



Kalu Rinpoche

Karma - Ursache und Wirkung

## Inhalt

Karma - Ursache und Wirkung - Seite 3

Der karmische Prozess - Seite 11



bodhisattva edition

## Karma - Ursache und Wirkung

Durch die Macht des Karma ist man in den sechs Welten und drei Bereichen den verschiedenen irreführenden Täuschungen von angenehm und unangenehm unterworfen.

### Nicht verdienstvolle Handlungen

Die zehn unheilvollen Handlungen entspringen einem verunreinigten Geist. Sie werden im folgenden erläutert.

#### Handlungen des Körpers

1 / Die erste unheilvolle Handlung des Körpers ist, Leben zu nehmen. Leben aus Begierde zu nehmen bedeutet, um des Fleisches willen zu töten, oder wegen Fell, Knochen, Moschus, oder anderer Teile eines Tieres. Oder zu töten für Geld, oder um sich selbst oder seine eigenen Freunde zu beschützen. Aus Zorn Leben zu nehmen bedeutet, aus Feindschaft oder Streit zu töten. Opferungen oder Geschenke wegen Leben zu nehmen und dabei zu denken, dies sei tugendhaft, ist töten aus Dummheit. Das vollständig herangereifte Resultat dieser Handlung ist eine Geburt als Höllenwesen. Wird man als Mensch geboren, so ist die mit der Handlung übereinstimmende Folge die, daß man Freude am Töten empfindet. Das Resultat, das mit dieser Erfahrung übereinstimmt, ist ein kurzes Leben und häufige Krankheiten. Viele aufeinanderfolgende Leben lang wird man immer wieder ermordet und in einem felsigen und steilen Land geboren werden, in dem das Leben vielen Gefahren ausgesetzt ist.

2 / Die zweite Handlung ist zu nehmen, was einem nicht gegeben wurde: Willentlich und gewaltsam zu stehlen, ohne einen wirklichen Anlass zu haben; heimlich etwas zu nehmen, ohne dabei gesehen zu werden; durch irreführende Verträge, falsches Abwiegen von Waren zu stehlen oder zu betrügen. Die unterschiedlichen Folgen sind eine Geburt in der Welt der hungrigen Geister; wird man als Mensch geboren, so wird man arm und unglücklich sein. Man wird Freude am Stehlen haben und in einem Land mit viel Schnee und Hagel geboren werden.

3 / Die dritte Handlung ist falsches Verlangen. Dies bedeutet mit jemandem zu schlafen, obwohl es aufgrund verwandtschaftlicher Beziehungen verboten ist, z.B. mit der Mutter, der Schwester oder Tochter. Oder wenn es durch ein Versprechen verboten ist, z.B. mit der Frau oder Freundin ei-

nes anderen Mannes oder Herrschers etc. Oder wenn es durch den Dharma verboten ist: Es ist einem z.B. nicht einmal mit dem eigenen Partner erlaubt, wenn man sich in der Nähe eines Lama, in einem Tempel, nahe einem Stupa oder an einem Platz befindet, an dem viele versammelt sind; wenn man ein zeitlich befristetes Gelübde der Keuschheit genommen hat oder wenn die Frau schwanger ist. Die vier Folgen davon sind: Eine Geburt in einer Welt der hungrigen Geister, der eigene Partner wird unattraktiv und streitsüchtig wie ein Feind sein, man selbst wird ständig mit dem Partner unzufrieden sein und immer an andere denken und im Land der Geburt wird es sehr viel Staub geben.

### Handlungen der Rede

4 / Die erste Handlung ist lügen. Es gibt verschiedene Arten zu lügen: falsches Vorgeben von eigenen spirituellen Fähigkeiten; lügen, um Schaden anzurichten und gewöhnliche Lügen. Die vier Folgen sind: als Tier geboren zu werden; wird man als Mensch geboren, so wird man häufig verleumdet werden, einen übel riechenden Atem haben, wird gerne lügen und in einem Land mit großen Höhen und Tiefen, mit Hitze und Kälte geboren werden.

5 / Zwist erzeugen bedeutet, zwei Menschen in deren Gegenwart gegeneinander aufzubringen, eine Trennung durch indirekte Rede hervorzurufen oder eine Trennung durch hinterhältige Rede zu verursachen, wenn nicht alle betroffenen Menschen anwesend sind. Die Folgen wiederum sind eine Geburt im Höllenbereich; wird man als Mensch wiedergeboren, so wird man keine Freundschaft erleben, wird Zwietracht mögen und in einem Land geboren werden, das steil und voller Abgründe ist.

6 / Rohe Sprache bedeutet, andere böse anzureden, in verschiedener Weise durch Scherze und Witze zu verleumden und gemein über einen anderen zu seinen Freunden oder ihm nahestehenden Menschen zu sprechen. Die Folge ist wiederum eine Höllegeburt; wird man als Mensch geboren, so wird man die unterschiedlichsten unfreundlichen Worte und Klänge hören, wird gern Böses reden und in einem heißen und trockenen Land, mit Klippen, Schluchten und Dornen geboren werden.

