

Nyoshul Khenpo
& Lama Surya Das

Der Buddha im Inneren

*Unterweisungen zur Verwirklichung
der natürlichen Großen Vollkommenheit*

Aus dem Englischen übersetzt von
Stephan Schuhmacher



Arbor Verlag
Freiamt im Schwarzwald

Copyright © 1995 by Surya Das (Jeffrey Miller)
Copyright © der deutschen Ausgabe: Arbor Verlag, Freiamt, 2005
Published by arrangement with Snow Lion Publications,
PO Box 6483, Ithaca, New York 14850 USA

Titel der amerikanischen Originalausgabe:
Natural Great Perfection – Dzogchen Teachings and Vajra Songs

The English translation of “The Mirror of Essential Points” © 1990 Erik Hein Schmidt. Edited by Ani Lodrö Palmo (Linda Talbot) and Ward Brisick. It appears in *Crystal Cave: A Compendium of Teachings by Masters of the Practice Lineage*, Rangjung Yeshe Publications, Kathmandu: 1990. Reprinted by permission of the publisher.

Alle Rechte vorbehalten

1 2 3 4 5 Auflage
05 06 07 08 09 Erscheinungsjahr

Lektorat: Eva Bachmann
Gestaltung & Satz: Rosalie Schnell – blauburg
Titelbild: © Snow Lion Publications 2005
Druck und Bindung: Wilhelm + Adam, Heusenstamm

Dieses Buch wurde auf 100% Altpapier gedruckt und ist alterungsbeständig.
Weitere Informationen über unser Umweltengagement
finden Sie unter www.arbor-verlag.de/umwelt.

www.arbor-verlag.de

ISBN 3-936855-00-5

Inhalt

Vorwort	9
Prolog: Frei und ungezwungen – Ein spontanes Vajra-Lied	14
1 Erleuchteter Vagabund	17
Frühe Jahre im Kloster	19
Der Empfang der Kernunterweisungen	23
Flucht aus Tibet	28
Wie ein Traum, wie eine Fata Morgana	32

Unterweisungen

2 Grundlegender Buddhadharma	38
Die Entwicklung der rechten Einstellung	42
Die Macht der Verblendung	44
Das Kultivieren von Bodhichitta	51
Die rechte Sicht entwickeln	59
Der Madhyamaka	60
3 Du bist Dzogpa Chenpo	71
4 Grund, Pfad und Frucht	88
Dem Rigpa begegnen	92
Grund, Pfad und Frucht	96
Die letztgültige Natur des Geistes	101
5 Dzogchen und der tibetische Buddhismus	107

Lieder und Kommentare

6	Der Spiegel der wesentlichen Punkte	120
7	Khenpos Kommentar zu „Der Spiegel der wesentlichen Punkte“	130
8	Der Vajra-Spiegel der Achtsamkeit	158
9	Die Hirschpark-Klausur	160
10	Das Lied der Illusion	164
11	Die heilige Herzessenz der Kernunterweisungen – Ein spontanes Lied für meine Frau	172
12	Der essentielle Sinn	195

Geschichte

13	Die Dzogchen-Übertragungslinie von Nyoshul Khenpo	200
	Wie die Lehren übermittelt wurden	202
	Rigdzin Jigme Lingpa	205
	Die Schüler von Rigdzin Jigme Lingpa	206
	Jigme Gyalwai Nyugu	209
	Patrul Rinpoche	215
	Nyoshul Lungtok Tenpai Nyima	218
	Khenpo Ngawang Palzang	221
	Shedrup Tenpai Nyima	223
	Nyoshul Khenpo	226
	Zeitgenössische Dzogchen-Linien	229
	Termas	230

Die Prophezeiung	234
Die Dzogpa-Chenpo-Übung	235
Linien und Lehrer	237
Ein Langlebensgebet für Nyoshul Khenpo Rinpoche ..	243
Anmerkungen	244
Glossar	246

Grundlegender Buddhadharma

Eine im Königreich Bhutan gegebene Unterweisung

Übersetzt von Lama Matthieu Ricard

Viele Menschen erhalten heutzutage eine moderne Erziehung; sie schärfen ihren Intellekt und erwerben sehr viel Wissen. Sie öffnen ihren Geist für den riesigen Bereich des Wissens der Naturwissenschaften und anderer Disziplinen. Gleichzeitig fragen sich viele von ihnen nach Abschluß ihrer Studien: „Was ist der Dharma?“

