig entstanden ist und das von sich aus absolut, stabil und konkret ist. Wenn wir dieses Abhängige Entstehen richtig verstehen, dann sehen wir eine Art von zerbrechlichem Zustand. Und wenn wir das verstehen, dann gibt es da keinen Halt mehr.

Deshalb, kurz gesagt, wir müssen vom jeweiligen Objekt loslassen können.

Das ist ein wichtiges Wort, glaube ich. Anstatt sich daran zu verankern, anzuklammern oder festzuhalten, einfach loslassen können. Wie einmal der Dalai Lama in London zu einer Frage geantwortet hat: ein teures Auto zu fahren, einen Luxusgegenstand zu besitzen, ist kein Fehler. Aber *wie* man das besitzt, das macht den Unterschied. „Oh, ich mit meinem teuren Auto, es ist ein BMW oder ein Mercedes, ein besseres gibt es nicht“, in dieser Weise die gute Qualität des Autos eins um das andere zu erhöhen und daran im wahrsten Sinne des Wortes anzuhaften, das macht Probleme. Natürlich gibt es unterschiedliche Fabrikate mit unterschiedlichen Qualitäten. Aber das ist eine ganz andere Geschichte, nicht wahr?

Reinigung

So deshalb, man muss verstehen, wie ich sonst sage, das ist ein Kommunikationsproblem zwischen Objekt und Subjekt. Wie wir das Objekt wahrnehmen wollen, das macht viel aus. Das ist die letztendliche, die absolut richtige Anschauung, die absolute Kenntnis über das jeweilige Objekt, denn alle Phänomene haben zwei Seiten: *wie sie erscheinen und wie sie wirklich sind*. Sie sind eben nicht so, wie sie uns erscheinen. Das sollen wir verstehen. Wenn wir das verstehen, dann kommt das Loslassen automatisch. Wenn wir vom krankhaften Festhalten am Objekt loslassen können, ist unser Geist einfach gelockert und produziert sehr wenig oder so gut wie gar keine solchen Konzepte mehr. Dadurch verschwindet das Konzept wie eine Welle im Ozean oder im Wasser. Die Welle kommt aus dem Wasser und die Welle verschwindet wieder ins Wasser. Konzepte sind aus dem Geist entstanden und gehen wieder in den Geist hinein.

Dieses Verschwinden, dieses nicht mehr vorhanden sein, wird als sogenannte Reinigung bezeichnet.

Das ist, glaube ich, auch wichtig zu verstehen. Ich reinige bedeutet, ich beseitige, nicht wahr? Und wie beseitige ich? Indem ich durch meine korrekten Erkenntnisse die falschen Erkenntnisse korrigiere oder ersetze, sage ich mal so. Das ist die Reinigung.

Wenn wir, wie gestern Abend, über tiefgründige Dinge sprechen, müssen wir sie aus der tantrischen Idee heraus präsentieren oder erklären. Es ist keine tantrische Unterweisung, aber die tantrische Idee zu benutzen, das macht keine großen Probleme. Tantrisches Wissen und tantrische Betrachtung mit einzubeziehen, ist auch korrekt. Das ist einfach eine Bereicherung, könnte man sagen. So gesehen, diese Reinheit, diese reinen Qualitäten unserer fünf verschiedenen geistigen Gifte werden als die fünf Ursprünglichen Weisheiten bezeichnet. Um diese fünf ursprünglichen Weisheiten klar zu verstehen, benützen wir verschiedene Namen. Damit meine ich die fünf verschiedenen Symbole, die mit den fünf Buddhas verknüpft sind. Somit ist Vairochana das Symbol für die Reinheit der Form. Und sein Bewusstsein ist die ursprüngliche Spiegelgleiche Weisheit, die Reinheit unserer Verblendung.

Transformation – der Weg

So, nun fahren wir weiter fort. Ich glaube, ich fange damit an: Da es in der Basis so viele verschiedene geistige Gifte gibt, deshalb müssen wir das, wie gesagt, zunächst reduzieren, minimieren und dann beseitigen. Das alles mit der Anwendung einer gewissen geistigen Haltung. Und weil es gerade um fünf unreine geistige Zustände geht, nämlich um fünf geistige Gifte, können und werden mehr oder weniger fünf verschiedene andere geistige Haltungen angenommen und damit praktiziert. Dadurch werden wir in der Lage sein, diese gegnerischen Zustände im Geist zu reduzieren.

Weil es gerade um die Unwissenheit geht, ist unser Thema Vairochana, nicht wahr? Vairochanas erleuchteter Geist bzw. sein Buddha-Geist ist ja die ursprüngliche spiegelgleiche Weisheit.

Diese ursprüngliche spiegelgleiche Weisheit ist die Reinheit von der Verblendung und Unwissenheit. Gerade dieser geistige Fehler wird durch Mitgefühl gereinigt. Als Gegenmittel für die Verblendung wird das Mitgefühl dargelegt. Da wir sowieso dabei sind, werde ich auch alle anderen Gegenmittel aufzählen:

gegen Verblendung	- Mitgefühl,
gegen Hass	- darauf komme ich später zurück,
gegen Überheblichkeit	- Liebe,
gegen Anhaftung	- Freude,
gegen Neid	- Gleichmut.

Mit diesen vier verschiedenen geistigen Giften, außer Hass, werden die Vier Unermesslichen in Verbindung gebracht. Ich muss über den Hass nachher noch einmal gesondert erklären bzw. versuchen zu erklären.

Überheblichkeit

Überheblichkeit wird mit Liebe reduziert, minimiert und beseitigt. Als Grund könnte ich mir vorstellen: Überheblichkeit ist einfach rücksichtslos gegenüber den anderen Menschen. „Ich bin der Beste, ich kann alles, die anderen können nichts.“ Die anderen Menschen werden durch diese Haltung total ignoriert.

Wenn ich anderen Menschen gegenüber solche Missachtung entwickle, ist es gerade die gegenteilige Haltung zu Liebe. Liebe heißt, andere Menschen sind wichtiger als man selbst. Wenn ich gerade bei diesem Thema bin, möchte ich klarstellen, dass die Einstellung: „Ich bin wertlos, ich taue nichts“ nicht richtig ist. Diese Aspekte gibt es überhaupt nicht. Denn wir sollen uns nicht selber missachten sondern uns natürlich ebenfalls wichtig nehmen: weil ich so viel leisten kann, weil ich andere Menschen unterstützen kann, weil ich anderen Menschen auch Freude bringen kann, deshalb kann ich sehr viel erreichen. Das ist auch eine gute Sache, aber das heißt lange nicht, dass ich dadurch andere Menschen ignoriere und missachte. So, deshalb, wenn ich den anderen Menschen gegenüber Liebe schenke, liebevoll bin, wird der andere in den Mittelpunkt gestellt.

Nehmen wir beispielsweise die Verbindung oder das Verhältnis zwischen Eltern und Kindern. Eltern können grundsätzlich sich selbst mehr oder weniger in die zweite Reihe stellen. Unsere eigenen Kinder sind uns sehr wichtig. Zunächst muss das Kind satt werden, trocken sein und sich wohl fühlen. Das ist wichtig. Ich kann später essen, ich kann warten. Das Kind soll nicht hungern. Alles, was wir als Eltern machen, machen wir für das Wohlergehen des Kindes. Alles dreht sich darum. Wenn wir einkaufen gehen, machen wir Einkauf für unsere Kinder, was sie am liebsten essen und trinken mögen. Das ist einfach zentral. Deshalb ist Liebe das Gegenteil von Überheblichkeit.

Anhaftung

Freude ist das Gegenmittel von Anhaftung. Wenn man das so spontan hört, dann hat man Probleme, weil man das nicht ganz so deutlich sieht wie bei Liebe und Überheblichkeit. Wenn wir von Freude sprechen, sprechen wir nicht von der alltäglichen Freude, die mit sehr vielen Komplikationen verbunden ist.

Diese Freude muss auch eine richtig durchdringende Art von Freude sein. Nun zur Anhaftung. Anhaftung ist zunächst an und für sich eine mehr oder weniger sogenannte „gute“ Sache. Durch die Anhaftung habe ich Freude und sie erzeugt in mir noch mehr Lust, Dinge zu haben, Dinge zu besitzen, diesen Zustand zu erhalten usw. Diese Art von Anhaftung ist eine alles heranziehende Haltung. Aber jedes Mal, wenn wir genau betrachten, hat Anhaftung ihren Preis. Man muss viel opfern und es gibt keine anhaftende Einstellung, die wirklich problemlos ist, die ohne Nebeneffekt ist - das gibt es nicht. Alles hat seinen Preis. So, das ist keineswegs die richtige Freude. Die richtige Freude ist, wie gesagt, durchdringend und einfach eine Freude ohne Probleme. So würde ich sagen.

Neid

Nun zu Neid mit dem Gegenmittel Gleichmut. Darüber braucht man nicht viel zu reden. Das versteht man mehr oder weniger gleich. Neid hat eine unausgewogene Haltung, nicht wahr? „Er hat so eine schöne Position, schöne Sache, schönen Zustand, ich nicht. Ich will das haben, ich kann nicht vertragen, dass es ihm gut geht.“ Das ist einfach eine Haltung von Neid. Die Haltung von Gleichmut ist ohne dem einen nah und dem anderen fern zu sein, gleichmäßig. Es kommt auf die Zeit an, wann wir Gleichmut praktizieren wollen. Wenn wir eine *anfängliche* Praxis zur Entwicklung des Mitgefühls, der Liebe und des herausragenden Gedankens und damit Bodhicitta entwickeln wollen, dann ist es zunächst einfacher, diese Diskrepanz zwischen dem Heranziehen und der Abscheu einfach auszugleichen. Das wäre der erste Schritt.

Durch die Übungen von Mitgefühl und Liebe und dann selbstverständlich bei dem herausragenden Gedanken haben wir dann eine andere Art von Gleichmut, würde ich meinen. In dem Moment ist das Niveau oder der Zustand des Gleichmutes total anders entwickelt. Ich habe keine Notwendigkeit mehr, irgendwie das Niveau von allen ein bisschen – jetzt übertreibe ich - zu reduzieren und auf die gleiche Ebene zu bringen. Das ist nicht mehr notwendig. Sondern die gesamte Haltung gegenüber den Lebewesen ist noch viel anspruchsvoller geworden. Deshalb kann ich alle Lebewesen ohne Unterschied heranziehen, das ist Gleichmut. Dabei gibt es, glaube ich, einen Unterschied. Gegenüber allen Lebewesen wollen wir ohne Ausnahme heilsame Liebe ausüben. Ich betone immer die heilsame Liebe, notgedrungen. In der tibetischen Sprache gibt es unterschiedliche Termini. Das ist okay. Aber auf Deutsch gibt es nur ein Wort: Liebe. Wenn man das nicht so richtig versteht oder wenn man nicht vorsichtig damit umgeht, dann kann man zwischen solcher Liebe und solcher Liebe falsch verstehen. Dann könnte es sein, dass manche denken: „Oh, Liebe ist doch etwas Gutes und ohne Liebe – im Sinne von anhaftender Liebe – kann man kein Bodhicitta entwickeln. Deshalb ist diese Liebe gut.“ Aber was wir meinen, das ist die *heilsame* Liebe. Das ist ebenfalls wichtig.

Verblendung

So, nun nicht unbedingt etwas schwer Verdauliches, aber etwas, was wir zunächst nicht so direkt verstehen können, wäre Mitgefühl als Gegenmittel zu Verblendung. Also, wenn wir allgemein über Mitgefühl sprechen, dann verstehen wir darunter, dass das ein geistiger Zustand ist, in dem man die unerträgliche Situation der Lebewesen, ihre Leiden, nicht mit ansehen kann.

Das ist einfach *eine* Art von Mitgefühl, nicht wahr? Aber wenn wir in der buddhistischen Philosophie von Mitgefühl sprechen, dann meinen wir drei verschiedene Arten von Mitgefühl:

Mitgefühl lediglich in Bezug auf Lebewesen,
Mitgefühl, indem man alle Phänomene in Betracht zieht und
Mitgefühl, indem man die Leerheit mit einbezieht. (objektfrei)

Auf Tibetisch wäre es *mig me*.

Mig heißt, man richtet die Gedanken auf ein Objekt, me ist Negation, Gegenstandslosigkeit. So, langer Rede kurzer Sinn: diese dritte Form des Mitgefühls, in der man Gegenstandslosigkeit übt. Das bedeutet, die Leerheit wird als Grund des Mitgefühls betrachtet. Nicht zu denken: die armen Viecher leiden unter so viel Leiden, sondern die Lebewesen haben die Leerheit nicht verstanden, aus diesem Grund leiden sie unter den Leiden. Diese Art von Gedanken, diese Art von Mitgefühl ist auf einer tieferen Ebene, eigentlich der tiefsten Ebene angesiedelt. Daher ist es gravierender und wirksamer. Normalerweise bezieht sich unser Mitgefühl mehr oder weniger auf einen offensichtlichen Zustand. Daher geht es nicht so sehr in die Tiefe hinein. Wenn wir das Mitgefühl so in Bezug auf die Leerheit sehen, dann ist es das A und O. Verblendung ist ja quasi der Hauptgrund, wodurch ich Leerheit nicht realisiert habe. Durch die Leerheits-Realisation, durch die Erkenntnis der Leerheit haben wir den Grund des Leidens verstanden, nämlich die Verblendung. Mit der Erkenntnis der Leerheit kann man dann das Mitgefühl direkt verbinden.

Hass

So, nun finde ich es für mich momentan etwas kompliziert: Hass und das Gegenmittel von Hass: Als Gegenmittel wird in der Regel von Geduld und auch von Liebe gesprochen. Aber hier in meinen Notizen ist es ebenfalls Mitgefühl. Mitgefühl taucht zweimal auf. Einmal, wie wir es gerade hatten, als Gegenmittel für die Verblendung und jetzt gerade als Gegenmittel von Hass. Nur als Diskussionsgrundlage will ich es einfach mal darlegen: ob das so ist oder nicht, könnte man, sollte man, muss man peu à peu ein bisschen weiter recherchieren.

Wenn Mitgefühl das Gegenmittel für den Hass sein soll, wie kann das funktionieren? Hass hat einen sehr dynamischen Aspekt. Hass entsteht einfach grundlos. Wenn jemand wirklich total eine Wut hat, in dem Moment kann man gar nicht mit ihm diskutieren. Er ist total durch und durch befleckt oder quasi durcheinander. Man kriegt gar keine Klarheit. Dagegen ist Mitgefühl eine Art von Zustand, der mit dem Verständnis des Abhängigen Entstehens sehr viel zu tun hat.