7 / Müßiges Geschwätz bedeutet, Mantras falsch zu rezitieren, heilige Schriften nicht richtig zu erklären, viel Unnützes zu reden und den Dharma denen zu erklären, die keinen Respekt davor haben. Die entsprechenden Folgen sind eine Geburt als Tier; wird man als Mensch geboren, so wird einem niemand zuhören wollen, man wird gemein reden und in einem Land geboren werden, in dem Sommer und Winter durcheinander geraten sind.

## Handlungen des Geistes

8 / Habsucht beinhaltet, so sehr von seiner eigenen Abstammung, seinem Körper, Charakter, seiner Gesundheit und seinem Besitz eingenommen zu sein, daß man es nicht für richtig hielte, wenn sie auch andere begünstigen würden. Es bedeutet auch, etwas zu begehren, was im Besitz von anderen ist. Die Folgen sind eine Geburt im Bereich der hungrigen Geister; wird man als Mensch geboren, so wird man seine Absichten nicht vollenden können, wird viele Wünsche haben und in einem unfruchtbaren Land geboren werden.

9 / Übelwollend zu sein bedeutet so ärgerlich zu sein, daß man mit anderen kämpft oder gegen sie in den Krieg zieht. Es bedeutet auch, aus Eifersucht böseartig zu denken oder andere aufgrund von Haß verletzen zu wollen. Die Folge ist eine Geburt in der Hölle; wird man als Mensch geboren, wird man von Natur aus zornig sein, die Leute werden einen grundlos als Feind behandeln und das Land, in dem man geboren wird, ist schroff, bergig und von engen Schluchten durchschnitten.

10 / Falsche Ansichten beinhalten, die Prinzipien von Handlung und Resultat und von relativer und absoluter Wahrheit zu leugnen oder die drei Juwelen für unvollkommen zu halten. Die Folge davon ist eine Geburt als Tier; wird man als Mensch geboren, so wird man zu dumm sein, um irgendetwas verstehen zu können, wird keine Neigung verspüren, irgendetwas zu lernen und in einem armen und kahlen Land geboren werden.

Die allerschlimmsten der zehn unheilvollen Handlungen sind: Die eigenen Eltern oder den spirituellen Lehrer zu töten; den Besitz der drei Juwelen zu stehlen; jemanden, der durch die Keuschheitsgelübde und Zölibat gebunden ist, sexuell zu verführen; einen Lama durch Lügen zu täuschen; einen Tathagata herabzusetzen; Zwietracht innerhalb der Gemeinschaft Ordinerter oder religiöser Freunde zu säen; die eigenen Eltern oder einen erwachten Heiligen zu beleidigen; jemanden durch müßiges Geschwätz davon abhalten, Dharma zu praktizieren; kostbare Dinge, die den drei Juwelen gewidmet sind, zu begehren; eine feindselige Haltung zu erzeugen, die stark genug ist, daß man unversöhnlich handelt; und aufgrund von Skepsis einer extremen Sichtweise anzuhängen.

## Die Beziehung zwischen Handlung und Resultat

Zorn führt zu einer Geburt als Höllenwesen, Gier zu einem Leben als hungriger Geist, Unwissenheit ergibt eine Existenz als Tier, Begierde führt zu einer menschlichen Geburt, Eifersucht bringt eine Existenz im Bereich der eifersüchtigen Götter und Stolz läßt einen als Gott wiedergeboren wer-

den. Hat man viele böse Handlungen ausgeführt, wird man als Höllenwesen wiedergeboren; eine mäßige Anzahl führt zu einem Leben als hungrierer Geist und wenige schlechte Taten ergeben eine Geburt als Tier. Gute und schlechte Handlungen, miteinander vermischt, führen zu den mannigfaltigen Leben der drei höheren Bereiche, z.B. zu einem Leben als Mensch oder als himmlisches Wesen. Je nachdem, ob man sich gegen ein hoch-, mittel- oder gering entwickeltes Wesen vergeht, wird man entsprechend als Höllenwesen, Hungergeist oder Tier wiedergeboren. Es wird gelehrt, daß eine unheilvolle Handlung so lange weiterwächst, wie sie nicht bereut wird.

## Verdienstvolle Handlungen

Verdienstvolles Karma erwächst aus den Tugenden, wie nicht besitzer-greifende Liebe, Hilfsbereitschaft, geringe Wünsche und Zufriedenheit.

### Handlungen des Körpers

1 / Wenn man es aufgegeben hat, Leben zu nehmen und es stattdessen beschützt, so entsteht daraus als vollkommen gereiftes Ergebnis eine Geburt als Gott; wird man als Mensch geboren, so wird man lange und frei von Krankheit leben, man wird reich und für Ozeane von Leben glücklich und voller Freude sein, wird nur wenig ans Töten denken und in einem angenehmen Land leben.

2 / Wenn man nicht stiehlt, sondern freigiebig ist, wird man die Macht eines Königs erhalten. Selbst wenn man als gewöhnlicher Mensch zur Welt kommt, wird man höchsten Reichtum und Besitz erlangen, wird Freude am Geben haben und in einem Land mit den besten Speisen und Reichtümern geboren werden.