Auch wenn wir hier in einem buddhistischen Land leben, haben viele junge Männer und Frauen dieses Landes nie die Gelegenheit gehabt herauszufinden, was es mit dem Dharma auf sich hat und was sie damit anfangen können. Für viele bedeutet Dharma, Initiationen und Segnungen von Lamas zu erhalten, Butterlampen als Opfergabe darzubringen, *Stūpas* und Tempel zu umwandeln, Mönchsroben zu tragen und was dergleichen äußere Aktivitäten mehr sind. So etwas zu tun ist zweifellos verdienstvoll und zeugt von einem allgemeinen Interesse der Menschen für die Religion, aber dies alles sind bloße Zweige des Dharma, sie sind nicht das Wesentliche. Wenn jemand uns eine Ritualvase auf den Kopf stellt, so ist das in der Tat ein Segen, aber das ist es nicht, was wir den heiligen Dharma nennen.

Was also ist zum Dharma notwendig? Um diese Frage beantworten zu können, müssen wir uns zuerst umschaun und über unsere Situation in dieser Welt nachdenken. Wenn wir das tun,

ohne die Augen gegenüber der Wirklichkeit zu verschließen, finden wir einen Hauptpunkt, der allen fühlenden Wesen gemeinsam ist: Leiden und Unzufriedenheit.

Jedermann leidet auf die eine oder andere Weise. Ein Führer hat die Probleme eines Führers, und ein Arbeiter hat die Probleme eines Arbeiters. Wenn Sie einen Führer auf der Straße vorbeikommen sehen, mögen Sie vielleicht denken: „Er hat einen hohen Rang erreicht, er hat ein komfortables Haus, ein schönes Auto und so weiter. Er muß ein glücklicher Mensch sein.“ Aber das ist durchaus nicht der Fall. Dieser Führer leidet. Er befürchtet, seine Position zu verlieren, oder er hat zuviel Arbeit, oder ihn quält das Verlangen, ein Weltenherrscher zu werden, oder seine Familie ist unglücklich, und so weiter. Der Arbeiter muß hierhin und dorthin laufen, bekommt die unangenehmsten Arbeiten zugeteilt und erhält nur wenig Lohn. Selbst der Präsident der Vereinigten Staaten macht sich Sorgen um mangelnde Zustimmung und darüber, daß es ihm nicht gelingt, die ganze Welt zu beherrschen, und so weiter. Selbst wenn es ihm gelänge, würde er immer noch gequält von dem Verlangen, alles unter Kontrolle zu behalten.

Gibt es eine endgültige Lösung für diese Probleme? Es sieht so aus, als gäbe es in der gewöhnlichen Welt keine Lösung. Sie glauben vielleicht, es würde einen Bettler glücklich machen, wenn Sie ihm eine Million Dollar schenkten. Aber weit gefehlt! Wenn er eine Million Dollar bekäme, dann wüßte er vielleicht zu schätzen, daß er nun genug zu essen und anzuziehen hätte, aber jetzt würde er zwei Millionen haben wollen. Niemand ist jemals für längere Zeit mit weltlichem Reichtum und Macht zufriedenzustellen. Das liegt daran, daß weltliche Menschen verblendet sind. Sie wissen nicht, was wahrer Reichtum, authentische Macht und wirklich dauerhafte Befriedigung sind. Wie schon Nāgārjuna sagte: „Zufriedenheit ist wahrer Reichtum.“

Auch ein Reicher kann niemals ganz glücklich sein. Zuerst ist er von der Ansammlung seines Reichtums besessen, später dann davon, ihn zu bewahren und zu vermehren. Und außerdem: Wie viele Menschen liegen in Krankenhäusern danieder,

wie viele sterben Hungers oder in Kriegen? Wie viele Familien werden durch Streit und schließlich den Tod auseinandergerissen? Das mag Ihnen zur Zeit nicht drohen, aber wer weiß schon, was kommt?

Auch wenn die moderne Welt die Naturwissenschaft und Technologie zu einem unvorstellbaren Ausmaß entwickelt hat, gibt es bis heute noch keine Maschine, keinen Trick, keine Pille, die das Leiden beseitigen und dauerndes Glück erzeugen könnte. Doch das Leiden zu beseitigen ist das Anliegen des heiligen Dharma – und es geht dabei nicht nur um die Symptome des Leidens, sondern um dessen Ursache selbst.

Wie kann die Lehre so etwas Edles bewerkstelligen? Der wahre Grund, warum Wesen leiden, ist nicht im Äußeren zu finden, sondern in ihnen selbst. Wir leiden aufgrund unseres Anhaftens, unserer Gier, unseres Zorns, unserer Abscheu, unseres Stolzes, unserer Eifersucht und unserer Verblendung – aller möglicher Geistesgifte. Wahrer Dharma ist deshalb Arbeit am Herzen und am Geist.