Denn man versteht diese Relation der gegenseitigen Abhängigkeit, nämlich wie und auf welche Weise alle Dinge und Zustände voneinander abhängig sind, wie man das verstehen und weiter entwickeln kann. All das sollte man mit in Betracht ziehen, damit man Mitgefühl richtig versteht. Daher ist es ein etwas ähnliches Modell, wie zuvor bei der Verblendung. Mit diesem Mitgefühl, das in Bezug auf das Verstehen des abhängigen Entstehens entsteht, kann man den Hass reduzieren. Wenn wir ein gutes Verständnis des abhängigen Entstehens haben, dann bietet sich sicherlich ein viel größerer Rahmen, ein weiterer Horizont für unser Denken, anstatt an einer willkürlichen Einstellung festzuhalten. So, das jedenfalls wollte ich gerne darlegen.

Wenn wir über Vairochana sprechen, müssen wir eigentlich fast zwangsläufig die anderen Buddhas auch mit einbeziehen, weil wir die unterschiedlichen Qualitäten zusammenbinden, bzw. verstehen müssen, dass es diesen Zusammenhang gibt. Letztendlich geht es nur um eins, um Buddhas Geist als Ergebnis und unser Bewusstsein als Basis. Aber diese unterschiedlichen Entwicklungen, die unterschiedlichen Aspekte unseres Geistes, seine letztendliche Bindung und Abzweigungen, das muss man verstehen.

Erklärungen nach Jamgön Kongtrül

Das ist ein Text von Jamgön Kongtrül. Jamgön Kongtrül war ein sehr sehr großer Meister. Er hat so viele gute Kommentare geschrieben. Da habe ich auch eine gewisse Erklärung über diese fünf Buddha-Familien gesehen und das möchte ich kurz mal vortragen. Diese Art von Präsentation finde ich hervorragend. Ich meine, diese Werke von großartigen Meistern sind eine herausragende Erklärung. Es ist fast idiotisch das zu betonen, denn ein großer Meister kann nur Gutes erklären, deshalb ist es ja kein Wunder.

Jedenfalls: Hier hat er Verblendung mit dem Klaren Licht zusammengebracht, Hassgefühl mit der zornvollen Konzentration, Überheblichkeit mit dem göttlichen Yoga, dem göttlichen Stolz, Anhaftung mit der ursprünglichen Weisheit der Macht. Mit Neid, da hat er irgendwie ein Problem, ein Problemchen gehabt, glaube ich (Rinpoche lacht), das hat er nicht so richtig konkret erklärt. „Irgendwie“ hat er geschrieben. So lassen wir es auch bei „irgendwie, irgendwas“. Ich gehe mal ein bisschen sukzessive weiter.

Verblendung

Ich gehe von der Verblendung aus, denn Verblendung gilt als Wurzel der geistigen Gifte. Alle anderen, Anhaftung und was auch immer, entstehen aus der Verblendung. Verblendung ist die Wurzel. Genau deshalb, wenn man diese Verblendung beseitigt hat, was passiert dann? Es kommt der klare geistige Zustand zur Geltung! Genau dieser Zustand ist das Klare Licht! Wenn man *das* so versteht, das ist das A und O.

So, nun gehe ich einen Schritt tiefer. Wir meditieren, wir versuchen, die Meditation zu lernen. Meditieren bedeutet, wir steigen in ein tieferes geistiges Niveau ein. Mit diesem momentanen, aufgewühlten, totalen Durcheinandersein des Geistes kann von einer Meditation keine Rede sein.

Wir können nicht unter Hektik, unter Zeitdruck, unter was auch immer, wenn wir durcheinander sind, meditieren wollen. Meditation braucht ein bisschen Ruhe. So, wenn wir in diese Ruhe zurückkehren, in die Tiefe der geistigen Bereiche, dann kommen wir natürlich langsam etwas näher, das heißt, wir können den Geist so noch weiter vertiefen. Dadurch können wir, wie wir in unserer Nyingma-Tradition oder in der Nyingma-Praxis sagen, „das eigene Gesicht erkennen“. Das ist einfach eine sehr zutreffende und herausragende Formulierung. Wie erklärt man das? Etwas Ähnliches gibt es, wenn man schlecht schreibt. Jedenfalls sagen wir im Tibetischen, nach einigen Tagen kann man seine eigene Schrift nicht mehr lesen, man kennt die eigene Handschrift nicht mehr. So ungefähr sind wir.

Wir sind total durcheinander, deshalb kennen wir unseren eigenen Geist überhaupt nicht. Was ich denke, warum ich so denke, man ist total gefangen, halt letztendlich durcheinander. Aber dieser Zustand ist *nicht* unser oder mein Charakter. Das ist nur ein vorübergehendes Problem. Dieses Problem ist aber schlimm genug, dass wir uns selber nicht zurechtfinden, nicht wahr? Deshalb muss man selber zurückkehren und all diese Unruhe im Geist beseitigen, um richtige endgültige Stabilität im Geist zu erlangen. Dann erkenne ich meinen Geist, erst jetzt. Das ist, was ich meine.

Was wir in unserer Nyingma-Praxis „das eigene Gesicht erkennen“ nennen, hat darüber hinaus auch noch eine tiefere Bedeutung. Doch somit haben wir sehr gut angefangen, den eigenen Geist zu erkennen oder zumindest mehr über den eigenen Geist zu erfahren. So, das war das erste, die Verblendung.

Hass

Das zweite ist wie gesagt, Hass, der mit der zornvollen Konzentration zusammengebracht wird. Das ist eigentlich auch gut, darüber zu sprechen und gut zu wissen. Wir sehen so viele verschiedene Aspekte in unserem indo-tibetischen buddhistischen Pantheon, da gibt es wirklich unbegrenzt viele Aspekte von Gottheiten im Vergleich zu anderen buddhistischen Traditionen. Darunter gibt es sehr viele zornvolle Aspekte wie Vajrabhairava, wie Hayagriva und andere. Diese zornvollen Gottheiten zeigen einen dynamischen Aspekt, um das eigene geistige Gift zu beseitigen. Das wissen wir und genau deshalb hat Jamgön Kongtrül Rinpoche diese Formulierung gewählt.

In der Vajrabhairava-Praxis, in der Hayagriva-Praxis oder Vajrakilaya-Praxis wird sehr viel dynamische Konzentration angewendet. Das bedeutet, wie wir sehr häufig im Tantra sagen: das geistige Gift in den Weg nehmen. Genau das. Wenn wir z.B Tantra praktizieren, haben wir noch lange nicht das geistige Gift überwunden. Wir wollen natürlich das geistige Gift überwinden, gerade deshalb praktizieren wir auch Tantra. Ich will keine lange umfassende tantrische Erklärung geben, aber jedenfalls die Bedeutung der Tantra-Praxis ist ja, durch geschickte Mittel die eigenen geistigen Gifte zu zähmen. Das ist der eigentliche Sinn der Sache. So daher, alles das, was wir an geistigen Giften haben, anstatt das zunächst zu reduzieren und dann Tantra zu praktizieren: *n e i n* . Das lassen wir so, behalten es so weiter und diese vorhandenen geistigen Fehler werden quasi, man kann nicht umwandeln sagen, aber jedenfalls, sagen wir so: diese geistigen Gifte haben oder sind eine negative Dynamik. Dieser dynamische Zustand wird durch diese Meditation umgewandelt.

Das kann man schon sagen. Der zornvolle dynamische Aspekt wird mit einbezogen und dadurch, je mehr wir uns auf diese positive geistige Haltung konzentrieren, umso geringer wird der Anteil des geistigen Giftes, wie z. B. in diesem Fall das Hassgefühl. Also anders formuliert: um dieses Hassgefühl zu beseitigen, wird keine sanfte Praxis angewendet, sondern eine Praxis mit sehr starker Kraft.

Überheblichkeit/ Stolz

Überheblichkeit bzw. Stolz wird durch den göttlichen Stolz überwunden. Das macht auch sehr viel Sinn. Normaler Stolz und Überheblichkeit sind negativ. In der tantrischen Praxis muss man sich selbst durch den göttlichen Stolz in den göttlichen Zustand versetzen und dadurch dann quasi den anderen negativen Stolz und Überheblichkeit ersetzen.

Gerade habe ich gesagt, wir sollen uns in der tantrischen Praxis in den göttlichen Zustand versetzen. Diese Formulierung ist eine sehr, sehr gefährliche Formulierung. Wir müssen genau verstehen, was das bedeutet. Das gibt es niemals, dass wir selber als konventioneller oder gewöhnlicher Mensch von einer Sekunde auf die andere Sekunde einfach behaupten „jetzt bin ich oder befinde ich mich im Zustand der Meditationsgottheit“ Das geht nicht. Dazwischen müssen wir, wie wir ja immer wieder betont haben, eine Leerheitserkenntnis aufbringen. Nur als hypothetisches Beispiel:

Ich persönlich habe schon seit etwa sechzig Jahren Tantra praktiziert oder zumindest versucht zu praktizieren. Jedenfalls, bevor ich Tantra angefangen habe, befand ich mich immer in einem schlichten, ganz normalen menschlichen Zustand. So, nun nehme ich eine Ermächtigung und trete ins Mandala ein, steige ins Tantra ein. Dadurch dann befinde ich mich von nun an im göttlichen Zustand. Wodurch befinde ich mich im göttlichen Zustand? Durch dieses Ritual, durch die Anweisung vom Vajra-Meister muss ich über meinen bisherigen Zustand, über meine eigene Leerheit nachdenken und darüber meditieren. Nun, durch diese Meditation habe ich verstanden: was heißt „ich“? „Ich“ heißt einfach ein Wesen, das mit Körper und Geist verbunden ist. Worin besteht das? Woher kommt das? Seit wann besteht das, nicht wahr? So, letztendlich existiere ich lediglich durch die Benennung und die dadurch bedingte Wahrnehmung. Dadurch kann ich als „Ich“ existieren. Aber es gibt keine Konkretheit, wie ich auch heute früh gesagt habe. Denn alles ist so zerbrechlich, abhängig entstanden, nicht unabhängig!

Dieser Zustand, diese Erklärung und diese Überlegung *ist* ja die Analyse und Meditation über meine eigene Leerheit. Wenn ich so über meine Leerheit nachdenke, habe ich einen Geist, der meinen Leerheitszustand erkannt und verstanden hat. Dieser Geist wird transformiert in den göttlichen Zustand. Eigentlich werde ich mit diesem Körper und diesem Geist nicht umgewandelt, sondern der Geist, der die eigene Leerheit über sich selber richtig verstanden hat, diese Erkenntnis wird dann in die göttliche Form transformiert. Das ist das Wesentliche, das ist einfach der Einstieg. Wenn man das nicht versteht, kann man kein weiterführendes Tantra verstehen. Selbst wenn wir alle tiefgründigen Meditationen zur Schau stellen könnten, sie alle haben (ohne Leerheitserkenntnis) mit Tantra nichts zu tun, sie haben gar keine Verbindung damit, im Sinne einer tantrischen Praxis.

So gesehen, wird letztendlich nur diese Erkenntnis über die Leerheit in den göttlichen Zustand transformiert. Darauf soll man dann sich selbst als Gottheit beziehen und göttlichen Stolz ausüben. Das ist der wesentliche Bestandteil, nicht wahr? Sonst wäre es ungefähr so wie wenn ich denke: Ich bin im ersten Moment Peter und im nächsten Moment denke ich, nun bin ich Hans, jetzt bin ich Dieter, so ungefähr. Das ist einfach eine Behauptung ohne Grund. Ich kann niemals Dieter werden oder Hans werden oder so. Deshalb muss man einfach diese Schnittstelle, diesen Übergang richtig verstehen.

Weil das so ist, sagen wir, denken wir, verstehen wir, dass alles, was es im Tantra gibt, es in der Weise von Leerheit gibt. Alle Opfergaben, alles was wir uns dort im Tantra vorstellen, stellen wir uns aus der Leerheit heraus vor - dieses und jenes, einschließlich Mandala, Gebäude, Ornamente, Opfergaben, Umfeld, unterschiedliche Gottheiten. Alles verbinden wir mit der Leerheit.

Das heißt, im Tantra gibt es einerseits eine Fülle von meditativen Arten, aber andererseits gibt es nur Meditation über die Leerheit, Meditation aus der Leerheit. Es gibt nichts anderes als das. Weil das so ist, deshalb ist Tantra sehr dynamisch zur Überwindung der geistigen Gifte. Gerade weil sie sich mit den geistigen Giften, allgemein und insbesondere mit der Verblendung auseinandersetzt. Ohne Leerheitsverständnis: „so jetzt habe ich blaue Körperfarbe, rote Körperfarbe oder was auch immer wir denken, das ist alles nur Phantasie.

Anhaftung

Dann die Anhaftung: sie wird beseitigt durch die ursprüngliche Weisheit der Macht. Das ist einfach eine ursprüngliche Weisheitsmeditation mit besonderen Energien, mit allem, was heranzuziehen ist. Heranziehen bedeutet, dass dadurch die eigene geistige Entwicklung sehr stark aufgefordert und sehr stark hoch geputzt wird. Wenn wir z.B. eine tantrische Klausur machen, gibt es in unserer Meditation so viele verschiedene Methoden, mit denen wir auch die positiven Kräfte und die guten Qualitäten der Buddhas und Bodhisattvas, nur als Beispiel speziell die Vermehrung der eigenen geistigen Qualität, in unterschiedlicher Form heranziehen. Das hat auch mit Macht zu tun.

Neid

So, nun zum Neid mit „irgendwas“ (Lachen). Insofern hat er vielleicht auch Recht, etwas unklar zu formulieren, weil Neid keine eindeutige Haltung hat. Was ich damit sagen möchte, wäre: Neid hat so viele verschiedene Gründe, natürlich die anderen Geistesgifte auch. Neid entsteht entweder in Bezug auf die geistigen Qualitäten bei anderen Menschen oder auf deren weltliche Positionen, weltliche Macht, weltliche materiellen Güter usw., da gibt es viele Unterschiede und Möglichkeiten, nicht wahr? Amoghasiddhis Buddha-Geist ist die ursprüngliche Weisheit der Vollendeten Aktivitäten. Vollendete Aktivitäten ist Plural, da sind so viele Aktivitäten zusammengebunden. Daher wird er auch mit der Farbe Grün zusammengebracht. Die Farbe Grün gilt als Vielfältigkeit. Diese Vielfältigkeit bedeutet, jetzt gerade kommt er mit irgendwas zusammen. Um diesen Neid zu beseitigen, muss man wissen, was für einen Neid ich jetzt gerade habe: ob das Neid über die materiellen Güter bei den anderen Menschen ist oder aufgrund deren Wissens. „Er ist ein großer Gelehrter, deshalb habe ich Neid und Eifersucht“, das kann alles so sein.

