



Kalu Rinpoche

Diese so seltene günstige Gelegenheit

Die **acht günstigen Bedingungen für die Dharmapraxis** zu besitzen bedeutet, dass man nicht in einem der folgenden acht rastlosen Daseinszustände geboren wurde:

1. als Höllenwesen,
2. Hungergeister und
3. Tiere, die alle ausschließlich von Leiden gequält werden;
4. in Gesellschaften und Kulturen, in denen der Dharma nicht bekannt ist;
5. als langlebige Götter, die den Neigungen der Begierde preisgegeben sind;
6. als Menschen, die falsche Ansichten haben und weder an den Dharma glauben noch an das Gesetz von Ursache und Wirkung;
7. als Menschen in einem dunklen Zeitalter, in dem kein Buddha erschienen ist;
8. als Menschen, die aufgrund zurückgebliebener oder fehlerhafter Entwicklung ihrer Sprache, ihres Gehörs oder ihrer Sehkraft den Dharma nicht verstehen können.

Die **zehn für die Dharmapraxis notwendigen Gegebenheiten** zu besitzen bedeutet:

Erstens, fünf innere Bedingungen zu haben.

1. einen menschlichen Körper besitzen;
2. in einem Land geboren zu sein, in dem es den Dharma gibt;
3. alle fünf Sinne vollkommen intakt zu haben;
4. nicht durch sein Karma zu weiteren unheilvollen Handlungen gezwungen zu werden;
5. Vertrauen in die drei Juwelen zu haben.

Zweitens gibt es fünf äußere, von anderen abhängige Bedingungen.

1. ein Buddha ist erschienen;
2. der Dharma wird gelehrt;
3. die Lehre ist gut verankert;
4. es gibt viele, die der Lehre folgen;
5. dank der Freundlichkeit und dem Vertrauen anderer herrschen günstige Bedingungen für die Dharmapraxis.

Durch das Zusammenkommen dieser achtzehn günstigen Bedingungen und Gegebenheiten wird die Erfahrung eines kostbaren menschlichen Körpers geformt.

Die Schwierigkeit, das wertvolle menschliche Dasein zu erlangen, wird in dreifacher Weise aufgezeigt: durch Betrachtung der Ursache, mittels zahlenmäßiger Überlegung und anhand eines Beispiels.

1. Die **karmische Ursache** des wertvollen menschlichen Daseins ist vollkommen reines sittliches Verhalten. Solche Wesen sind äußerst selten.
2. Die **zahlenmäßige Betrachtung** zeigt: Höllenwesen sind so zahllos wie die Staubteilchen der Erde, Hungergeister so unzählig wie die Sandkörner des Ganges und Tiere so zahlreich wie Schneeflocken; dagegen sind die Wesen, die eine Geburt in den drei höheren Welten erfahren so zahlreich wie Sterne am Nachthimmel - diejenigen aber, die eine kostbare menschliche Geburt mit all ihren Gelegenheiten und Möglichkeiten erfahren, sind so selten wie Sterne während des Tages.
3. So wird folgendes **Beispiel** gelehrt: Wäre die ganze Welt mit Wasser bedeckt und auf dem Wasser schwämme ein hölzernes Joch, von Winden hier- und dorthin getrieben, und würde eine blinde Schildkröte einmal in hundert Jahren an die Oberfläche tauchen - leichter steckt die Schildkröte ihren Nacken durch das Joch als dass man eine kostbare menschliche Geburt erfährt.

Jetzt, da du tatsächlich einen kostbaren menschlichen Körper erlangt hast, wäre es eine Vergeudung, nicht dem Weg der Befreiung zu folgen, auf dem du, wenn du dich vom Leiden des Samsara befreit hast, den dauerhaften Frieden der Buddhaschaft erlangen wirst - eine größere Vergeudung als z.B. die eines armen Menschen, der ein ganzes Haus voller kostbarer Juwelen findet, jedoch keinen Gebrauch von ihnen macht und sie so wieder verliert. Beschließe deshalb jetzt, alle weltliche Geschäftigkeit - viel Getue für einen geringen Zweck - aufzugeben. Betrüge dich nicht selbst und gib nicht vor, den Dharma zu verstehen oder meditieren zu können.

Empfange den Nektar des Dharma von einem geeigneten Lehrer oder spirituellen Freund.

Hast du die Bedeutung des heiligen Dharma vollständig begriffen, dann weiche niemals mehr von dem Entschluss ab, seine Praxis zur Vollendung zu bringen.

Sammle spirituelle Verdienste an, beseitige geistige Unreinheiten und praktiziere die Meditationen der Entwicklungs- und Vollendungsstufe.