3 / Wenn man falsche Vorstellungen zurückweist und die Moral achtet, wird man unter himmlischen Wesen wiedergeboren werden; wird man als Mensch geboren, so wird man einen guten und schönen Lebensgefährten finden, mit ihm in Eintracht leben, wird Zufriedenheit in dauerhafter Freundschaft finden und in einem freundlichen und bequemen Land leben.

### Handlungen der Rede

4 / Wenn man es ablehnt zu lügen und die Wahrheit spricht, so wird man als Folge davon unter Göttern oder Menschen wiedergeboren werden, wird jeder die eigenen Worte als wahr betrachten, wird man aufrechte

Ansichten mögen und in einem ebenen Land leben, wo ständig Früchte reifen.

5 / Wenn man es aufgegeben hat, Zwietracht zu säen, und immer bereit ist zu schlichten, so entsteht daraus eine Geburt unter Göttern oder Menschen. Alles, was man sagt, wird als wahr angesehen und erfreut alle. Man mag Übereinstimmung und wird in einem Land leben, wo es wenig Graupel und Hagel gibt, wo Nahrung und Wohlstand, wenn man danach sucht, leicht zu finden sind.

6 / Wenn man es zurückweist, grob zu reden und sanft und freundlich spricht, wird man als Gott oder Mensch geboren werden, wird von allen Lob und Freundliches hören, wird Freude an liebenswürdigen Gesprächen haben und in einem Land mit mildem Klima geboren werden.

7 / Wenn man müßiges Geschwätz meidet und nur redet, wenn man etwas von Bedeutung zu sagen hat, so wird man als Mensch geboren, dessen Worte freundlich und wohltuend für die anderen sind, wird Freude daran haben, nur wenig zu reden, und wird in einem ebenen Land geboren, wo ein ruhiges Klima herrscht.

### Handlungen des Geistes

8 / Gibt man Habsucht völlig auf, ist man zufrieden und hat nur wenig Wünsche, so ist das Ergebnis eine Geburt unter Göttern und Menschen. Man wird eine glückliche Niederkunft haben und das, woran man denkt, wird sich erfüllen. Man wird mit dem Umfang seines Besitzes immer zufrieden sein und an einem freundlichen Ort geboren werden.

9 / Hat man keine böartigen Absichten, sondern einen hilfsbereiten Geist, so wird man unter Göttern oder Menschen geboren, von allen geliebt werden und jede Absicht, die man verfolgt, vollbringen. Man wird sich wünschen, fühlenden Wesen helfen zu können und in einem Land geboren werden, in dem sich alles, was erwünscht oder benötigt wird, erfüllt.

10 / Hat man falsche Sichtweisen vollkommen abgelegt, so erlangt man eine Geburt unter Göttern oder Menschen. Man wird verehrt werden und höchste Intelligenz und Weisheit erben. Man wird Freude am eifrigen Lernen haben und in einem fruchtbaren Land mit gesunden Früchten geboren werden.

### Das Karma der Stille

Aus der Saat des ruhigen Verweilens in Samadhi erwächst die lebendige Erfahrung des ruhigen Verweilens in Samadhi. Die Grundlage dieser Verenkungsstufe ist die Praxis der zehn tugendhaften Handlungen. Acht

vorbereitende Übungen gehen der eigentlichen meditativen Versenkung voraus, deren erste Stufe erreicht ist, wenn während des Samadhi Prüfung, Untersuchung, Freude und Glückseligkeit gegenwärtig sind. Wenn Prüfung und Untersuchung in der gegenwärtigen Praxis nicht mehr erscheinen, jedoch die Gefühle der Freude und Glückseligkeit bleiben, so ist die zweite Versenkungsstufe erreicht. Verschwindet die Freude und ist man nur noch von Glückseligkeit durchdrungen, ist die dritte Stufe erreicht; verschwinden alle vier, ist die vierte Stufe erreicht. Durch die auf diesen vier Stufen der Versenkung erlangte Loslösung erfährt man die Unendlichkeit des Raumes. Diese Praxis führt zur Wiedergeburt als Gott im Erfahrungsbereich der Unendlichkeit des Raumes. Jenseits dieser Versenkungsstufe liegt die Wiedergeburt als Gott in der Wahrnehmung der Unendlichkeit des Bewusstseins - Abwesenheit des Seins und weder Dasein noch Nicht-Dasein von Wissen.

Auf jeder der aufeinanderfolgenden Ebenen, die der Geist erreicht, löst er sich schrittweise von seinen Anhaftungen. Durch diese Loslösung befreit sich der Geist entsprechend und dringt zur nächsten Stufe vor. All diese acht Versenkungsstufen entstehen aus einem einsgerichteten, tugendhaften Geist.

Die wirkenden Kräfte, die die reale Erfahrung von Samsara bilden, sind nichts anderes als die drei Arten befleckten Karmas. Die Wurzel des Existenzkreislaufs ist die Unwissenheit, die die Anhaftung an Dualität bewirkt. Unterscheidendes Bewusstsein schafft Verdunkelungen, reines Gewahrsein hingegen bringt Weisheit, Vertrauen, Mitgefühl und Hilfsbereitschaft. Aus gutem und schlechten Karma entstehen die höheren und niederen Bereiche und das ihnen entsprechende Glück und Leid. Ist sowohl gutes als auch schlechtes Karma vorhanden, so erwächst daraus die Erfahrung unterschiedlicher und unbeständiger Annehmlichkeiten und Betrübnisse. All dieses unterschiedliche Karma schafft die Vielfalt der Wesen, da sich ja aus unterschiedlichen Taten unterschiedliche Folgen ergeben.