Wenn z.B. ein großer Geshe oder Rinpoche, der viel mehr Wissen hat als ich, neben mir sitzt, dann kann in mir auch Neid oder so ein unangenehmes Gefühl entstehen. „Er weiß so viel, alles was er sagt, stimmt und ich kann nichts sagen“, deshalb entstehen in mir auch diese Probleme. In dem Moment muss man gerade daran arbeiten, damit nicht „irgendwie“ Neid in Bezug auf Wissen oder die materiellen Güter oder so was entsteht. Deshalb könnte man diese Aussage des Meisters vielleicht so verstehen. Er hat weiter gesagt, über dieses gewöhnliche geistige Gift ergänzen wir diese meditative Weisheit. Dadurch wird diese meditative Weisheit in eine ursprüngliche Weisheit umgewandelt (die ursprüngliche Weisheit der vollendeten Aktivitäten). Das ist sehr gut formuliert, finde ich.

So, gestern habe ich kurz Segenssprüche zusammengefasst und darüber gesprochen. Zum Glück habe ich diese Übersetzung mit dabei gehabt.

Auf Grund aller seiner außerordentlichen Qualitäten ist er der Halter der unermesslichen Chakra-Familie, Vairochana, der das Leid in Samsara für alle Zeit beendet und der die Lebewesen vollständig läutert, die von den Leidenschaften überwältigt sind.

So, das wollte ich nur mal vortragen weil in diesem Vers der sehr sehr starke Zusammenhang der Leidenschaften mit dem tiefgründigen samsarischen geistigen Gift, der Verblendung, als Ursache aller weiteren geistigen Fehler, klar dargestellt wird.

Vairochana in der Ermächtigung

Wie wir wissen, gibt es in einer großen tantrischen Ermächtigung sehr viele meditative Abläufe. Als zentraler Punkt geht es letztendlich um die fünf Ermächtigungen, die mit den fünf Buddha-Familien sehr klar verbunden sind:

Wasserermächtigung mit Akshobhya

Kronenermächtigung mit Ratnasambhava

Vajra-Ermächtigung mit Amitabha

Glockenermächtigung mit Amoghasiddhi

Namensermächtigung mit Vairochana.

Der Name ist der wesentliche Bestandteil unserer Existenz. Ohne Namen gibt es keine Basis. Daher ist es so zustande gekommen. Bei jedem Abschnitt dieser fünf verschiedenen Ermächtigungen wird vom Vajra-Meister erklärt: Jetzt ist das passiert, jetzt wird es so weiter entwickelt, jetzt erfolgt das so und so. Dieser geistige Ablauf wird dargelegt. Daher heißt es beispielsweise für Vairochana:

„Auf diese Weise hast du von den neun Wasserermächtigungen die fünfte, die Namensermächtigung des Vairochana erlangt.“ Das ist nicht so besonders aufregend. Aber wichtig ist: *„Dein Makel der Verblendung wurde bereinigt, dein Skandha der Form ist transformiert. Du hast die Spiegelgleiche ursprüngliche Erkenntnis erlangt. Du hast die Macht, die Vollkommenheit des Vairochana und seiner Familie zu erlangen.“*

Das wollte ich nur mal kurz im Überblick zeigen. So, das bedeutet, wenn wir Ermächtigungen nehmen, nehmen wir sie nur in der Meditation, auf der meditativen Ebene. Sowohl Vajra-Meister als auch Vajra-Schüler meditieren zusammen, gemeinsam. In der Meditation findet das statt. Das ist einfach eine Ansammlung eines gewissen dynamischen Karmas. Man ist mit diesem und jenem Ritual in Berührung gekommen und hat dadurch gewisse, sehr starke positive Samen eingelegt. Das heißt dann „Ermächtigung nehmen“, nicht wahr? Wie kriegen wir eine Ermächtigung und worin besteht diese Macht oder diese Kraft? Deshalb geht es einfach darum, wie wir immer wieder einmal davon gesprochen haben: wodurch und auf welche Weise, welche ursprüngliche Weisheit erlangt wird bzw. deren Samen angelegt wird.

Wie erlangen wir den Zustand von Buddha Vairochana oder eines der anderen Buddhas? So, alle diese Dinge sukzessive weiter zu machen und weiter zu praktizieren, das bedeutet den Eintritt ins Mandala. So, das ist nur ein Punkt.

Philologische Bedeutung

Nun spreche ich von der philologischen Bedeutung. Vairochana heißt auf Tibetisch kurz gesagt *nam nang*, ausführlich *nam-par nang tse*¹. Nam-par heißt entweder gänzlich oder Form; nang heißt erscheinen, erkennen, verstehen; tse heißt machen. So, das bedeutet, der Buddha Vajradhara befindet sich in einem gewissen Zustand, in dem bei ihm alle diese fünf ursprünglichen Weisheiten vorhanden sind. Dieser Zustand ist *ein* Zustand mit fünf Aspekten, den fünf Buddha-Familien. Buddhaschaft oder Vajradharaschaft sind synonym. Das ist einfach eine Sammlung der fünf Buddha-Familien, aller fünf Qualitäten, sowohl auf der feinphysikalischen Formebene, als auch als feine geistige Natur, auf geistiger Ebene. So könnte man vielleicht sagen. Dieser Zustand, den wir mit Worten nicht erfassen können und durch Gedanken nicht verstehen können, dieser Zustand ist beyond, jenseits, oder geht hinaus, steht über. Er steht über den menschlichen Worten und Gedanken, geht über sie hinaus. Vielleicht deshalb, kann man sagen, hat der Buddha absichtlich für uns, für unseren Zweck eine Form angenommen. Somit komme ich auf vier Worte: nam-par nang tse. Die ersten beiden kann man nicht trennen, nam-par muss man zusammen ziehen, denn es heißt entweder gänzlich oder Form. Buddhas Zustand und Qualitäten sind mehr oder weniger formlos, aber jetzt hat er Form angenommen und hat für unsere Zwecke extra eine Form gezeigt. Nang tse – diese Gestalt hat er angenommen, um sich uns zu zeigen. Diese Formulierung ist sprachlich nicht gut, aber er hat es so gemacht, dass wir das sehen können. Dieses dritte – nang – heißt sehen und tse heißt machen, also noch mal nang heißt erscheinen, sehen und tse heißt machen. Er hat gemacht, dass wir ihn in seiner Form sehen können. Das ist die philologische Bedeutung von nam-par nang tse.

So gesehen hat er mit nam-par nang tse eine mehr oder weniger wichtige Stellung eingenommen innerhalb der fünf Buddha-Familien. Die wichtigste ist Akshobhya und dann kommt Vairochana. Beide sind wichtiger als die anderen drei. Akshobhya vertritt sozusagen den geistigen Teil.

¹ Rnam-srang; rnam-par snang-mdzad

Vairochana vertritt den Rupakaya, von der feinphysikalischen Form her. Die Gewichtung und Bedeutung sind somit ein bisschen unterschiedlich.

Vairochana in den tantrischen Gelübden

Nun gehe ich einen nächsten Schritt weiter. Diese gute Qualität der Buddha-Familie, in diesem Falle Vairochana, ist nicht einfach da, so kann man nicht sagen. Letztendlich, wie wir wissen, wenn wir von der Zuflucht sprechen, sprechen wir von einer Zuflucht in Bezug auf Ursache, den ursächlichen Drei Juwelen und den Drei Juwelen in Bezug auf das Ergebnis.

Das muss man auf zweifache Art sehen. Das heißt, die Lebewesen, die bis jetzt Buddha geworden sind, wie Gautama Shakyamuni und seine Lehre, seine geistige Entwicklung und das Gefolge, die die geistige Entwicklung erlangt haben, diese sind unsere ursächlichen Drei Juwelen. Ich werde, wir werden in der Zukunft unsere eigene innere geistige Entwicklung erreichen, somit erlangen wir unseren eigenen individuellen zukünftigen Dharma.

In dem Moment, sobald wir als Einzelne unsere individuelle Leerheit realisiert haben, werden wir individuelle Sangha. Und dann, wenn wir Buddhaschaft erlangen, dann werden wir Buddha. So und deshalb haben wir alle individuelle zukünftige Drei Juwelen. Das alles ist wieder Ursache und Wirkung, mit Ursache und Wirkung verbunden. Um daher in der Zukunft diese Drei Juwelen in Bezug auf das Ergebnis zu erlangen, müssen jetzt Samen eingelegt sein, wir müssen entsprechende Samen sammeln.

Wenn wir von Tantra Gelübden hören oder von ihnen sprechen, meinen wir damit letztendlich die neunzehn Samayas, die mit den fünf Buddha-Familien verbunden sind. So nun heute mit Vairochana, für Vairochana, haben wir sechs Samayas. Diese sechs Samayas müssen wir jetzt schon praktizieren, damit wir in der Zukunft Vairochana erlangen. Das ist die letztendliche klare Sache. Dieses Yoga wird als Yoga des Buddhas bezeichnet, Vairochanas Praxis. Der Begriff „Yoga des Buddhas“ wird nicht mit den anderen fünf Buddha-Familien in Zusammenhang gebracht, sondern ist spezifisch für Vairochana. Das ist letztendlich, wie wir wissen, ein sehr, sehr grundlegender Aspekt in Bezug auf Form. Wenn ich mich identifiziere, auch auf der gewöhnlichen Ebene, identifiziere ich mich auf der Basis von meinem Körper und Geist.

Wenn es keinen Körper gäbe oder ich keinen Körper habe, kann ich mich nicht irgendwie auf mich beziehen. Es gibt ein anderweitiges System, aber zunächst lassen wir es so.

Wenn wir uns individuell sagen: ich bin Petra, ich bin Hans, ich bin so und so, das bedeutet immer, dass Geist und Körper zusammengebunden, Geist und Körper miteinbezogen sind. Wenn jemand den Körper nicht mit einbeziehen würde, was machen wir mit dem Körper? Wenn es nur auf den Geist ankäme, wenn Hans als Hans nur mit seinem Geist existieren könnte, dann hat der Körper keine Bedeutung mehr. Aber um Hans als Hans erkennen zu können, brauchen wir unbedingt Hans' Körper und Hans' Geist. Nach dem der Hans tot ist, dann müssen wir ein Wort ergänzen: Hans' Leiche.

Wenn wir jetzt normalerweise Hans im Alltag treffen, sprechen wir nicht unbedingt über Hansens Körper oder so, sondern über oder mit Hans. Damit ist die Identifikation des Hans einfach vollständig. Das bedeutet, Geist und Körper, diese Kombination ist außerordentlich wichtig, auch auf der größeren Ebene.

So, das nehmen wir jetzt weiter auf die subtile Ebene: subtiles Bewusstsein und subtiler Körper. Subtiles Bewusstsein und subtiler Körper sind in dem Moment, wenn wir so weit sind, einfach mehr oder weniger Energie, Energie des Bewusstseins. Eine gewisse feinphysikalische Natur des Bewusstseins wird ja als feiner Wind bezeichnet. Es wird gesagt, subtiler Körper und subtiler Geist haben *eine* Natur mit zwei Aspekten. Daher sind dieser subtile Körper und dieser subtile Geist untrennbar, weil sie die gleiche Natur haben.

Ich, zum Beispiel besitze jetzt selbstverständlich einen subtilen Körper und einen subtilen Geist, doch das kann nicht so auf gleichem Niveau bleiben, es muss veränderlich sein. Die geistigen Gifte, die vielfältigen geistigen Gifte beeinflussen den subtilen Zustand. Dadurch kommt der subtile Geist nicht zur Geltung.

So letztendlich, ganz salopp gesagt, müssen wir die konventionellen Konzepte, die geistige Gifte genannt werden, von unserem subtilen Geist und Körper trennen. Diese Trennung von unseren geistigen Giften wird als Transformation bezeichnet.

Die Hülle der geistigen Gifte macht uns durcheinander und verschafft uns so viel Unklarheit. Die Wurzel dieser Unklarheit ist die Unwissenheit. Durch diese Reinigung, durch diese Intensität der Praxis, wodurch wir, wie ich schon sagte, die eigentliche geistige Natur erkennen werden, bringen wir den eigentlichen Zustand des subtilen Bewusstseins zur Geltung. Sobald man diese Klarheit zur Geltung gebracht hat, erscheint die Spiegelgleiche ursprüngliche Weisheit, in der alles erscheint.

Ich glaube, das ist für euch, für den einen oder anderen ein bisschen kompliziert zu verstehen. Aber die Sachlage ist halt nur so. Man muss schon immer weiter versuchen, nicht nur ein oder zweimal, sondern immer weiter, sich immer wieder darauf zu konzentrieren oder zu lernen. Dann irgendwann versteht man es durch dieselben wiederholten Erklärungen. Es ist nicht unbedingt nur ein Problem der Erklärungen, sondern die Sachlage ist halt so. Selbst wenn Fachleute über das Recht, eine bestimmte Philosophie oder andere Fachgebiete in reinstem Deutsch erklären, besagt das gar nicht, dass dadurch sofort alles ganz sonnenklar sein wird. So, das ist ungefähr gleich. Man muss irgendwie den Hintergrund oder das vorangegangene grundlegende Wissen und auch Erfahrung besitzen.

So, kurz und gut, es handelt sich hier um die drei Arten der ethischen Disziplin und dann die starke Verbindung mit den Drei Juwelen. Diese sechs Handlungen werden als die sechs Bindungen (Samayas) des Vairochana bezeichnet. Darüber versuche ich dann morgen ein bisschen zu sprechen. Vom Thema her passt es auch gut zusammen. Morgen sollen wir auch einigen Leuten Zuflucht und Bodhicitta-Gelübde geben. Dabei muss man auch ein bisschen erklären. Das alles kann man dann zusammenbringen.

So, vielen Dank!

Sonntag, 20. 07. 2014

So, nun für unser heutiges Gespräch, setze ich unsere gestrige Unterhaltung fort. Da wir uns dem Buddha Vairochana annähern möchten, annähern sollten, sollen wir uns entsprechend Ursache und Wirkung auch mit dessen speziellen Ursachen, zum Beispiel den drei Arten der ethischen Disziplin und Zuflucht zu Buddha, Dharma und Sangha korrekt verhalten. So, diese sechs Punkte sind die sogenannten sechs Verbindungen, die sechs Samayas, die mit Buddha Vairochana verbunden sind. Damit wollen wir heute zunächst anfangen. Anschließend möchten einige Leute buddhistische Zuflucht nehmen. Das passt genau richtig gut zusammen. Deshalb machen wir das auch weiter.