Der Geist ist sehr machtvoll: Er kann Leiden erzeugen, aber auch Glück, Himmel und Hölle. Wenn Sie mit Hilfe der spirituellen Lehren und der Übung Ihre inneren Gifte und Ihre widerstreitenden Gefühle unterwerfen und alle kleingeistige Unwissenheit transzendieren, dann kann nichts mehr Ihr Glück trüben. Doch solange diese Gifte in Ihrem Geist verankert bleiben, werden Sie nirgendwo auf der Welt das finden, was Sie sich am meisten wünschen, nämlich Glück. Wohin Sie auch gehen, Ihre eigenen Projektionen und Ihre Verblendung folgen Ihnen.

Am Geist zu arbeiten ist ein sehr weitläufiges Unterfangen; in der Tat ist dies das Thema des gesamten Buddhadharma. Der Hauptgrund, aus dem der Geist seine verblendenden Leidenschaften und intensiven Gefühle erzeugt, ist unser starkes Festhalten am „*Ich, mich und mein*“. Wegen dieses Festhaltens leiden wir, wenn wir nicht alles bekommen, was das „*Ich*“ haben möchte. Wir leiden auch, weil wir Dinge erfahren, die das „*Ich*“ sich nicht wünscht. Dieses Festhalten des Ego können wir nur dann ganz allmählich auflösen, wenn wir wieder und immer wie-

der über die illusorische und substanzlose Natur des Geistes, des Ego, des Ich meditieren. Unter all den Methoden, mit denen man dieses Resultat erzielen kann, ist die Meditation des Bodhi-chitta – selbstlose Liebe und Erbarmen – die tiefste.

Wir brauchen zudem Glaube, Hingabe und Zutrauen. Glaube bedeutet nicht, daß wir blind an die Religion glauben, weil unser Lama gesagt hat, wir sollten das tun. Glaube ist eine echte und freudige Würdigung der grenzenlosen Eigenschaften der Erleuchtung und erleuchteter Wesen, wie der Buddha eines war, und aller anderen männlichen oder weiblichen Erleuchteten. Er ist die Anerkennung des Unterschiedes zwischen einem vollkommen erwachten, erbarmungsvollen Buddha und einem gewöhnlichen Menschen mit all seinen Problemen. Dieser Unterschied besteht einfach darin, daß der Geist eines Buddha erleuchtet und frei von Verblendung ist, während der Geist eines gewöhnlichen Menschen verdunkelt ist. Sich völlig über diesen Unterschied klar zu werden und den tiefen Wunsch zu hegen, das Gewahrsein und die Weisheit eines Buddha zu erlangen, das ist es, was wir Glauben nennen.

Die grenzenlosen Buddhas der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft sind angemessene Objekte unseres Glaubens. In diesem heutigen Zeitalter schenken Sie Ihren Glauben dem Lotosgeborenen Guru, Padmasambhava, und werden seinen Segen empfangen. Er gelobte, sein Erbarmen mit den Wesen dieses dunklen Zeitalters werde schneller sein als das jedes anderen Buddha. Er sagte: „Ich bin dir immer ganz nahe, stehe auf der Schwelle deiner Hingabe.“

Besonders hier in Bhutan begegnet man vielen Zeichen der Segnungen von Guru Rinpoche. Wenn Guru Rinpoche Abdrücke seiner Füße, seiner Hände oder seines Körpers in Paro Taksang, in Tango und in Bumthang Kuje hinterließ, dann nicht, weil er nichts Besseres zu tun hatte oder einfach nur Spaß am Wunderwirken hatte. Er tat es einfach, um sichtbare Zeichen seiner großen spirituellen Fähigkeiten zu hinterlassen und den Lebewesen zu helfen, indem er ihren Glauben und ihre Hingabe inspirierte und der Wahrheit seiner Worte Glaubwürdigkeit verlieh. Wenn

irgend jemand der hier Anwesenden selber die Wahrheit der Botschaft des Buddha bestätigen würde, dann würde er oder sie im gleichen Augenblick Padmasambhava ebenbürtig sein.

Sie sollten den Wert und die Gelegenheit dieser menschlichen Existenz zu schätzen wissen. Geben Sie ihr einen Sinn, sowohl für sich selbst als auch für andere, indem Sie alles zur Entfaltung bringen, was in Ihnen steckt. Glauben Sie, und seien Sie voller Erbarmen und Hingabe. Finden Sie das Glück in sich: Transformieren Sie Ihren Geist, und dann transformiert die äußere Welt sich ganz von selbst in unerschütterliche, todlose Glückseligkeit.