Die Erfahrung des jeweiligen Lebens mag ein karmisches Ergebnis der guten Handlungen sein, die man direkt in vorangegangenen Leben praktiziert hat, aber es kann dennoch aufgrund anderer karmischer Bedingungen, wie z.B. in früheren Leben gestohlen zu haben, im Elend verlaufen. Man mag zum Beispiel als Mensch geboren werden, jedoch in Armut. Andererseits mag dieses Leben das Resultat schlechten Karmas aus dem direkt vorhergehenden Leben sein, aber es kann dennoch aufgrund anderer karmischer Bedingungen, wie z.B. Großzügigkeit in früheren Leben, in großem Wohlstand verlaufen, wie es beim reichen Schlängengott (Naga) der Fall ist. Sind das direkt erzeugte Karma wie das ge-



samte Karma positiv, würde man eine Geburt als universaler Herrscher erlangen; sind beide schlecht, eine Geburt als Höllenwesen.

Gegenwärtiges Karma, dessen Ergebnis unmittelbar in diesem Leben erfahren wird, wäre z.B. eine schwere negative Tat gegenüber einem Buddha vorzubereiten und auszuüben - so erfuhr beispielsweise Devadatta die Feuer der Hölle in diesem Leben.

Oder es bezieht sich auf völlig reine Gedanken und ein reines Objekt - so ernteten ein Mann und eine Frau, die Shariputra zu essen gaben, später Getreideähren aus Gold. Folgen, bezeichnet als "diejenigen, die nach der Geburt erfahren werden", entstehen aus den fünf sehr negativen und den fünf beinahe sehr negativen Taten. Die Konsequenz wird sofort nach diesem Leben erfahren. Die Folgen, die zu einem anderen Zeitpunkt erfahren werden, werden drei oder vier Geburten später, oder irgendwann in der Zukunft, erlebt.

Karma kann durch Taten angesammelt werden, wie z.B. durch vertrauensvolle Verehrung der drei Juwelen, oder durch das Töten eines Menschen aus Zorn. Karma kann auch ohne Handlung angesammelt werden, z.B. durch Freude über schlechte oder gute Handlungen anderer. Es ist auch möglich, trotz eigener Handlungen nichts anzusammeln. Dies geschieht beispielsweise, wenn man sich zum meditieren hinsetzt, aber seinen Geist umherwandern lässt.

Ein niederer Gedanke verbunden mit einer positiven Handlung wäre beispielsweise, aus Ruhmsucht ein Kloster oder einen Stupa zu errichten. Ein edler Gedanke verbunden mit einer niederen Handlung wäre z.B., grob zu jemandem zu reden oder diesen zu schlagen oder zu stoßen, um ihm zu helfen. Gemeinsames Karma ist die Ansammlung von ähnlichem Karma durch viele Wesen. Entsprechend entwickeln sich auch ähnliche Folgen. Beispielsweise nehmen alle Wesen das Universum in ähnlicher Weise wahr. Einzelnes Karma wird aufgrund des Karmas jedes individuellen Wesens erfahren. Aufgrund der Verschiedenheit von individueller Umgebung, Körper und Besitz werden die unterschiedlichen Erfahrungen von Glück und Leid gemacht. Sobald die Resultate des weißen Karmas aufgebraucht sind, werden die Folgen des schwarzen Karmas reifen. Deshalb kann sich das am Anfang des Lebens erfahrene Glück später im Leben zu Leid wandeln.

Leben schützen hat ein langes Leben zur Folge, das Schlagen und Verprügeln von anderen verursacht viele Krankheiten. Durch Freigebigkeit wird man großen Reichtum erhalten; ist jedoch der Geist voller schädlicher Gedanken, wird man viele Feinde haben. Obwohl man einen schönen, vollkommenen Partner als Ergebnis ehelicher Treue finden mag, kann der Zwist, den man in vergangenen Leben geschürt hat, jetzt Streit

bringen. Diejenigen, die sich grober Rede enthalten, werden überall geliebt werden - diejenigen, die stets etwas begehren, werden immer mittellos sein. Auch wenn man als Folge davon, daß man viele Opferungen gemacht hat und großzügig war, in einem Heim reicher Eltern geboren wurde, führt der Neid auf die Großzügigkeit anderer zu Not in diesem Leben. Geringere Großzügigkeit führt dazu, daß man in einem armen Haushalt auf die Welt kommt; durch den Dienst für alle Älteren und die eigenen Eltern wird man von allen respektiert, gelobt und verehrt. Auch wenn man aufgrund früherer Großzügigkeit reich geboren wurde, kann einen die Abneigung gegenüber dem Dharma zu einem Menschen mit falscher Sichtweise machen. Auch wenn man früher sehr machtvoll Gutes getan hat, indem man viele Opferungen gemacht und viel gegeben hat, wird die Kraft des Neides oder anderer geistiger Unreinheiten die Gebete irreführen und, während man sich in einer Position mit großem Einfluß befindet, sammelt man mit Macht unheilvolles Karma an. Auch wenn man in der Vergangenheit nur wenig verdienstvolles Karma angesammelt haben mag, wird man in einem religiösen Haus wiedergeboren werden, wenn man mit festem Vertrauen in den Dharma stirbt. Hat man früher mit Vertrauen und Mitgefühl den Dharma praktiziert, so werden jetzt die Familie, die Existenz und die Besitztümer ausgezeichnet sein, und man wird wie zuvor den Dharma praktizieren und auf dem Weg zur Erleuchtung fortschreiten.