Gemäß der Ankündigung hatten wir heute eine Segenserlaubnis mit Vairochana vornehmen sollen. Aber ich hatte mich bedauerlicherweise ein bisschen verguckt. Ich habe das damals mit Corina zusammen überlegt und ich meinte, dass ich das gecheckt habe. Letztendlich wollte ich den Text herausuchen und dafür muss ich in meine Liste gucken. Es gibt dafür eine gewisse Liste, in der alle diese Unterweisungen, all diese Segenserlaubnisse und Ermächtigungen, die ich bekommen habe, aufgelistet sind. Das ist einfach eine Liste, die geführt wird, das ist einfach Tradition. Es ist gut, wenn man weiß, was man hat, wie und von wem man hat. Das ist einfach so. Jedenfalls habe ich eine Liste und darin finde ich nicht, dass ich diese Segenserlaubnis bekommen haben soll. Das bedeutet, diese Segenserlaubnis habe ich höchstwahrscheinlich nicht bekommen. Außerdem habe ich die Textsammlungen angeschaut, wo sich diese Segenserlaubnisse befinden können und da gibt es auch nichts. Daher weiß ich nicht, ob es überhaupt diese Segenserlaubnis gibt. Da bin ich mir nicht so sicher. Na ja, langer Rede kurzer Sinn, heute machen wir diese Zuflucht und jemand möchte auch Bodhicitta-Gelübde nehmen. Das können wir auch anschließend damit verbinden.

Die fünf Buddha-Familien, was können wir darunter verstehen? Wir können sie zumindest auf drei verschiedenen Ebenen verstehen:

Die fünf Buddha-Familien auf der Dharmakaya-Ebene,

Die fünf Buddha-Familien auf der Samboghakaya-Ebene.

Die fünf Buddha-Familien auf der Nirmanakaya-Ebene.

Wenn ich so erkläre, dann erkläre oder meine ich damit von ihrer Qualität her gesehen. So, das bedeutet, ihren jeweiligen Zustand der Vollkommenheit.

Kayas

Es geht um das Wort Kaya, es ist mehr oder weniger mit Form zu übersetzen. Bleiben wir bei Kaya, da wir sozusagen unter uns sind und das Wort Kaya ist auch mehr oder weniger eingebürgert und ihr könnt euch darunter was vorstellen. Also Kaya, Form, dafür gibt es unterschiedliche Aufteilungen bzw. unterschiedliche Verständigung. Zunächst, als Ausgangspunkt, müssen oder können wir das so verstehen: die Form des Körpers und die Form des Geistes, Rupakaya und Dharmakaya.

Wenn man vom Dharmakaya spricht, dann spricht man hauptsächlich von der geistigen Ebene, aus der Sicht des Geistes bzw. es wird über den geistigen Zustand gesprochen. Wenn wir vom Rupakaya sprechen, dann geht es mehr um die feinphysikalischen Ebene, es wird von der Form her gesprochen. Um diese genau detailliert verstehen zu können, müssen wir noch weitere unterschiedliche Aspekte auseinanderhalten. Nämlich, wenn wir vom Dharmakaya sprechen, da gibt es dann zwei Sachen: einmal den ursprünglichen Weisheitskörper und den Soheitskörper, Svabhavakaya. Dieser Unterschied wird gemacht. Wenn wir vom ursprünglichen Weisheitskörper sprechen, dann sprechen wir eigentlich mehr von der reinen Buddhageist-Ebene. Wenn wir vom Svabhavakaya sprechen, dann wird über die Leerheit des Buddhageistes gesprochen. In der Buddhaschaft haben sowohl Rupakaya als auch Dharmakaya, sowohl Svabhavakaya als auch ursprünglicher Weisheitskörper, letztendlich ein und dieselbe Natur, aber dennoch unterschiedliche Qualitäten. Von der unterschiedlichen Betrachtung her gesehen wird dieser Unterschied gemacht.

So, nun kommen wir zum Rupakaya. Davon gibt es ebenfalls zwei Arten: der eine ist der Samboghakaya und der andere ist der Nirmanakaya. Beim Samboghakaya ist es letztendlich so: Svabhavakaya und ursprünglicher Weisheitskörper sind die Zentrale der Buddhaschaft. Aus dieser Zentrale, aus dieser Sphäre, um sich für den Nutzen aller Lebewesen zugänglicher zu machen, erscheinen sie oder nehmen sie eine gewisse Erscheinung an. Diese Erscheinung wird als Samboghakaya bezeichnet. Obwohl sich Buddha zum Nutzen für die Lebewesen zugänglich gemacht hat, ist diese Erscheinung dennoch eine mehr oder weniger zurückhaltende Position, da dieser Zustand nur von einem gewissen Personenkreis wahrgenommen werden kann, beispielsweise von den höchst erleuchteten Bodhisattvas, von anderen nicht. Daher hat der Samboghakaya fünf Gewissheiten und diese wären dann:

- die Gewissheit des Ortes, das heißt, der Samboghakaya befindet sich nur in einem gewissen reinen Bereich.
- Die Gewissheit des Gefolges: der Samboghakaya kann nur mit den höchst erleuchteten Bodhisattvas umgehen und diesen Bodhisattvas Unterweisungen geben, aber nicht zu dem allgemeinen Publikum.
- Die Gewissheit des Dharma: der Samboghakaya gibt das reine Dharma, aus Mahayanasicht gesprochen. Samboghakaya gibt nur Mahayana-Unterweisungen
- Die Gewissheit der Zeit: der Samboghakaya verweilt in Ewigkeit, als Samboghakaya stirbt man nicht.
- Die Gewissheit des Körpers: der Sambhogakaya zeigt immer die 32 höheren und 80 niederen Zeichen eines Buddhas.

Der Buddha hat ein Ziel, nämlich die Wünsche der Lebewesen zu erfüllen, sie zu unterstützen. Deshalb möchten die Buddhas, dass sie noch zugänglicher gemacht werden. Daher kommt noch ein Schritt weiter nach vorne, das wäre dann der Nirmanakaya. Unter den Nirmanakayas gibt es ebenfalls weitere drei Unterschiede, aber das ist nicht so wild, das lassen wir so. Kurz und gut, wenn wir vom Nirmanakaya sprechen, meinen wir damit, dass er wirklich tatsächlich unter den Menschen erleuchtet sein wird, wie Buddha Shakyamuni.

Er ist als gewöhnlicher Mensch geboren und durch seine Anstrengungen hat er Erleuchtung erlangt. Er ist richtig Buddha geworden. Dieses ist dann der sogenannte Vortreffliche Nirmanakaya. So heißt das, das ist der Fachbegriff: Vortrefflicher Nirmanakaya. Andere Emanationen, das ist ein Kapitel für sich. Das steht im Moment nicht an, denn darum geht es jetzt nicht. So, das ist mehr oder weniger aus der spirituellen Theorie her gesehen.

Deshalb sind die fünf Buddha-Familien oder die fünf Buddhas in allen Bereichen vertreten. Sie haben ihren jeweiligen Dharmakaya-Zustand. Sie sind aus dem Dharmakaya im Samboghakaya erschienen und davon ausgehend auch als Nirmanakaya. So, das ist eine gewisse Entwicklung, entsprechend der Notwendigkeit für den Nutzen der Lebewesen. Das ist aus dem spirituellen Gesichtspunkt gesprochen.

Ikonografischer Aspekt

Nun müssen wir dazu auch einmal aus einer ikonografischen Sicht sprechen. Wenn ich aus der Sicht der Kunst oder Ikonographie her spreche, gibt es keine Präsentation des Dharmakaya. Es gibt nur die Samboghakaya-Präsentation und die Nirmanakaya-Präsentation, also nur zwei. Die Samboghakaya-Präsentation wäre wie zum Beispiel der Langlebens-Buddha Amitayus, die Grüne Tara oder Avalokiteshvara. Sie alle haben Juwelenornamente und werden als Samboghakaya-Form bezeichnet. Nirmanakaya-Form ist für gewöhnlich wie die Buddha Shakyamuni-Darstellung, ohne Schmuck. Das ist die Nirmanakaya-Form. Ein typisches Beispiel dazu wäre Buddha Amitayus. Wenn er Juwelenschmuck usw. trägt, hat er die Samboghakaya-Form, in gleicher Haltung, ohne Kopfschmuck, ohne sonstige Juwelenkette oder so etwas, wird es als Nirmanakaya-Form bezeichnet. Bei dieser Darstellung hat er auf dem Kopf auch eine Ushnisha, nicht genauso wie bei Buddha Shakyamuni, aber ein etwas hochgebundener Haarknoten ist vorhanden. Von daher gesehen, darf man diese zwei unterschiedlichen Darstellungen nicht vermischen.

Kayas im Mahaanuttarayoga Tantra

Jetzt werden zwei andere Aspekte mit einbezogen aus der Mahaanuttarayogatantra-Meditation. Alle Mahaanuttarayogatantra-Meditationen sind letztendlich gleich. Sie müssen die drei Reinigungspraktiken enthalten, die auf Tod, Bardo und Wiedergeburt basieren bzw. ihnen ähnlich sind und den gewöhnlichen Tod, Bardo und Wiedergeburt als Wege nehmen. Um diese drei zwangsläufigen Zustände zu reinigen, praktizieren wir den sogenannten Dharmakaya, Samboghakaya und Nirmanakaya. Und das ist etwas anderes. Man soll nicht alles zusammenbringen.

Ich nehme als Beispiel die Vajrabhairava-Praxis: Meditation über die Leerheit, ganz kurz gesagt mit der Acht-Stadien-Praxis. Die, die das höchste Yogatantra praktizieren, wissen das schon. Die anderen sollen es im Moment gar nicht wissen. Das ist jetzt nicht wichtig, das muss man zu gegebener Zeit machen. So, jedenfalls ist die Leerheitspraxis mit dem Dharmakaya verbunden. Danach folgen einige Prozesse, in denen man sich selbst zu einem bestimmten Zeitpunkt als Manjushri vorstellt und sich damit identifiziert. Das ist der Samboghakaya. Dann später entwickelt man sich daraus selbst als Vajrabhairava. Das wird als Nirmanakaya bezeichnet.

In dem Moment hat dieser Nirmanakaya den vollständigen Aspekt mit Schmuck usw., aber die Überlegung ist total anders. Deshalb kann man nicht sagen, der Nirmanakaya ist immer ohne Schmuck. Auch zu sagen, der Samboghakaya ist immer mit Schmuck und überall gleich, das geht nicht. Man kann nicht immer Äpfel mit Birnen vergleichen. Sondern je nach Kontext, was und worüber man sprechen möchte, wozu man sprechen möchte, darauf kommt es vor allem an. Das wollte ich gerne noch mal sagen. Das ist wichtig zum ikonografischen Aspekt, zum meditativen Aspekt und zum spirituellen Aspekt. Das muss man irgendwie auseinander halten ohne Widersprüche, nicht wahr? So, das war ein Punkt, den ich erwähnen möchte.

Drei Samayas „Ethische Disziplin“

Bei den tantrischen Gelübden können wir bezüglich der sechs Bindungen mit Buddha Vairochana folgendes lesen: „Ich werde mich beständig in den drei Formen der ethischen Disziplin üben, d. h. ich werde die Regeln beachten, heilsame Handlungen ansammeln und mich um das Wohl der Lebewesen bemühen.“ Das sind die ersten drei. Und dann weiter: „Von heute an nehme ich die Gelübde der unvergleichlichen Drei Juwelen von Buddha, Dharma und Sangha. Diese Gelübde entstammen dem Yoga des Buddha Vairochana.“

So, es geht zunächst um diese drei Formen der ethischen Disziplin. Das erste ist: ich werde die Regeln beachten. Dieses Wort „Regeln beachten“ ist auf Grund der tibetischen Versform ziemlich knapp formuliert. Wenn man das erklären möchte, kann man es nicht so einfach stehen lassen, sondern das würde eigentlich „Unterbindung“ heißen. Das könnte man auf Deutsch vielleicht sagen: die Unterbindung aller fehlerhaften Handlungen. Auf Tibetisch wäre es einfach nye jö dom pa². Das sind drei verschiedene Sachen: nye heißt falsch, jö kommt aus jö-pa d.h. Handlung, dom-pa ist unterbinden. Jedenfalls, alle diese unheilsamen Handlungen unterbinden, davon Abstand halten. Erst Abstand halten und dann weiter, sie überhaupt nicht mehr machen. Das alles hat letzten Endes eine sehr starke Annäherung zu Bodhicitta. Alles, was wirklich falsche Handlungen sind, davon muss man Abstand halten und sie nicht weiter ohne Kontrolle, wie bis jetzt, laufen lassen. Darunter versteht man alles, angefangen damit, dass man als Buddhist die zehn heilsamen Handlungen richtig ernst nehmen und die zehn unheilsamen Handlungen unterbinden und vermeiden sollte. Dann geht es weiter: inbegriffen sind sowohl das Vinaya, das sind einfach Ordinationsregeln für die Nonnen und Mönche, als auch weitere allgemeine Bodhicitta-Regeln, dabei gibt es mehrere Dinge zu beachten. Darüber hinaus geht es auch um die Tantra-Regeln. Alle diese Regeln kennen zu lernen und ernst zu nehmen, zu praktizieren und sachlich richtig zu machen, das wäre dann das erste.

Um diese Art von Praxis zu praktizieren, sollen wir natürlich mit Kleinigkeiten anfangen, mit denen wir in unserem Alltag sehr häufig konfrontiert werden. Wie ich immer betone, solange man zu Hause ist, alleine ist, da denkt man immer was. Diese Gedanken kreisen relativ häufig oder in der Regel immer, leider, bedauerlicherweise, nur um den Nutzen für sich selbst, und zwar ohne Rücksichtname darauf, ob ich jemand anderen durch diese folgenden Handlungen, einen Schaden zufüge.

² nyes-syod sdom-pa

Das ist auch einfach eine unheilsame Handlung, nicht wahr? Ganz kurz gesagt, mache ich mir im Grunde nur egoistische Gedanken. Das wird dann weiter ausgeführt, wann immer ich die Möglichkeit finde, gehe ich nach draußen und treffe jemand. Durch diese Begegnung mache ich dann sehr viele weitere Sachen: wie ich diese Person wahrnehme, wie ich mir darüber hinaus irgendeine Einbildung mache. Diese ganze zwischenmenschliche Kommunikation läuft sehr häufig inkorrekt. Das alles sind falsche Handlungen, nicht wahr? Wenn ich spreche, spreche ich einfach ganz salopp. Nur ein Beispiel, das ich nicht leicht vergesse: Ich bin einmal von Hannover nach Bonn zurückgekehrt. Der Zug war rappellvoll und sehr viele Menschen fanden gar keinen Platz. Jedenfalls bin ich auch mehr oder weniger zufällig mit zwei oder drei Schülerinnen im Zug zusammengekommen, die in dieselbe Richtung fahren. Sie hatten keinen Sitzplatz und hätten alle im Gang stehen müssen. Es hat mir sehr leid getan, deshalb habe ich das Angebot gemacht: „Wir alle gehen in die erste Klasse, ich bezahle eure zusätzlichen Tickets.“ Und eine Antwort war: „Bezahlen kann ich auch, schließlich verdiene ich Geld.“ So hat sie zu mir gesagt. Für sie ist es eine ganz normale Darlegung. Es ist keine schlechte Äußerung, davon gehe ich aus. Sie hat eine Stelle und sie verdient Geld. Wenn sie will, kann sie selber bezahlen. Es ist zu mir aber nicht gut übergekommen, weil das gut gemeinte Angebot einfach so ganz radikal abgelehnt wurde. Sie hätte genauso sagen können, danke, das ist sehr nett aber es ist nicht nötig, Punkt. Das ist eine Aussage, aber in unterschiedlicher Verpackung. Man könnte irgendwie anders damit umgehen. Ganz salopp zu anderen Menschen etwas zu sagen, das sind viele Deutsche vielleicht so gewohnt. Für sie ist das ganz in Ordnung. Aber für viele Menschen, besonders für Asiaten überhaupt nicht. In der Beziehung sind wir sehr empfindlich, bedauerlicherweise. Das verletzt uns sehr leicht, aber wir können sehr viel vertragen, ohne wieder zurück zu streiten. „Und mach doch was du willst,“ so ungefähr. Ich habe es gut gemeint, aber bitte schön. Alle diese Formulierungen sind sehr hart. Das Resultat ist eine Verletzung. Verletzung bedeutet, etwas wird immer bewusst oder unbewusst auf der geistigen Ebene eingespeichert. Das ist Karma. Das ist schlechtes Karma sowohl beim Zuhörer, als auch beim Sprecher. Das ist überhaupt problematisch. Es hat angefangen mit einer Kleinigkeit, aber aus einer Kleinigkeit kann eine große Sache werden. Wenn mehrere solcher Handlungen zusammenkommen, wenn die Voraussetzungen vorhanden sind, werden wir zum Schluss noch tiefer in Samsara hineingezogen und müssen ganz stabil dort bleiben. So, das ist die Sachlage.