## Die Freiheit der Wahl

Als Menschen auf diesem besonderen Planeten Erde befinden wir uns an einem Wendepunkt, wo wir die Wahl haben, höher zu steigen oder tiefer zu sinken. Einerseits können wir uns entscheiden, wirklichen Nutzen aus dem Potenzial unseres menschlichen Körpers zu ziehen und höhere Zustände der Wiedergeburt oder gar das Erwachen zu erlangen. Andererseits können wir unser Leben einfach vergeuden, weiter im Daseinskreislauf umherwandern, unseren Geist in niedere Zustände der Wiedergeburt sinken lassen und immer mehr Verwirrung und Leid erleben.

Durch welche Bedingungen kommt eine menschliche Wiedergeburt zustande? Ganz allgemein kann man sagen, dass wir als Menschen alle ein gewisses Maß an positivem, guten Karma teilen. Dieses Karma wurde in früheren Leben durch die zehn Arten heilsamen Handelns aufgebaut und verstärkt und hat uns in diesen besonderen Daseinsbereich geführt. Dies ist ein kollektives Karma, das wir gemeinsam teilen. Doch gibt es in der Struktur eines jeden von uns auch Elemente negativen Karmas, bei einigen mehr und bei anderen weniger. Aufgrund der unterschiedlichen Anteile von positiven und negativen karmischen Eindrücken, haben Menschen viele verschiedene Eigenschaften und vielerlei Weisen das Leben im Menschenbereich zu erfahren. Einige erleben günstigere und positivere Umstände als andere. Die positiven Erfahrungen eines eher glücklichen menschlichen Daseins wie auch die eher negativen Erfahrungen eines nicht so glücklichen menschlichen Daseins haben ihre Wurzel jeweils im positiven und negativen Karma eines jeden.

Man kann die Menschen in drei Gruppen aufteilen: in die höchste Art, in die mittlere Art und in die geringste Art. Diese Einteilung hat als Kriterium, in welchem Ausmaß ein Mensch tatsächlich seine kostbare menschliche Geburt nutzt.

- Es gibt viele Menschen, die eindeutig böse sind. Sie interessieren sich nicht für die Lehren des Dharma. Nicht nur, dass sie kein Interesse haben, sie sind sogar erklärte Gegner des Dharma und hassen die spirituellen Lehren. Sie verbringen ihr Leben mit sehr negativen Handlungen, die schädlich für sie selbst und schädlich für andere sind. Dies ist die niedrige Art menschlicher Geburt, eben weil solche Menschen ihre günstigen Gelegenheiten allesamt vergeuden und die einzige mögliche Bestimmung für sie eine Wiedergeburt in niedere Daseinsbereiche ist, die von großem Leid und großer Verwirrung geprägt sind. Ihr Geist wird weiterhin im Kreislauf der Wiedergeburten

umherirren und er wird solange nicht freikommen wie er mit solch negativen Handlungen fortfährt. In Hinblick auf die spirituelle Entwicklung wird die menschliche Existenz vergeudet. Es ist eine niedere Weise als Mensch zu leben.

- Die meisten Menschen leben in einer eher durchschnittlichen Weise, was bedeutet, dass sie ihre günstige Gelegenheit als Mensch das Erwachen zu erlangen nicht wirklich nützen. Sie sind weder besonders schlechte noch besonders gute Menschen; sie tun nichts, das in positiver oder negativer Weise eine nachdrückliche Wirkung hätte. Ihr Leben verläuft einfach mittelmäßig und das Ergebnis – nicht überraschend – ist auch mittelmäßig. Die Wiedergeburt, die ein solcher Geist annimmt, ist nicht außergewöhnlich gut und auch nicht außergewöhnlich schlecht. Es kann nichts besonders Gutes oder Schlechtes darüber gesagt werden, sie ist einfach mittelmäßig.
- Andererseits gibt es Menschen, die erkennen, welche Möglichkeiten die menschliche Geburt bietet. Sie verstehen, dass man als Mensch, wenn man wirklich will, das vollkommene Erwachen erlangen kann, und dies nicht nur für sich allein, sondern zum Nutzen aller fühlenden Wesen. Solche Menschen sind den Lehren des Dharma zugeneigt und motiviert, diese in der Praxis anzuwenden. Sie machen wirklich den besten Gebrauch von ihrem menschlichen Potenzial. Wenn jemand sich dieses Potenzials bewusst ist und es nutzt, reden wir von einer wirklich kostbaren, ausgezeichneten menschlichen Geburt.