Erlangt man Gewissheit über die unumgänglichen Folgen von gegenseitiger Abhängigkeit und Ursache und Wirkung, so ist man tatsächlich bis zum Wurzelkern der Belehrungen Buddhas vorgedrungen.

Die Abkehr vom Daseinskreislauf und der Drang nach Freiheit sind wie die Wurzeln eines Baumes. Vertrauen und Mitgefühl bilden den Stamm. Gutes tun und nichtheilsames Handeln aufgeben sind die Äste. Die Blätter entsprechen grenzenloser Tugend und die Blüten verkörpern die Essenz der Umwandlung und Vollendung. Die Frucht ist Buddhaschaft, das Erreichen der Burg vollkommener Erleuchtung.

## Der karmische Prozess

Die Natur des Geistes, dieses leere, lichtklare und ungehinderte Gewahrsein, ist nicht etwas, das der Geburt oder dem Tode unterliegt. Diese Natur des Geistes hat es immer schon gegeben.

### Geist nicht sichtbar, karmischer Prozess nicht sichtbar

Bis zum heutigen Zeitpunkt erfährt der Geist aufgrund der von ihm entwickelten positiven und negativen karmischen Tendenzen den Kreislauf bedingter Wiedergeburt, den wir auch Samsara nennen. Viele Menschen glauben nicht, dass der Geist von einem Dasein zum nächsten fort-dauert und es frühere und zukünftige Leben gibt. Und sie begründen ihre Ansicht gewöhnlich damit, dass wir nicht sehen können, was vor sich geht, und wir überhaupt keinen direkten empirischen Beweis haben, dass es diese Verbindung gibt. Nun, es ist der leere und unfassbare Geist selber, der diesen ganzen Prozess erfährt und Wiedergeburt für Wiedergeburt alle Freuden und Leiden erlebt. Wenn wir den Geist nicht direkt sehen können, so sollte es uns nicht überraschen, dass wir diesen karmischen Prozess, der sich von einer Wiedergeburt zur nächsten fortsetzt, auch nicht sehen können. Ihn nicht sehen zu können ist nicht gleichbedeutend damit, dass er nicht existiert.

### Dieser Körper ist Ausdruck früheren Handelns / jetziges Handeln prägt die Zukunft

Der Buddha hat gesagt, dass wir dieses Leben in diesem Körper betrachten müssen, wenn wir verstehen wollen, welche Handlungen wir früher begangen haben. Die Verbindungen, die in einem vorangegangenen Leben durch positive oder negative Handlungen aufgebaut wurden, schaffen Tendenzen, die in diesem Leben zur Reife kommen und bestimmen in welcher Weise wir dieses Leben erfahren. Wenn wir als Menschen geboren werden, was ja ein vergleichbar höherer Daseinszustand ist, so ist der Anteil positiven Karmas in unserem Seinsstrom vorherrschend. Als menschliche Wesen haben wir ein ganzes Spektrum von Erfahrungen. Aufgrund positiver Handlungen wie Großzügigkeit und Schützen von Leben in früheren Lebenszeiten genießen wir vielleicht jetzt Gesundheit, Glück und langes Leben. Und wenn wir in früheren Leben negative Handlungen begangen haben, wie Leben nehmen und stehlen, so werden wir wahrscheinlich jetzt eine kurze Lebensspanne haben und viel Krankheit, viel Leid und Armut erfahren. Wir müssen verstehen, dass unse-

re Erfahrungen in diesem Leben ihre Wurzel in unserm Handeln in früheren Leben haben.

Der Buddha sagte auch, dass wir unsere jetzigen Handlungen betrachten müssen, wenn wir wissen wollen, was unser Geist in Zukunft erleben wird. Anhand unserer körperlichen Verfassung können wir ablesen, welche Handlungen wir früher begangen haben, und anhand unseres jetzigen Handelns können wir voraussagen, was wir in Zukunft erleben werden, denn es existiert eine Verbindung zwischen den karmischen Mustern, die wir jetzt entwickeln und verstärken, und dem was der Geist in zukünftigen Wiedergeburten erfahren wird.