Ich glaube, es hat sehr, sehr viel mit der feinphysikalischen, feinen energetischen Form zu tun. Diese ganzen unterschiedlichen Wahrnehmungen und Handhabungen können nicht einfach willkürlich auf neunzehn Teile verteilt werden, so wie man ein Stück Fleisch gulaschmäßig zerschneidet und portioniert. So kann es nicht sein. Jeder einzelne Buddha-Aspekt ist als Ergebnis von früherem unterschiedlich gutem Karma zu verstehen. Das muss auch eine Relation haben, denn ohne diese Relation richtig zu verstehen, geht es schlecht. Relation bedeutet, dass eine Verbindung durch die feinphysikalische Ebene besteht. Es geht alles hauptsächlich um die energetische Ebene. Von daher gesehen, wie gesagt, wirkt diese ganze Kommunikation in uns auf unterschiedliche Weise, nicht wahr?

Falsche Handlungen zu unterbinden, das habe ich gerade ganz allgemein versucht zu erklären. Aber das kann auch spezifisch, nur auf die tantrische Sicht oder auf die Tantra-Praxis, bezogen werden. Das steht in diesem Text. Ich habe so was nicht gekannt, aber ich finde es besonders gut.

Und zwar in dem Fall bedeutet falsch zu handeln, sich nur auf die gewöhnliche Erscheinung zu beziehen und daran zu haften. Das ist das Problem. Wenn ich meditiere, wie wir gestern auch gesprochen haben, dann muss ich mich aus der Leerheit - das muss ich noch mal betonen – in den Zustand der Gottheit versetzen. Nun befinde ich mich in diesem göttlichen Zustand. In dem Moment wäre das Haften an einer gewöhnlichen Erscheinung tödlich, nicht wahr? Wir müssen eine göttliche Erscheinung haben, nicht eine gewöhnliche, denn das Zusammenbinden mit einer gewöhnlichen Erscheinung klappt nicht. Viele Menschen, wir alle, kann man sagen, stehen bedauerlicherweise in einem anfänglichen Stadium. Wir alle haben so eine Schwäche zu denken, z. B. „ich bin ein Mann“ und wenn ich mir eine weibliche Gottheit vorstelle, dann sehe ich ein Problem. Wenn eine weibliche Person eine männliche Gottheit praktiziert, dann hat sie auch etwas Schwierigkeiten: „Ich mich, als Frau, als Vajrabhairava vorzustellen, das passt mir nicht, da habe ich Schwierigkeiten“. Das ist einfach ein Zeichen, dass ich mit Ach und Krach versuche, den gewöhnlichen und den göttlichen Zustand in Einklang zu bringen. Das ist ein großer Fehler! Das ist einfach ein Beweis, dass unsere Praxis total schief läuft, schief geht, schief gegangen ist, nicht wahr? Wenn wir uns in den göttlichen Zustand versetzen, spielt der konventionelle Zustand gar keine Rolle mehr. Ich bin ja aus der Leerheit gekommen und herausgegangen. Die Leerheitserkenntnis hat eine göttliche Form angenommen, nicht ich. Das Ich spielt auf der anderen Ebene eine Rolle, aber nicht in dem Moment. So, daher ist es eine außerordentlich gute Aussage.

Auszüge aus dem Text „Analyse der Ursachen der Dämonen“

Um diese falsche Handlung zu unterbinden, dazu möchte ich gerne einen kurzen Blick auf einen bestimmten Text werfen, den ein Kadampa-Meister zusammengestellt hat, mit neunundzwanzig Kapiteln, glaube ich. Ein Kapitel davon wäre die sogenannte „Analyse der Ursachen der Dämonen.“ Diesen Text, glaube ich, haben wir auch damals mit der freundlichen Hilfe von Cornelia veröffentlicht, vor einigen Jahren. Darüber haben wir mindestens ein- oder zweimal Seminare gemacht, schon vor geraumer Zeit. Dieser Kadampa-Text wurde später, Anfang des neunzehnten Jahrhunderts, auch von dem großen Nyingmapa-Meister Za Pätrul Rinpoche – er ist ein großer, großer Meister gewesen - kommentiert. Alle seine Äußerungen oder Unterweisungen könnte man sagen, sind direkt, sehr klar und konkret. Er hat diesen Kadampa-Text sozusagen wortwörtlich übernommen und einiges ein bisschen gekürzt. Daher würde ich gerne nur einige Beispiele nehmen.

Sowohl der Kadampa-Meister, als auch Pätrul Rinpoche haben das Wort „Dämon“ verwendet. Wenn wir „Dämon“ hören, sollen wir uns nicht sofort irgendwie Gespenster oder was auch immer, mit Hörnern usw. vorstellen, sondern Dämon heißt letztendlich Hindernis.

Wenn man das nicht so richtig versteht, wenn es nicht so richtig vorgestellt wird, kann es zu Missverständnissen kommen, denn besonders im tantrischen Bereich wird viel von unterschiedlichen Gattungen der Dämonen oder Gespenstern oder was auch immer gesprochen. Dann kommen so viele „Teufel“ in den Buddhismus hinein und dann wird es auch teuflisch. Das ist auch ein bisschen gefährlich, nicht wahr?

Wir beschäftigen uns nicht mit solchen Göttern, Dämonen und Gespenstern oder was weiß ich. Man könnte unendlich weiter phantasieren. Das sollen wir nicht machen. Damit muss man ein bisschen vorsichtig umgehen. So, Dämonen gleich Hindernisse. Die Überschrift von diesem Kapitel: „Die Ursache des Eintritts der Dämonen“, wodurch können diese Hindernisse eintreten? Das fand ich sehr, sehr wichtig und einige Dinge sind besonders anschaulich.

Wenn wir uns für unsere Praxis nicht bemühen, uns nicht wirklich anstrengen, dann ist das eine Ursache für den Eintritt der Dämonen. Weil Hindernisse sehr leicht auftreten, muss man immer am Ball bleiben, kontinuierlich praktizieren. Wie wir auch öfters gesprochen haben: Erstens, Dharmapraxis bedeutet nicht nur die formelle Praxis, sondern die Beobachtung unseres Geistes, unserer Rede und unserer körperlichen Handlungen. Das ist unsere lebenslängliche Aufgabe und unsere Aufgabe für die vierundzwanzig Stunden eines Tages. Selbst wenn wir im Traum komische oder schlechte Sachen, irgendwie so schräge Dinge geträumt haben, ist das ein Zeichen, dass wir uns tagsüber sehr damit konfrontiert haben. Diese Eindrücke dringen in den Traum und dann bekommt man solche Traumzeichen. Das ist unsere buddhistische Hauptpraxis, wenn man so sagen will. Dann, als zweitrangige Praxis wäre Studium, Meditation, Rezitation und Opfertaten darbringen, diese gesamte formelle Praxis. Daher sagen Manche z.B.: „Ich möchte mich sehr mit dem Buddhismus auseinandersetzen und buddhistische Praxis machen, aber im Moment habe ich so wenig Zeit. Wenn ich im Ruhestand bin, dann mache ich mehr.“ Ich bin das lebendige Beispiel oder der Beweis dafür. Ich bin seit über zehn Jahren im Ruhestand und es ist nicht viel besser geworden. Ich habe auch nicht viel mehr Zeit gewonnen. Die Rentner haben keine Zeit, denn wir beschäftigen uns immer weiter. So, kurz und gut, wenn man das sagt, ist es einfach ein Zeichen, dass die buddhistische Praxis nicht richtig verstanden wurde. Die buddhistische Praxis wurde nur auf die formelle Praxis bezogen. Alles andere, Kommunikation mit den Menschen, denken über andere Menschen, nachdenken über sich selbst, das alles wird nicht auf die buddhistische Praxis bezogen. Wenn ich esse, esse ich achtsam. Wenn ich rede, rede ich achtsam. Deshalb ist meine Lieblingsaussage von Atisha: „Wenn du alleine bist, achte auf deinen Geist. Wenn du unter Menschen bist, achte auf deine Worte.“ Wie du jetzt gerade sprichst mit den Menschen. Sonst kommt salopp was raus und dann ist es passiert. Das kann man nicht wieder rückgängig machen. Man kann sagen, ich habe es nicht so gemeint oder nehme das bitte nicht übel. Da muss man viel „Reinigungsritual“ hinterher durchführen. Aber dennoch lässt es sich nicht so reinigen, gesagt ist gesagt. Dann ist es schon passiert. Deshalb muss man das wirklich verstehen, was buddhistische Handlung ist oder nicht. So, daher gesehen, ist es ja nicht unbedingt allein eine rein buddhistische Sache, sondern einfach menschlich. Viele dieser Dinge werden von allen anderen Religionen oder spirituellen Menschen oder wem auch immer akzeptiert. Das ist einfach international. Es sagt niemand: „Schlechte Rede ist gut“. Die Christen würden das nicht sagen, Muslime würden das auch nicht sagen, diejenigen, die wirklich gar keinen Glauben haben, z.B. Kommunisten oder einfach moderne Menschen, die nichts mit einem Glauben zu tun haben wollen, die werden nicht sagen: „Schlechte Rede ist wunderbar und ein schlechtes Verhalten einem anderen gegenüber wäre sehr gut.“ Das kann man nicht sagen – niemand denkt das.

Natürlich, wenn man sehr stark auf die geistigen Gifte orientiert ist, ist das auch eine Ursache für den Eintritt von Hindernissen.

Jeder hat gewisse Geistesgifte, der eine stärker, der andere schwächer. Manchmal sagt man: der ist jähzornig und derselbe Mann sagt von sich selber: ja, leider bin ich jähzornig. Das bedeutet, beide Seiten, von sich aus und von der anderen Seite haben diesen Menschen als jähzornig etikettiert und einfach so akzeptiert. Das ist ein großer Fehler, nicht wahr? Es ist nicht nur eine Bestätigung, sondern es wird einfach so akzeptiert: „Vorsichtig, mit dem kann man nicht so leicht reden, der ist jähzornig.“ Er sagt und denkt selber: „Ich bin halt so, ich kann nichts daran ändern.“ Das bedeutet, er hat überhaupt nicht vor, dass er über sein Verhalten nachdenkt und versucht, sich evtl. zu korrigieren. Er hat das nicht vor, in seinem Plan steht das nicht. Er wird so akzeptiert werden von allen anderen Menschen und sich selbst. Daher ist er sehr stark auf seinen Zorn orientiert und bestätigt ihn. Dadurch fördert er natürlich weiter seine geistigen Gifte. Dann, mit Neid und alle anderen geistigen Gifte ist es genauso. Man muss deshalb immer wieder versuchen, diese zu reduzieren. Diskutiert nicht zu viel und denkt nicht zu viel, ob das unter den Teppich gekehrt wäre. Das ist eine sehr häufige deutsche Schwäche - zu diskutieren. Der Deutsche diskutiert wirklich sehr gerne. Ein Beispiel wäre der neue Berliner Flughafen. Sie diskutieren immer noch über die Pläne und es kommt nichts dabei heraus. Jedenfalls immer wieder diskutieren, Gedanken machen ohne richtig zu probieren. In dem Fall habe ich lieber das amerikanische Verfahren. Die diskutieren auch, aber sie probieren. Wenn das nicht klappt, dann machen sie einfach einen anderen neuen Plan. Aber der Deutsche will es genau machen, keinen Fehler und von Anfang an richtig durch und durch diskutieren. Sicherlich, wenn es eine gelungene Diskussion wäre, kommt später eine wunderbare Sache dabei heraus, fehlerfrei. Das ist richtig, diese Genauigkeit, aber trotzdem nimmt das sehr viel Zeit und sehr viel Energie in Anspruch. Das ist genauso mit der buddhistischen formellen Praxis. Manche haben ja so eine Tendenz: „Wenn ich praktiziere, möchte ich es hundertprozentig richtig machen.“ Learning by doing, dieses Wort fehlt in der deutschen Sprache. Das ist ein Problem, das muss man versuchen zu lernen.

Wenn man zu viele Konzepte hat, ist das einfach die Einladung der Dämonen. Hier steht, zu viele Befürchtungen, zu viele abergläubische Haltungen oder was auch immer.

Dann, ebenfalls, wenn man zu viele Gedanken hat, ist das auch wiederum eine Ursache für den Eintritt der Dämonen oder Hindernisse. Ich sage ja ab und zu, z. B. wenn ich jetzt mit Leselektüre anfangen und dann irgendwann denke „oh, es wäre besser zu meditieren“. Generell ist Meditieren eine wunderbare Sache, aber in dem Moment ist Meditation falsch, ist sie ein Hindernis, weil ich mir vorgenommen und angefangen habe zu studieren. Jetzt will ich plötzlich meditieren und dadurch ist mein Lektürestudium abgebrochen oder unterbrochen. Oder ich will meditieren und in dem Moment denke ich „oh, ich will Mantras rezitieren.“ Mantras sammeln ist an und für sich eine gute Sache, aber in dem Moment falsch. Das ist einfach ein Hindernis. Alles was man angefangen hat, dabei muss man eine gewisse Zeit bleiben, sonst kommt man wirklich durcheinander und bringt nichts zu Ende. Alles bleibt auf halbem Wege oder auf dem Viertel Weg liegen.

Wenn man falsche Freunde hat, das ist auch ein Problem, eine Ursache für den Eintritt der Dämonen oder Hindernisse, nicht wahr? Ich will studieren, mein Freund will spazieren gehen und mich davon abhalten. Oder er will grundsätzlich nicht, dass ich irgendwie meditiere oder buddhistische Gedanken weiter verfolge oder was auch immer. Da gibt es sehr viele Beispiele.

Man hat zu wenig Absicht, sein Verhalten korrigieren zu wollen. Man denkt, mein Verhalten kann nicht korrigiert werden. Das ist auch ein Hindernis, wenn man diese Auffassung hat.

Wenn man überheblich ist, wenn man sehr stolz auf sich selbst ist, das ist auch ein Hindernis.

Als Anfänger allein sein zu wollen, zurückgezogen sein wollen, das ist auch ein Hindernis. Weil dadurch die Herausforderung fehlt. Das heißt, wenn man alleine sitzt, passiert eigentlich so gut wie gar nichts oder sehr wenig. Niemand stört dich und du bist ganz allein, du fühlst dich ganz wohl. Aber wenn du später irgendwann draußen bist, musst du dich ja sowieso mit anderen Menschen konfrontieren. Dadurch bist du dann herausgefordert. In dem Moment stehst du da und hast keine Kraft, dich mit denen auseinanderzusetzen. So deshalb, sich hin und wieder zurückzuziehen ist natürlich wichtig. Aber *nur* allein sein wollen, nur isoliert sein wollen, ist auf Dauer nicht gut, deshalb soll es abwechselnd, gemischt sein.

Es ist auch schädlich, in einem Kreis, in dem es sehr viel Streit gibt, zu leben. Selber hat man zunächst gar nichts damit zu tun, aber die Menschen in dieser Gruppe haben so viel Streit und irgendwann wird man auch hineingezogen. Wenn es in einem Kreis solche Probleme gibt, dann soll man sich lieber davon distanzieren.

Wenn man sehr stark auf den eigenen Traum orientiert ist, das ist auch ein Hindernis.

Wenn man sehr auf ein gutes Zeichen wartet, das ist auch ein Hindernis. Wie wir auch wissen, besonders wenn wir eine tantrische Klausur machen möchten und wir dann irgendwie erwarten, „oh, ich praktiziere eifrig und ich werde sicher bald ein gutes Traumzeichen bekommen oder ein sonstiges Zeichen. Dann irgendwann, logischerweise, Ursache und Wirkung, tagsüber mache ich Vajrasattva-Praxis, dann denkt man relativ häufig an Vajrasattva. Deshalb kommt auch im Traum ein Vajrasattva. Man träumt von Vajrasattva und denkt, das war das gute Zeichen. Das ist gar kein gutes Zeichen, das ist einfach von der Gewohnheit gekommen. Das ist keine weltbewegende Sache. Man denkt, man hat den Weg zur Buddhaschaft damit geschafft oder so ungefähr. Dieses Gefühl zu haben, wäre ein bisschen zu simpel. Wie unsere Meister sagen, bei solchen Meditationen, in der Klausur oder überhaupt sonst, soll man sich selbst beobachten, wie weit ich mich entwickelt habe. Einfach und leicht zu beobachten wäre: Wie weit habe ich mich durch meine Meditation und Rezitation verändert? Bin ich ein besserer Mensch geworden oder nicht? Habe ich mein geistiges Gift ein bisschen reduziert oder nicht? Das zu beobachten, das ist der richtige Weg. Wie ich mich fühle: „früher war ich ziemlich temperamentvoll, aber jetzt überhaupt nicht mehr. Ich kann ziemlich alles akzeptieren.“ Wenn das stabil bleibt, nicht nur ein oder zwei Tage, sondern überhaupt, das ist wirklich ein zuverlässiges gutes Zeichen. Nichts mit dem Tara-Gesicht oder Avalokiteshvara-Gesicht oder was auch immer! Ein solcher Traum kommt und geht. Aber eine Veränderung im Geist, die wird bleiben.

Das ist auch eine sehr schöne Aussage: Wenn durch einen Anlass von anderen Menschen und auch von sich selbst, als Praktizierenden, irgendwie ein Zweifel oder Unzufriedenheit entsteht oder man sehr traurig wird, das sind alles Zeichen für Hindernisse nicht wahr? Das kann einfach eine Kleinigkeit sein oder es kann auch ein relativ sogenanntes großes Problem sein, wodurch man verzweifelt und fassungslos wird. Als Dharma-Praktizierender muss man wirklich in der Lage sein, über vierundzwanzig Stunden, die gesamten Umstände, gute und schlechte, akzeptieren und leicht verdauen zu können. Im Guru-Yoga in der Lama Chöpa steht relativ zum Schluss: alles, was einem an Umständen begegnet, soll man mit in die Praxis einbeziehen, so heißt das. Das ist eine sehr, sehr schöne Formulierung. Nicht sofort darauf eingehen, ein Problem und eine große Sache daraus zu machen, man muss zumindest relativ gelassen akzeptieren können, das wäre wichtig.

Ich hatte neulich eine sehr enttäuschende Nachricht gehört. Es gibt einen Rinpoche, ein relativ hoher Rinpoche, würde ich sagen, der im indischen Bundesstaat Arunajal Pradesh ganz im Osten, geboren wurde. Er ist natürlich indischer Staatsbürger. Er hat bei uns im Kloster studiert, hervorragend studiert und war der Schüler auch von meinem damaligen philosophischen Lehrer. Dieser Rinpoche ist nach seiner Geshe-Prüfung in die Politik gegangen und in der Landespolitik Parlamentarier geworden. Später ist er auch Minister geworden und hat auch für die Tibeter sehr viel Unterstützung gegeben. Rinpoche ist jetzt siebenundvierzig Jahre alt, *war* muss man sagen. Sein Bruder hat bei der letzten Wahl auch kandidiert und verloren. Rinpoche hat sich daraufhin das Leben genommen, er hat Selbstmord begangen. Das ist einfach mein Beweis, wie ich immer wieder sage, allein der Name Rinpoche besagt gar nichts. Allein der akademische Titel Geshe Lharampa besagt gar nichts. Solange man das ganze Studium nicht auf sich selbst bezieht, und es, um seinen Geist zu zähmen, angewendet hat, dann passiert so was, nicht wahr? Er konnte das einfach nicht vertragen, dass sein Bruder verliert. Ich meine, das ist schon für einen normalen gewöhnlichen Menschen problematisch, aber als Wissender, als guter Student und guter oder hoher Rinpoche, der als spiritueller Lehrer gilt, wenn man das nicht verkraften kann, wer soll es dann sonst? Das ist einfach ein sehr schlechtes Beispiel als Rinpoche oder Geshe und als Buddhist, nicht wahr? Deshalb gibt es an einem Titel und dem sozialen Ansehen in der Gesellschaft keinen Halt. Mit oder ohne Titel, mit oder ohne akademischen Hintergrund, wenn man wirklich gut praktizierende/r Nonne oder Mönch oder vor allem Laie ist, die können was bewirken. Die können was für sich selbst und auch für die anderen bewirken, andere unterstützen. Die sind richtig gute Praktizierende. Deshalb soll man nicht wegen sich selbst oder wegen anderen irgendwie Zweifel bekommen und traurig sein. Das ist die Ursache dafür, dass ein Hindernis eintritt. Das ist genau auf diesen Rinpoche zugeschnitten.

Kontakt mit einem nicht-maßgeblichen Lehrer aufzunehmen oder Kontakt mit einem unpassenden Schüler aufzunehmen, diese beiden sind auch eine Ursache für Hindernisse. Selbstverständlich, wenn ich einen Lehrer oder eine Lehrerin habe, der/die nicht qualifiziert ist und er/sie mir so gut wie gar nichts oder zu wenig beibringen kann, mich zu keiner inneren Entwicklung führen kann, dann ist es ein Hindernis. Wenn ich als Lehrer einen unzuverlässigen Studenten habe, der gar kein großes Interesse hat und nicht kontinuierlich arbeitet, da kann man auch nicht sehr viel Unterstützung geben.

Dann gibt es viele weitere, Lehrer, die mit großem Interesse für das eigene Ansehen und für den eigenen Ruf und für den eigenen materiellen Vorteil usw. Unterweisungen geben, das ist ebenfalls schlecht. Ohne für sich selbst einen Vorteil zu haben, ohne eine Qualität zu haben, zu versuchen, ein Lehrer für andere sein zu wollen, das ist auch ein großer Fehler. Bevor ich selber nicht richtig studiert habe, anderen Menschen etwas beibringen zu wollen, jedenfalls vorzeitig oder zu früh buddhistische/r Lehrerin oder Lehrer sein zu wollen. Bevor man sich richtig in die Praxis, in die Meditation vertieft hat, wünscht man sich die Vollkommenheit.

Ja und so weiter und so fort, da gibt es in diesem Text unzählig viele aufgeführte Hindernisse. Es ist eigentlich auch ganz nützlich für uns, diesen Text zu studieren. Da wir ihn auf Deutsch haben, muss man ihn einfach mal kennenlernen. Natürlich gibt es die einen oder anderen Erklärungen, die sehr stark kulturell bezogen sind, das könnt ihr ruhig einfach überfliegen. Man muss sich nicht mit jedem einzelnen Wort auseinandersetzen. Die Dinge, die für uns individuell von Bedeutung sind, daraus kann man was lernen. So, das war zu diesem ersten Punkt der ethischen Disziplin. Das zweite ist, alle heilsamen Handlungen ansammeln. Das brauchen wir nicht weiter zu vertiefen. Alles, was überhaupt heilsam ist, dafür sollen wir uns interessieren und lernen und bemühen. Dann das dritte: Ich werde mich um das Wohl der Lebewesen bemühen. Wann immer wir die Möglichkeiten haben, sollen wir versuchen, uns für den Nutzen aller Lebewesen zu interessieren und uns darum zu bemühen.

Drei Samayas „Zuflucht“

Als nächstes die Drei Juwelen, die Zuflucht. Wir haben gestern auch die Zuflucht kurz erwähnt. Es gibt zwei verschiedene Aspekte der Zuflucht, die ursächliche Zuflucht und Zuflucht als Ergebnis. Wenn wir Zuflucht nehmen, machen wir natürlich sehr häufig die kurze Rezitation. „Sang gyä chö dang...“ Ich nehme Zuflucht zu den Drei Juwelen ... und dann: zum Nutzen aller Lebewesen will ich Buddhaschaft erlangen, ganz kurz gesagt. Da kommt es zweimal: „Ich nehme Zuflucht zu den Drei Juwelen“, in dem Moment meinen wir damit die Zuflucht zu den ursächlichen Drei Juwelen, die vergangenen Buddha, Dharma und Sangha. Nun kommt zum Schluss: „Möge ich die Buddhaschaft erlangen“, damit haben wir uns direkt auf unsere individuellen (zukünftigen) Drei Juwelen als Ergebnis orientiert.

Theoretisch gilt das Zuflucht nehmen als Eintritt in den Buddhismus. Bevor man diese offizielle buddhistische Zuflucht genommen hat, ist man selber kein Buddhist. Eine Sekunde nach dem Zuflucht nehmen ist man eingetreten in den Buddhismus. So heißt es offiziell. Aber seine Heiligkeit der Dalai Lama hat immer wieder mal gesagt, diese Theorie ist richtig, aber das muss man noch ein bisschen präzisieren. Die Präzision liegt in dem Wissen über das Abhängige Entstehen. Das habe ich nur kurz genannt. Aber ich kann es nicht dabei belassen, weil ich etwas den Hintergrund erklären muss. Wenn wir Zuflucht nehmen, dann nehmen wir hauptsächlich zum Dharma Zuflucht. Der Dharma ist die eigentliche Zuflucht. Buddha ist nicht die eigentliche Zuflucht, Sangha ist nicht die eigentliche Zuflucht, sondern Buddha wird „nur“ als Lehrer angesehen und Sangha, die Gemeinde, „nur“ als Vorbild. Der Dharma aber ist die eigentliche Zuflucht. Was heißt das, Dharma?

Dharma heißt ganz kurz gesagt, innerliche Entwicklung, unsere innere geistige Entwicklung, das ist Dharma. So nun, diese innere Entwicklung muss man noch klarer darstellen.

Das heißt, ist es irgendeine oder die gesamte innerliche Entwicklung? Ist das der Dharma? Nein! Zum Beispiel: sobald ich mich mit dem Buddhismus auseinandergesetzt habe und erkenne, heilsame Handlungen sind etwas Gutes, unheilsame Handlungen sind etwas Schlechtes. Diese Erkenntnis ist auch eine innerliche Entwicklung.

Letztendlich kann man sagen, die Überwindung der geistigen Gifte ist die Erkenntnis der Leerheit. Was bleibt jetzt nun in mir noch als Hindernisse? Die Latenz von den geistigen Giften, die ich bis jetzt seit anfangsloser Zeit angesammelt habe, diese Eindrücke von den geistigen Giften müssen noch gereinigt werden, sie sind noch vorhanden, die geistigen Gifte selber aber nicht mehr. Die geistigen Gifte sind entstanden aus der Unwissenheit. Die Unwissenheit ist entwurzelt durch die Weisheit, die Weisheit ist die Erkenntnis der Leerheit. Ganz simpel, so ist das. Aber das zu verstehen und zu erkennen, das ist schwierig. Es gibt aber die Möglichkeit, das zu erkennen, diesen Zustand zu erfahren. Aus diesem Grund, also seit der Realisation der Leerheit folgt immer weiter eine innerliche Entwicklung, das ist dann Dharma. Dieser Dharma, den ich in mir habe, in mir erzeugt und entwickelt habe, dadurch werde ich mich retten. Ich habe große Probleme mit den geistigen Giften gehabt, aber die sind jetzt beseitigt. Jetzt kämpfe ich mit den latenten Eindrücken, wie gesagt. Dieser Schleier wird dann durch weitere ununterbrochene Meditation überwunden und die Überwindung ist die Buddhaschaft.

So, um noch mal kurz darauf zurückzukommen: Da es so ist, um diese *eigentliche* Zuflucht, nämlich Dharma, zu verstehen, muss ich wissen, was Leerheit bedeutet. Leerheit bedeutet Abhängiges Entstehen. Leerheit bedeutet, es existiert nicht von sich von sich aus, vom Objekt aus, konkret entstanden, sondern alles existiert in abhängiger Weise. Diese Situation, mit der wir uns schon jetzt auseinandersetzen müssen, führt zu Erlangung der Leerheitserkenntnis. Dieses ganze Studium, diese Übung führt zur Erkenntnis des Abhängigen Entstehens. Daher ist das Abhängige Entstehen der Eintritt in den Buddhismus. Das war eine klare und außerordentlich wichtige Aussage vom Dalai Lama. Wir müssen immer versuchen, diesen Zustand kennenzulernen. Wir sollen niemals die Erwartung haben, dass wir innerhalb kurzer Zeit etwas erlangen können. Das ist auch mit viel Erfahrung verbunden. Man muss auch die Stabilität über diese Erfahrung gesammelt haben. Sonst geht es schlecht.