### Alaya / rein und unrein

Die reine Natur des Geistes, dieser leere, klare und ungehinderte Zustand des Bewusstseins, wird in Sanskrit auch mit dem Begriff „Alaya“ (deutsch: „Speicher“) und in Tibetisch mit dem Begriff „Künshi“ beschrieben, was „Basis oder Quelle von allem“ bedeutet. Dieses reine transzendente Alaya ist die Quelle aller erleuchteten Erfahrung. Hingegen, was wir jetzt erfahren - all die Ebenen von Unwissenheit und emotionaler Verwirrung, über die wir gestern gesprochen haben – ist das unreine Alaya. Das reine Alaya ist wie kristallklares, transparentes Wasser und das unreine Alaya ist wie Schlamm, der ins Wasser geworfen wurde und seine kristallklare Transparenz trübt. Und so haben wir jetzt eine Mischung aus dem reinen Alaya und den Ebenen der Verwirrung und Unwissenheit, die das reine Alaya, die grundlegende Natur des Geistes, trüben.

Eine Funktion des unreinen Alaya ist es, alle Eindrücke als latente karmische Tendenzen zu speichern. Wenn wir mit Körper, Rede und Geist Handlungen ausführen, werden durch sie Eindrücke oder Tendenzen geschaffen, die im Grunde des diskursiven, verwirrten Bewusstseins gespeichert werden, und zwar solange bis dieser Eindruck aufgrund entsprechender Bedingungen als bewusste Erfahrung erscheint. Hat man also einmal eine Handlung ausgeführt, so bleibt diese Tendenz auf einer unbewussten Ebene gespeichert bis die richtigen Bedingungen dafür vorhanden sind, dass diese Handlung zu einer bewussten Erfahrung führt. Dies ist der karmische Prozess. Es bedeutet, dass Karma unfehlbar ist, und wir nicht erwarten können, dass eine durch eine bestimmte Handlung geschaffene Tendenz einfach irgendwo verloren geht oder vergessen wird und wir so die Folgen aus unserem Handeln nicht erleben müssten. Genau dies ist nicht der Fall. Da Karma unfehlbar ist, wird früher oder später diese Tendenz mit den passenden Umständen in Berührung kom-

men und als bewusste Erfahrung erlebt werden. Der Buddha hat gesagt, dass eine karmische Tendenz, sobald sie durch Handeln geschaffen wurde, auch nach Tausenden von Zeitaltern wirksam bleibt und erst dann sich erschöpft, wenn sie aufgrund von Umständen zu einer bewussten Erfahrung wird. Aber solange sie noch nicht als bewusstes Erleben an die Oberfläche gekommen ist, brauchen wir nicht zu erwarten, dass sie verloren, vergessen oder irgendwie sich auflösen wird. Dies wird nicht geschehen, da es eine unfehlbare direkte Verbindung gibt zwischen dem was wir tun und was wir erfahren. Deshalb ist die Frage von positivem und negativem Handeln für uns sehr wichtig. Welche Handlungen schaffen positive Tendenzen, die zu Glück und Erfüllung führen? Und welche Handlungen schaffen negative Tendenzen, die zu Leid und Verwirrung führen?

## Schleier und Bhumis

Der Buddha sagt, dass alle fühlenden Wesen Buddhas sind und nur nebensächliche Schleier dies verdunkeln. Sind einmal diese Schleier beseitigt, dann wird das, was jetzt ein Potential ist, als Erfahrung des Erwachens verwirklicht. Dies bedeutet, dass die Ebene unserer Verwirklichung direkt davon abhängt wieviel Unwissenheit und Verwirrung wir im Geist gereinigt haben.

Zum Beispiel kann man die verschiedenen Stufen der Bodhisattva-Verwirklichung in Bezug setzen zu den vier hauptsächlichen Schleiern im Geist: fundamentale Unwissenheit, dualistische Anhaftung, emotionale Verwirrung und Karma.

Die erste Bodhisattvastufe wird erreicht, wenn man die karmischen Schleier, die größte oder äußerste Ebene der Verwirrung, beseitigt hat. Jemand, der die Verwirklichung der ersten Bodhisattvastufe erlangt, hat die Ebene karmischer Verdunkelung überschritten. Oder anders gesagt, hat jemand die Ebene karmischer Verdunkelung überschritten, erreicht er die erste Bodhisattvastufe. Beides hängt voneinander ab.

Mit dem Erreichen der siebten Bodhisattvastufe löst sich die Schicht emotionaler Verwirrung, die bis dahin immer feiner wurde, gänzlich auf und ist für den Bodhisattva auf der siebten Stufe kein Hindernis mehr auf dem Weg zum Erwachen.

Von der achten bis zur zehnten Bodhisattvastufe, die auch die drei reinen Stufen heißen, wird die dualistische Anhaftung, die Tendenz des Geistes Selbst und andere als gänzlich getrennt wahrzunehmen, schrittweise ge-

läutert und aufgelöst bis zu dem Punkt, wo sie einfach nicht mehr existiert.

Aber erst mit dem Erreichen vollkommener Buddhaschaft, was manchmal die elfte Stufe genannt wird, weil sie jenseits der zehnten ist, und die im Tibetischen auch als „Licht überall“ beschrieben wird, werden schließlich die allerfeinsten Ebenen subtilster Verwirrung oder Unwissenheit beseitigt. Dann ist die wahre Natur des Geistes frei sich ungehindert auszudrücken.

Unsere spirituelle Entwicklung geschieht also genau in dem gleichen Maße wie wir imstande sind die verdunkelnden Schleier fundamentaler Unwissenheit, dualistischen Anhaftens, emotionaler Verwirrung und Karma aufzulösen.