Aus diesem Grund ist es wichtig, die Verbindung zwischen mir und meiner Zukunft zu erkennen und zu verstehen. Ich befinde mich in der Basis, wo die geistigen Gifte eine Rolle spielen, wir sind quasi die Sklaven der geistigen Gifte. Wir müssen das wirklich verstehen, dass die Situation, die bis jetzt in mir herrscht, nicht richtig ist. Wenn ich so weiter gehe, werde ich niemals befreit werden von meinen Konzepten. Diese Erkenntnis muss uns immer klar sein. Wie ich auch manchmal betone: Eine Auseinandersetzung mit unserem Geist, besonders eine Auseinandersetzung mit unseren eigenen Konzepten ist nicht einfach. Daher ist es manchmal wirklich nützlich, bei der Anhaftung, beim Hassgefühl, beim Neid und den sonstigen anderen geistigen Giften zunächst nach der vermeintlich guten Qualität zu suchen. So gesehen könnte man auch Vorteile in den verschiedenen Geistesgiften finden. Meine Anhaftung schützt mich sehr oder ist vorteilhaft.

Mein Hass schützt mich und verteidigt mich gegen alle anderen Hindernisse. Alle diese Dinge sind zunächst als positive und als unterstützende gute Qualität zu erkennen.

Aber dann soll man weiter recherchieren, ob das wirklich eine endgültige nützliche Unterstützung ist oder ob sie letztendlich zu weiteren tieferen Problemen führen.

Die genaue wörtliche Übersetzung der geistigen Gifte in unsere buddhistischen Philosophie wäre: Konflikterzeugende Geistesfaktoren. Diese Formulierung sagt uns sehr viel. Nämlich, alle diese Geistesfaktoren, die wir geistige Gifte nennen, erzeugen einen Konflikt. Wie gesagt, obwohl sie zunächst anscheinend angenehm und nützlich wirken, führen sie letztendlich zu einem Konflikt, zu einem Problem. Diese Analyse können wir immer weiter vertiefen. Dadurch lernen wir das Dharma richtig kennen und so erlangen wir eine Überzeugung. Buddhistische Praxis, wie wir alle wissen, geht eigentlich nicht nach dem Glauben, sondern nach der Überzeugung. Das betone ich sehr gerne immer wieder. Da muss man sehr aufpassen. Ansonsten steht als buddhistische Praxis nur die Art und Weise, wie wir Asiaten quasi Buddha, Dharma und Sangha respektieren, im Blickfeld: einfach in den Tempel gehen, Opfergaben darbringen, Räucherstäbchen oder Kerzen anzünden und irgendwie sowas zu machen. Das gilt mehr oder weniger als buddhistische Praxis. Das ist natürlich total daneben. Das sind nebensächliche Handlungen. Die eigentliche buddhistische Praxis ist einfach die Anwendung einer Korrektur meines Geistes von mir, für mich, in mir. Das ist die buddhistische Praxis. Sowohl bei den Tibetern, als auch bei den Chinesen oder wem auch immer, ist bei einem Besuch in einem Tempel zu beobachten und die Wünsche zu hören, die sie äußern. Sehr häufig geht es darum keine Krankheit haben, ein gesundes und langes Leben zu haben, reich zu werden, noch mehr Millionen Dollar zu bekommen, problemlos Geschäfte zu entwickeln usw.. Ich bin einmal dienstlich in Japan bei einer Konferenz gewesen. Nach der Konferenz hatte ich mir eine Woche Zeit genommen und einige Museen und Bibliotheken angeschaut. Auf meinen Wunsch hin hatte ich die Möglichkeit, bei einem japanischen Lama zu übernachten, eine Unterkunft zu bekommen. Dieser Lama konnte kaum Englisch. Interessanterweise sprach seine Frau ein bisschen Deutsch, aber kein Englisch. Ich kann kein Japanisch. Wir hatten eine wunderbare Kommunikation (Rinpoche lacht). Aber jedenfalls habe ich mitgekriegt und verstanden, dass er häufig morgens, etwa um sieben Uhr, Hausbesuche machen muss. Dann zieht er als japanischer Lama dieses japanische Kostüm an, ich glaube mit Fächern, um einen Familienbesuch zu machen. Hauptsächlich geht er zu Geschäftsleuten. Wenn ein Geschäftsmann vormittags eine sehr wichtige Konferenz hat oder ein Gespräch führen muss, dann wollen sie gerne vorher einen Lama einladen und segnen lassen, und das macht er. So etwas ist keine buddhistische Praxis, es ist eine rein weltliche Sache. Wenn man so etwas sieht, dann ist es auch ein Problem innerhalb der buddhistischen Gesellschaft.

Aber der Dalai Lama hat immer wieder so betont, dass diese Art des Buddhismus sehr weit in der Gesellschaft wirkt und verbreitet ist und deshalb korrigiert werden muss. Er hat von Jahr zu Jahr eine immer stärkere Haltung gegen großartige lange Rezitationen, Gebete machen und Opfergaben darbringen usw., eingenommen. Er ist mehr auf dem Wissen orientiert. Er fördert sowohl die tibetische, als auch insgesamt die Himalaya-Bevölkerung, wie auch die nicht tibetische ethnische Bevölkerung, wie uns Westler und Chinesen usw..

Jedes Mal kommen so viele Gruppen aus Taiwan, Korea, Malaysia, Singapur, Thailand, Burma und Russland zu ihm, solche Gruppen werden von Jahr zu Jahr immer mehr. Bei denen betont er sehr stark das Studium und das Lernen.

Dieses Lernen der buddhistischen Philosophie ist einfach eine Vertiefung unseres Lamrim. Deshalb hat er auch immer wieder gesagt, buddhistisches Wissen darf sich nicht nur auf den Kreis der Klöster beschränken, es muss über die Klostermauern hinausgehen. Zum Beispiel, dass das Debatten-System als Inhalt nicht unbedingt nur ein buddhistisches Thema haben muss, sondern dass die Debattentechnik auch in der Mathematik und den allgemeinen Wissenschaften angewendet wird. Neulich habe ich auch mal im Internet gesehen, dass in manchen tibetischen Schulen dieses Debattensystem nicht mit buddhistischen Themen, sondern bei allgemeinen Themen eingeführt wird. Die Mädchen und Jungen debattieren sehr heftig. Dann in der Bevölkerung, in den Tibetan Settlements, fast hätte ich gesagt, die Omas und Opas machen auch eine solche buddhistische philosophische Debatte. Wenn man das sieht, ist das zunächst etwas ungewohnt, aber es ist eine wirklich außerordentlich dankenswerte Einführung solcher neuen Wege.

Nur dadurch wissen wir, was die absolute Ebene bedeutet und was die relative Ebene bedeutet, wie wir uns damit konfrontieren sollen, können und müssen. Was bedeutet Samsara, was bedeuten die geistigen Gifte? All dies wird diskutiert. Nur dadurch werden die Leute schlauer. Aber einfach nur ruhig zu bleiben, um ein bisschen zu rezitieren und Mantren zu murmeln und sich hinzusetzen, dadurch wird man nicht schlauer. Ob meine geistigen Gifte dadurch weniger werden oder nicht, da kann man mal gucken. Geistiges Gift ist einfach eine falsche Einstellung. Diese falsche Einstellung kann nur durch eine korrekte Einstellung korrigiert werden. Letztendlich muss ich mich selbst überzeugen, dass es nicht so ist, sondern so. Diese ganze Umwandlung muss ich in mir entwickeln, nicht durch Segen oder was auch immer, das gibt es nicht. Deshalb muss man immer wieder sagen und empfehlen, studieren, studieren und studieren, lernen, lernen und lernen. Durch Wissen kann etwas bewirkt werden, durch Nichtwissen kann nichts werden, kurz gesagt. So, damit kann ich meine Erklärungen beschließen.

Formelle Zuflucht

Jetzt mache ich zunächst Zuflucht geben, formell Zuflucht nehmen. Wie gesagt, mit Hilfe von Zuflucht, in Verbindung mit der ursächlichen Zuflucht, will ich nach den Drei Juwelen als Ergebnis, letzten Endes unseren eigenen Drei Juwelen streben. Danach zu streben, um dieses zu erlangen, wollen wir formell in den Buddhismus eintreten. Damit wir selber in uns eine Überzeugung aufbringen, „jetzt bin ich Buddhist, jetzt will ich weiter entsprechend Buddhas Unterweisungen studieren und gucken, ob das stimmt. Wie kann ich davon profitieren?“ Das ist genauso wie ein Geschäft zu machen. Wenn wir ein Geschäft machen wollen, dann muss man denken: es kostet so und so viel, aber was bringt es mir, wenn ich das nehme oder kaufe? Was gibt es mir? Immer werden die Vorteile für sich, für die eigene Zukunft und für das eigene Leben in den Vordergrund gestellt. Dafür macht man das. So wie dieses Beispiel zeigt, so denke ich auch in der buddhistischen Praxis: wenn ich buddhistische Praxis mache, was bekomme ich dafür? Warum will ich mich für buddhistische Praxis interessieren? Was erwarte ich von der buddhistischen Praxis?

Nicht irgendwie, wenn ich eintrete, dann werden die gesamten Probleme in mir vom Buddha beseitigt. Das kann nicht sein! Das geht ja nicht, denn man muss selber daran arbeiten. Wie arbeite ich? Dafür brauche ich Wissen und muss lernen. Das ist einfach wichtig, das ist immer zu betonen.

Fragen und Antworten

Frage: Welche Rolle spielt Angst im tibetischen Buddhismus? Das vergiftet doch auch den Geist.

Rinpoche: Erstens, wenn ich das so direkt sagen darf, die Fragestellung, die Formulierung ist nicht richtig. Welche Geistesgifte im tibetischen Buddhismus eine Rolle spielen, das ist nicht richtig. Sondern die Frage wäre: wie wird die Angst im tibetischen Buddhismus, im Buddhismus dargelegt? Letzten Endes ist das Problem kein buddhistisches Problem, sondern das ist für die Lebewesen allgemein ein Problem. Die Angst, das Wort Angst zu definieren, es ist einfach eine Art, wie soll ich sagen, ein kleiner Zustand der Emotion. Ich würde vielleicht so sagen, Angst ist kein geistiges Gift, glaube ich, sondern Angst ist einfach ein Effekt der geistigen Gifte. Das macht einen Unterschied. Durch Anhaftung, durch Hassgefühl, durch Unsicherheit, durch Egoismus, aus unterschiedlichen Ecken produziert man dann solche Emotionen oder Zustände, die wir Angst nennen. Man kann es nicht so festnageln: Angst kommt aus der Anhaftung, Punkt. Das, glaube ich, geht nicht. Angst kann aus verschiedenen Ecken kommen und es hat auch sehr viel mit Unsicherheit zu tun. Unsichere Gefühle, wodurch auch immer, z. B. Wenn man kein sicheres Wissen besitzt, keine sichere Position hat, keine sichere Akzeptanz in der Gesellschaft hat, nicht so richtig akzeptiert wird, dann denkt man: oh, ich verliere mein Ansehen und alle diese Dinge kommen hoch. Wenn jemand Angst hat, so ist die direkte Bekämpfung der Angst nicht möglich, glaube ich, sondern es ist zu fragen: warum habe ich diesen Angstzustand und woher kommt er? Ich bin kein Psychologe. Ich meine, diese Dinge haben sehr, sehr mit der Psychologie zu tun. Das kann sicherlich vom psychologischen Aspekt her besser und sicherer betrachtet werden. Manchmal sage ich so: wir sind oft zu sehr auf die Theorie bezogen und Psychologen sind sehr auf die Praxis bezogen. So denke ich. Ich weiß nicht, ob ich das richtig verstehe oder nicht.

Frage: Ich habe eine Frage zur Vairochana-Praxis oder zur Praxis von Buddhas allgemein. Ist die Praxis kraftvoller, wenn sie mit Gefährtin oder in Vereinigung praktiziert wird? Vairochana, seine Gefährtin ist Locana, ist das eine kraftvollere Praxis oder ist das eine andere Tantraklasse?

Rinpoche: Nicht unbedingt, nein.

Frage: Ist Vairochana verbunden mit dem Pferd? Amitabha ist verbunden mit dem Pfau.

Rinpoche: Ich habe Ihre Frage verstanden. Ich würde zunächst sagen: nein. Aber dennoch muss ich doch etwas ergänzen. Ich bleibe bei nein, aber ich muss das noch erklären, sonst bleibt es ein bisschen unklar. Ich glaube, soweit ich vermuten kann, hat Ihre Frage damit zu tun, dass die fünf verschiedenen geistigen Gifte durch fünf verschiedene Tiere symbolisiert werden. In dem Moment symbolisiert das Pferd Neid, es hat mit Neid zu tun. Wenn wir aus dieser Ecke weiter gehen, dann hat es mit Amoghasiddhi zu tun. Aber dennoch, wenn man sagt, Amoghasiddhi hat mit Pferden zu tun, so ist diese Antwort nicht richtig. Das ist zu direkt. Da muss man aus einer anderen Ecke kommen und so einen Rundgang machen und irgendwie trifft man zusammen (lacht).

Zwischenfrage: In den Thronen der fünf Dhyani-Buddhas sind Tiere und bei Amitabha ist es ein Pfau.

Rinpoche: Das ist richtig.

Weiter mit der **Zwischenfrage:** was ist es bei Vairochana? Das ist meine Frage.

Rinpoche: Keine Ahnung, ich habe nicht danach gesucht. (Rinpoche überlegt) Bei Vairochana ist es ein Elefant. Dazu muss man gleich einen Satz ergänzen: der Elefant symbolisiert die Unwissenheit. Vairochana ist Buddhas Geist der ursprünglichen spiegelgleichen Weisheit, sie ist Reinheit von der Unwissenheit. Damit hat es zu tun.

Frage: Rinpoche, du hattest gestern gesagt, die Konzepte sind aus dem Geist entstanden und gehen wieder zurück in den Geist und das wird auch als Reinigung bezeichnet. Habe ich das richtig verstanden? Da habe ich die Frage: Eigentlich bin ich immer davon ausgegangen, dass man sagt, Reinigung ist Erkenntnis. Also dass man auch wirklich erkennt, dass bei den Konzepten ein Kommen und Gehen ist und dass die Erkenntnis, der Prozess der Erkenntnis, die Reinigung ist, aber nicht das, was bei uns ständig passiert, dass ein Konzept auftaucht und wieder verschwindet. Das ist ja eher unbewusst in unserem bisherigen Zustand. Die Reinigung beginnt eigentlich erst dann, wenn man es auch bewusst erkennt. Das ist meine Frage.

Rinpoche: Ich glaube, du hast eigentlich nochmals deutlich zur Geltung gebracht, was eigentlich Reinigung bedeutet. Ich habe dich so verstanden, die Erkenntnis über diese Makel ist Reinigung. Das ist richtig, das ist ein und dasselbe. Das eine schließt das andere nicht aus. Wenn ich meine, verschwinden in den Geist, das bedeutet verschwinden in den Dharmadatu. Dharmadatu ist die absolute Natur des Geistes. Wenn man, wie du jetzt gesagt hast, den absoluten Zustand von etwas richtig erkannt hat, ist diese Erkenntnis das Produkt, dass dieser unreine Bestandteil in seiner absoluten Natur verschwunden ist. Das ist aus einem etwas anderen Blickwinkel betrachtet. Aber es ist letztendlich gleich.

Frage: Rinpoche, darf ich etwas zu den Farben in der Cittamanitara-Praxis fragen: ziemlich am Ende der Praxis, wenn die Mantra-Rezitation ist, hast du damals auf dem Retreat gesagt, kommt blaues Licht und geht zu den Lebewesen. Bei mir kommt so spontan immer Grün. Soll ich mich bemühen, blaues Licht auszusenden oder kann ich das so lassen, wie es von meinem Gefühl her kommen würde.

Rinpoche: Kannst du ruhig so lassen.

Frage: Ich möchte mal fragen, wie man so was meditieren kann, z. B. über Vairochana. Müsste man sich nicht erst mal so richtig die geistigen Gifte vorstellen, was es bei einem bedeutet, um überhaupt diese Weisheit sich vorstellen zu können? Ich weiß nicht, habe ich mich verständlich ausgedrückt? Bevor ich mir die spiegelgleiche Weisheit vorstellen kann, muss ich doch zuerst mal bei mir gucken, wo sind denn die geistigen Gifte, die dazu gehören? Wie meditiert man denn das?

Rinpoche:

Wenn wir allgemein, z. B. Avalokiteshvara praktizieren, denken wir, dass Avalokiteshvara der Aspekt der Weisheit aller Buddhas ist. So, letztendlich bei jeder einzelnen Gottheit mit der wir praktizieren, denken wir oder nehmen wir wahr, dass die gute Qualität von dieser oder jener Gottheit einfach symbolisch die aller Buddhas ist. Bei Vairochana ist es auch nicht viel anders. Vairochana ist ja die Reinheit des Form-Skandhas. Und somit ist seine Weisheit die Spiegelgleiche Weisheit. Deshalb denke ich: ich will das erlangen. Um das zu erlangen, muss ich gerade die Unwissenheit beseitigen. Deshalb will ich das in der symbolischen Form des Vairochana in meinem Herzen heranziehen, mit ihm Kontakt aufbauen. So, diese Art von Gedanken wäre richtig. Mit welcher Gottheit wir auch immer praktizieren wollen, es ist egal. Sicherlich haben die ersten Schritte mit der Form irgendwie zu tun, symbolisch, aber letztendlich müssen wir als Basis die Qualität in uns verankern. Das ist die wesentliche Bedeutung.

Frage: Seit ich zum ersten Mal von Vairochana gehört habe, muss ich immer an ein Erlebnis aus meiner Kindheit denken. Meine Mutter hatte so einen Spiegel, wo man die Flügel so klappen konnte. Wenn man sich zwischen die Flügel gestellt hat, konnte man schon so was von der Unendlichkeit erahnen, weil sich die Bilder wiederholt haben. Als Kind hatte ich ein Erlebnis. Ich hatte die Idee, dass die Welt im Spiegel vielleicht genauso wirklich ist wie die Welt vor dem Spiegel. Normalerweise denkt man ja, meine Welt vor dem Spiegel ist die wirkliche und die im Spiegel ist eine komplette Illusion. Wenn man sich das einmal so in einem Gedankenexperiment vorstellt, dann gibt es gar keine Möglichkeit, das zu widerlegen. Denn auch die Welt im Spiegel ist ja immer identisch mit der Welt. Also könnte es genauso gut sein, dass der Alfred auf der anderen Seite des Spiegels wirklich existiert. Das kann man gar nicht widerlegen. Dann habe ich gedacht, vielleicht sind ja die beiden Welten, diesseits und jenseits des Spiegels, beide unwirklich. Habe ich damals schon so eine Art Geschmack von Vairochana bekommen?

Rinpoche: Ich habe im Moment keine klare Antwort über diese spiegelverkehrte Erscheinung des Spiegels. Dazu kann ich wenig sagen. Aber an und für sich, wie du gesagt hast, im Spiegel erscheint eine gewisse Welt, Reflexionen. Ob das real ist oder nicht, das ist eine zu sehr auf die Materie bezogene Betrachtung und das muss nicht unbedingt der Fall sein. Jedenfalls kommt es letztendlich darauf an, wie wir das verstehen und das wahrnehmen. Es kommt nicht darauf an, was erscheint, sondern *wie es mir* erscheint. Wenn wir sprechen, sprechen wir hauptsächlich nicht vom Objekt her, sondern vom Subjekt her, vom Betrachter her. Das, was wir sonst sehen, diese Welt und das was im Spiegel erscheint, welches wäre korrekter und welches wäre nicht so korrekt, mit dieser Diskussion kann ich relativ wenig anfangen, weil es da keinen statischen Zustand geben kann. Zum Beispiel, deine Welt und meine Welt können total anders sein. Ich betrachte die Welt als ganz konkret und stabil. Du betrachtetest die Welt als sehr illusorisch und abhängig entstanden. Wir betrachten ein und dieselbe Welt, aber das Produkt ist ganz anders.

Du hast Recht und ich habe die falsche Betrachtung. Deshalb ist es so, wie wir sonst sagen, „wie man es nimmt“, wie man das auffasst und versteht, darauf kommt es an.

Zwischenfrage:

Also die spiegelgleiche Weisheit bei Vairochana geht noch weit über diese Realität oder Illusionshaftigkeit der sog. konventionellen Realität hinaus? Da ist noch viel mehr damit gemeint mit spiegelgleicher Weisheit?

Rinpoche:

Diese spezifische ursprüngliche Weisheit wird als Spiegel gleichgesetzt. Der Grund wäre, sobald man die Erkenntnis der Leerheit realisiert hat, sind alle Erscheinungen für diesen Betrachter illusorisch, wie eine Reflexion. Es erscheint zwar so, aber es existiert nicht so, wie es erscheint. Aus diesem Kontext her, wird diese Weisheit dann als die ursprüngliche spiegelgleiche Weisheit bezeichnet.

Frage: Was Sie uns gesagt haben zu Vairochana und Akshobhya, versuche ich so ein bisschen zusammenbringen mit den sechs Paramitas. Die Praxis der Weisheit bildet meinem Verständnis nach die Ursache für den Dharmakaya, für die Erlangung des Dharmakaya und die anderen fünf Paramitas für den Rupakaya, den Formkörper des Buddha. Vairochana, dem die Unwissenheit zugeordnet ist, also die Praxis der Weisheit, steht aber für den Formkörper, den Rupakaya. Das bekomme ich nicht ganz zusammen, während Aksobhya für den Dharmakaya steht, der ja die Praxis der Geduld auch beinhaltet. Bei Aksobhya, dem ist ja der Hass zugeordnet, also dementsprechend die Praxis der Geduld als Gegenmittel. Aber Sie haben gesagt, dass Akshobhya für den Dharmakaya steht. Während die Praxis der Geduld eben im Bodhisattvayana ja eine Grundlage für den Formkörper ist. Verwechsle ich hier etwas, vermische ich hier etwas, was nicht zusammen gehört?

Hass ist ja Akshobhya zugeordnet, d. h. das wäre die Praxis der Geduld, auf die sechs Paramitas übertragen, wenn man dem Hass entgegenwirkt. Aber die Praxis der Geduld gehört zu den fünf Paramitas, die den Formkörper des Buddha erzeugen. Während Sie vorher gesagt haben, dass Akshobhya für den Dharmakaya steht oder vermische ich das?

Rinpoche: Sie machen es ein bisschen kompliziert, glaube ich. Jetzt bringen Sie die sechs Vollkommenheiten ins Spiel und ich bin nicht so sicher, spontan gesehen, ob wir die sechs Paramitas mit den fünf Buddha-Familien parallel stellen können. Das glaube ich zunächst kaum, erstens. Zweitens: die sechs Vollkommenheiten benötigen wir zu jeder Praxis. Wenn wir die sechs Vollkommenheiten praktizieren oder wenn wir eine der sechs Vollkommenheiten praktizieren, müssen wir alle sechs Vollkommenheiten zusammen praktizieren: Geben mit Geben, Ethik mit Geben, Geduld mit Geben, Konzentration mit Geben, Bemühung mit Geben und Weisheit mit Geben. Jede hat vollständig alle sechs Aspekte, so wird gesagt. Das nur am Rand.

Fragender: Vielleicht mache ich es auch zu kompliziert. Sie sagten, Akshobhya steht für den Dharmakaya, Vairochana für den Rupakaya. Vielleicht ist das nur eine theoretische Frage.

Rinpoche: Ja, ja gut.

Frage: Ich habe in den letzten Jahren sehr viel die Erfahrung gemacht, dass so wie ich mit mir bin, sich das Außen direkt spiegelt. Meine Umwelt oder was tatsächlich draußen ist, ganz intensiv was mit dem zu tun hat, wie ich mit mir umgehe. Kann ich daraus schließen, wie meine Mitmenschen oder was mir im Außen begegnet, mich spiegelt und nur zeigt, wo ich mit mir bin? Hat das in irgendeiner Form was damit zu tun, was du uns über diese Spiegelgeschichten versuchst zu erklären? Also dass das so unmittelbar miteinander zusammenhängt?

Rinpoche: Ich bewerte es nicht, dass es bei dir spezifisch so ist. Generell würde ich sagen, es ist möglich, dass bei uns so spezifische derartige Einstellungen oder Wahrnehmungen entstehen. Es hat damit zu tun, dass wir bei der Betrachtung dieser bestimmten Personen, sie mehr oder weniger als eine Art von Illusion erkennen würden. Das ist möglich. Aber wie gesagt, bei dir oder bei jemand anderen, spezifisch deine Haltung, deine Erscheinung so zu bestimmen ist, ist übertrieben. Das kann ich nicht so konkret sagen, dass es so ist oder nicht so ist. Aber ich sage in der Regel, dass es diese Möglichkeit gibt.

Frage: Rinpoche, Sie haben gesagt, dass Vairochana mit der Namensermächtigung zusammenhängt. Ist das richtig? Könnten Sie dazu noch ein bisschen was erklären? Was ist die Namensermächtigung und wie hängt es mit Vairochana zusammen?

Rinpoche: Du bringst mich in eine schwierige Situation. Das ist eine rein philosophische Sache. Es wird gesagt: Name ist Form. Das ist eine Aussage der buddhistischen Philosophie. In dem Moment,

wenn jemand sagt, Name ist Form, das bedeutet, dass das nicht die Form ist, die wir sonst verstehen. Im Abhidharmakosa macht man zur Form zwei Unterscheidungen. Ich sage ganz salopp für unseren Arbeitszweck, einmal Form mit Aspekt und einmal Form ohne Aspekt. Auf Tibetisch wäre es: nam-par rig-dje³. Nam par rig dje ist eine erkennbare Gestalt. So ungefähr kommt es raus. Nam-pa ist gleich Form, rig-dje heißt Erkenntnis, Erkennung, Verständigung, vermitteln. Das kann alles das Wort rig-dje bedeuten. So sagt man normalerweise in der Umgangssprache, wenn man eine philosophische Bezeichnung mit einbeziehen will. Wenn jemand ein bisschen einen speziellen Ausdruck zeigt, den man mag oder den man nicht mag, ablehnend oder zustimmend oder so, das heißt auch nam-par rig-dje. Ähnlich wie „Ausdruck durch eine bestimmte Haltung“, eine bestimmte Gestalt oder eine bestimmte Form, und zwar mit Aspekt und ohne Aspekt. Mit Aspekt wäre wirklich physikalisch, das was wir sehen können. Aber Name kann man nicht sehen. Dennoch – frag mich nicht, warum - muss der Name eine physikalische Form haben, die aber nicht wirklich eine handfeste Sache ist. Deshalb ist der Name ‚Form ohne Aspekt‘, so interpretiere ich.

Somit verstehe ich ‚Name ohne Aspekt‘ einfach als eine subtile Energie der Form. Wenn ich weiter davon ableite, dann komme ich richtig zu dieser Stelle zurück, denn Buddha Vairochana ist die Reinheit der Form.

Bei Reinheit der Form kann nicht die Form unseres Tisches oder einer ganz gröberen Form gemeint sein. Das hat damit wenig zu tun. Wenn wir über die Reinheit sprechen, dann sprechen wir über die Reinheit von diesem und jenem, Form, Laut, Gefühl usw., aber alles auf der energetischen Ebene, auf der subtilen Ebene. Die subtile Ebene ist letztendlich der Träger des jeweiligen Phänomens. Deshalb kann ich damit die Reinheit der subtilen Form sehr gut verstehen. Ich weiß nicht, ob das möglicherweise noch viel mehr Verwirrung anstatt Klarheit verschafft.

Aber weißt du, gehen wir erstens einmal davon aus, der Tisch ist ein bestimmter Gegenstand. Aber letztendlich, wenn wir das weiter recherchieren, was ist wirklich der eigentliche Tisch? Du hast gesagt, der hohe Tisch. Aber worin liegt dieser hohe Tisch? Dann muss man wirklich detailliert recherchieren. Jeder einzelne Zentimeter, Millimeter hat damit zu tun, den hohen Tisch darzulegen. Deshalb, entweder hat jeder Zentimeter des Holzstücks damit zu tun oder irgendwie die Gesamtheit. Durch diese lange Hin- und Herüberlegung kommt letztendlich der Name als Träger des Tisches, nicht wahr? Ohne den Namen, wenn jemand käme, der das Wort Tisch überhaupt nicht kennt und den Gegenstand auch nicht so richtig versteht... es ist wie bei einem modernen Apparat. Man geht in die Stadt und sieht gewisse Dinge z. B. dieses Gerät. Wenn jemand das vorher nicht versteht, ob das ein Radio oder ein Telefon oder irgendein anderes Gerät ist, kann er es nicht identifizieren. Aber nachdem jemand kommt und sagt, das ist ein Aufnahmegerät, von nun an kann er, wann immer der Mann dieses Gerät sieht, sagen: „Aha, da liegt ein Aufnahmegerät.“ Das wird durch den Namen begreiflich gemacht und dann kann man damit viel anfangen. Das ist einfach ein gewisser feiner Aspekt und das wäre dann der Name als Form ohne Aspekt. So könnte man es vielleicht verstehen.

So, nun vielen Dank für euer Interesse und wir schließen heute damit ab. Danke!

³ nam-par rig-byed