## Wachzustand

Der physische Körper, den wir während unseres Wachzustandes erleben, ist die Kristallisation bestimmter karmischer Tendenzen, die in diesem Leben zur vollen Reife gekommen sind. In unserem Falle hier als menschliche Wesen, die wir dieses kostbare Menschendasein haben, sind die karmischen Tendenzen zu einem großen Teil positiver Natur, und es gibt auch eine gewisse Verbindung mit dem Buddhadharma und den Drei Juwelen. Wir haben vielleicht Unterweisungen gehört oder in irgendeiner Weise Kontakt mit dem Dharma gehabt, und all dies hat zu unserer jetzigen Verkörperung beigetragen, zu dieser physischen Basis mit dem Bewusstsein, das diesen Erfahrungszustand auszeichnet.

Doch der Geist erlebt außer dem Wachzustand auch noch andere Zustände.

## Traumzustand

Der bedeutendste von ihnen ist der Traumzustand. Wenn wir schlafen und träumen, erfährt der Geist eine andere Art von Körper, der nicht der physische Körper ist, und eine Erscheinungswelt, die nicht diese körperliche Basis hat. Unser Körper liegt schlafend da, und der Geist erlebt eine andere Form von Körper, mit dem er die Traumwelt erfährt.

Der Traumzustand wird von zwei Faktoren bedingt: Zum einen von der sehr subtil wirksamen Tendenz des Geistes alles in den dualistischen Begriffen von Selbst und Anderen, Subjekt und Objekt wahrzunehmen und zum andern von den offensichtlicher wirksamen Tendenzen und Erfahrungen dieses Lebens, wo bestimmte Muster, die wir in diesem Leben

entwickelt haben, sich auch in unseren Träumen zeigen. Dies wird auch als Verkörperung von Gewohnheitstendenzen beschrieben, der subtilen Gewohnheitstendenz dualistischer Fixierung und der gröberen Tendenz von Erfahrungen in diesem Leben, die bestimmte Muster schaffen. Im Traumzustand gibt es keine körperliche Grundlage, und doch empfindet ihn der Geist als sehr wirklich.

### Mentalkörper

Wenn wir sterben, trennen sich Körper und Geist. Der physische Körper ist nicht länger ein Faktor in der Erfahrung des Geistes. Im Zwischenzustand nach dem Tode hat der Geist keinen physischen Körper, aber er verhält sich so als gäbe es noch immer diesen Körper. Die Tendenz des Geistes, einen Körper zu erleben, wo es keinen gibt, ist ein Phänomen, das im Tibetischen als Mentalkörper des Zwischenzustandes beschrieben wird.

Der körperliche Wachzustand, der Traumzustand, und der Mentalkörper sind die drei Phasen, die den Kreislauf von Samsara bestimmen. Und es gibt die samsarischen Wesen, die diese drei Phasen eine nach der anderen erleben, und für absolut wirklich halten. Die Projektionen des Geistes werden vom Geist so erfahren als wären sie etwas anderes als der Geist selbst. Der Geist ist völlig davon überzeugt, dass all seine Erfahrungen im Wach-, Traum- und Zwischenzustand letztendlich wahr und wirklich sind. Er versteht nicht, dass sie seine eigene Projektion sind.

Von der letztendlichen Ebene aus betrachtet sind alle Erfahrungszustände natürlich nur relativ wirklich, die Erfahrung dieses Wachzustandes eingeschlossen.

### Höllensbewohner

Nehmen wir als Beispiel die Höllensbewohner. Der Geist dieser Wesen ist absolut überzeugt, dass all sein Erleben objektiv wirklich ist. Doch in jedem Zustand der Erfahrung ist die Projektion des Geistes genauso leer wie der Geist selbst. Dieser seinem Wesen nach unfassbare, leere Geist kann nicht etwas Greifbares oder unabhängig Wirkliches hervorbringen, sondern nur etwas, das teilhat an seiner Unfassbarkeit. Dies versteht der Geist jedoch an diesem Punkt nicht. So erleben Höllenswesen all ihre Leiden und die Wesen, die sie ihnen zufügen, als tatsächlich wirklich und erkennen nicht, dass dies Eindrücke im Geist sind, die in der Form von leidvoller Erfahrung auftauchen.

Der indische Meister Shantideva sagt: „Wer machte die Waffen, mit denen die Wesen gequält werden, und warum? Wer hat den glühenden Eisenboden geschaffen? Woher kommen all die Feuermassen? Dies und alles andere ist der eigene Geist, lehrt der Buddha.“ Niemand schafft die Höllen und steckt die Wesen dort hinein. Die Wesen schaffen ihre eigene Hölle. Die negativen karmischen Muster der Wesen schaffen den Eindruck einer Hölle, so als würde es sie wirklich geben. Die Eindrücke im Geist jener Wesen erzeugen die Illusion der Hölle, die als wirklich empfunden wird, tatsächlich aber nicht wirklicher ist als jeder andere Erfahrungszustand. Diese Illusion hat nur relative Wirklichkeit für die Wesen in jener besonderen Lage zu jener Zeit.

### Die Leerheit des Geistes

Wie können wir die Aussage verstehen, dass der Geist leer ist? Welche Hinweise haben wir, dass dies so ist? Wenn ein Kind im Schoß der Mutter empfangen wird, wissen die Eltern nicht sofort davon. Im Augenblick der Empfängnis, wo das Bewusstsein sich mit der körperlichen Basis im Schoß der Mutter vereinigt, denkt die Mutter nicht: „Ah, ich bin schwanger, ich bekomme ein Kind.“ Sie sieht nicht, wie das Bewusstsein hereinkommt und sich mit der körperlichen Basis verbindet, sondern es ist ein Vorgang, der erst später offenkundig wird, wenn die körperlichen Anzeichen einer Schwangerschaft sichtbar werden. Dies ist ein Zeichen, dass der Geist seinem Wesen nach unfassbar und leer ist. Man kann seine Empfängnis im Mutterschoß nicht beobachten.

Jeder von uns wird irgendwann sterben, und wenn dann das Bewusstsein den Körper verlässt, wird selbst wenn viele Leute dies beobachten niemand sagen können: „Oh, da geht das Bewusstsein.“ Niemand kann sehen, wie das Bewusstsein den Körper verlässt. Vor einem Augenblick war es noch ein lebendes Wesen und jetzt ist es eine Leiche. Wo ist der Geist? Niemand sieht, wohin der Geist geht. Dies ist ein weiteres Zeichen, dass der Geist seinem Wesen nach unfassbar und leer ist.

Hier im Raum befinden sich mehrere hundert Menschen. Jeder von uns hat einen Geist, und jeder von uns erfährt seinen Geist. Aber niemand von uns erfährt den Geist eines anderen. Uns ist es nicht möglich zu sagen, wie der Geist der anderen beschaffen ist. Und tatsächlich können wir auch nicht sagen, wie unser Geist aussieht, denn wir können ihn nicht sehen und beschreiben: „Mein Geist sieht so aus, er hat diese Gestalt, Farbe und Größe.“ Es ist nicht möglich den Geist in dieser Weise fest zu



umreißen. Er ist seinem Wesen nach leer und unfassbar und verhält sich nicht im Rahmen solcher Eigenschaften.

Doch daraus die Schlussfolgerung zu ziehen, wie es manchmal Leute tun, dass dann alles egal und völlig unwirklich ist, und es das Ursache- und Wirkungsprinzip von Karma gar nicht gibt, ist ein großer Fehler. Es ist falsch zu glauben, dass etwas keine Gültigkeit besitzt, weil es seinem Wesen nach leer ist. Der Buddha hat gesagt: „Jene, die den Phänomenen eine letztendliche Wirklichkeit zuschreiben, sind dumm wie Hornochsen. Doch jene, die alle Wirklichkeit leugnen, sind noch weitaus dümmer.“ Dieses Thema wird ausführlich in den Prajna Paramita Sutren behandelt, den Schriften über die Vollkommenheit der Weisheit, wo es heißt, dass man durch eine falsche oder eine zu vereinfachende Auffassung von Leerheit die eigene Weisheit abschneidet bzw. einschränkt und sich die Möglichkeit wachsender Einsicht versperrt. Es ist also wichtig zu wissen, was die Aussage „der Geist ist leer“ beinhaltet und worauf meine Worte zielen.

Bis zu dem Zeitpunkt, wo man ganz und gar die Leerheit des Geistes und die Leerheit aller Erfahrung verwirklicht hat, gibt es eine Ursache und Wirkung Verbindung zwischen Handlung und Erfahrung und das wechselseitige Bedingtsein aller Aspekte der Erfahrung bleibt weiterhin wirklich, gültig und unfehlbar. Nehmen wir dafür folgendes Beispiel: Wir alle haben einige Zeit unseres Lebens in Schulen und Universitäten etc. verbracht und Dinge gelernt, Geschicklichkeit entwickelt und viel Wissen angesammelt. Doch das Ergebnis dieses Lernprozesses ist nicht etwas, das man von außen sehen kann. Es ist nicht irgendwo in diesem Lande aufbewahrt, es gibt keinen Ort, wo das Wissen aller aufbewahrt wird. Wir lagern es auch nicht zuhause in einer Truhe. Es ist auch nicht irgendwo im Körper gespeichert, wo jeder es sehen kann, sondern im eigenen Geist, und wann immer wir dieses Wissen benötigen, können wir es abrufen und gebrauchen. Das heißt, es ist vollkommen gültig, obwohl es seinem Wesen nach leer und unfassbar ist. Jemand, der ein geschickter Automechaniker ist, kann überall jede Panne am Auto beheben. Doch denkt er nicht die ganze Zeit darüber nach, wie man ein Auto repariert, sondern ruft sein Wissen erst in dem Augenblick ab, wo es benötigt wird. Er muss nicht ständig daran denken, denn sobald er in der Situation ist, wo er etwas reparieren muss, weiß er sofort was getan werden muss und kann es tun. So wirkungsvoll ist die Verbindung zwischen dem gelernten Handwerk und seinem Gebrauch. Nichts davon kann man sehen, nichts davon greifen und doch ist es ganz und gar wirksam und gültig.