Die Entwicklung der rechten Einstellung

Die erste Voraussetzung dafür, ein geeignetes Gefäß zum Empfang der heiligen Lehren zu sein, besteht darin, die rechte Einstellung zu besitzen und die Lehren auf die angemessene Weise zu empfangen. Wir sollten daran denken, daß es der wesentliche Punkt des Dharma ist, das Herz und den Geist zu berühren. Wenn es beim Dharma darum geht, mit Herz und Geist umzugehen, dann ist es angebracht, wenn wir uns auf eine entsprechende Weise vorbereiten. Um unseren Geist vorzubereiten, sollten wir unsere Einstellung überprüfen. Wie kommen wir dazu, die Lehren zu empfangen? Was erwarten wir von ihnen? Was ist unsere Motivation für das Empfangen der Lehren? Wenn wir die Lehren empfangen, dann ist es wichtiger, über den Sinn dessen nachzudenken, was wir empfangen, als über die Worte selbst. Die Worte mögen sehr schön, gelehrt und poetisch sein, aber das ist nur ein oberflächlicher Aspekt der Lehren. Was wirklich wichtig ist, ist ihre Bedeutung, der tatsächliche Sinn.

Damit wir den Sinn erfassen können, müssen wir unseren Geist zuerst nach innen wenden; wir müssen unsere Motivation überprüfen und für die Lehren empfänglich werden, indem wir unser Herz und unseren Geist öffnen. Es ist sehr wichtig, unse-

ren Geist nach innen zu wenden. Aufgrund von Unwissenheit sind wir seit anfangloser Zeit im Samsāra umhergewandert, wobei unser Geist ständig auf äußere Phänomene projiziert wurde. Deshalb besteht der erste Schritt darin, daß wir uns nach innen wenden, unsere Einstellung überprüfen und im Hier und Jetzt dessen gewahr werden, was der Geist gerade tut, welche Einstellung er hat. Wir werden also, ganz allgemein gesagt, der Funktionsweise unseres eigenen inneren Geistes gewahr.

Wir mögen uns als Buddhisten betrachten. In gewisser Weise ist das gut, weil die buddhistischen Lehren außerordentlich umfassend und gesegnet sind. Allerdings sollten wir in dieser Hinsicht keinen begrenzten und engen Blickwinkel haben. Was bedeutet es, wenn wir uns selbst als Buddhisten betrachten? Ist das nur eine egoistische Weise, auf die wir uns anderen Menschen anderswo auf der Welt überlegen fühlen können? Sind wir wirklich Buddhisten, Bodhisattvas, spirituell Praktizierende – oder ahmen wir einfach unsere Vorfahren nach, ohne mehr als eine oberflächliche Ähnlichkeit mit den wahren Anhängern des allwissenden Buddha zu besitzen? Wir sollten einen sehr offenen Geist besitzen und uns mit all den anderen verschiedenen Dharmas der verschiedenen Religionen und Philosophien dieser Welt beschäftigen und diese kennen lernen. Selbst dieses Wissen wäre dann immer noch ziemlich beschränkt, denn es gibt nicht nur diese Welt, sondern Milliarden anderer Universen. Für jede dieser Welten gibt es aufgrund des Erbarmens des Buddha befreiende Lehren.

Und ebenso wie die Zahl der Wesen unendlich ist, sind es auch die Methoden, welche die fühlenden Wesen zum letzten Ziel führen. Alle diese Lehren sind Hilfen zur Verwirklichung der absoluten Wahrheit, des natürlichen Zustands aller Phänomene, des höchsten Wissens. Aber da verschiedene Wesen verschiedene Fähigkeiten, Neigungen und Strebungen besitzen, gibt es verschiedene Mittel, um sie zum höchsten Begreifen zu führen. Deshalb sollten Sie nicht so engstirnig sein, nur Ihre eigene Religion in Betracht zu ziehen oder auch nur Ihr eigenes Universum, sondern Sie sollten versuchen, sehr offen zu sein und zu

erkennen, daß es unendlich viele verschiedene Wesen gibt und unzählige verschiedene Ansätze und Lehren, die zum letzten Ziel führen. Wir sollten eine unendlich weite und geräumige Einstellung haben und für alle Formen der Wahrheit offen sein, für all die unterschiedlichen Pfade, die Wesen zum letzten Begreifen bringen können.

Die Bedeutung eines derart offenen Geistes besteht darin, daß er uns erkennen läßt, daß es so viele unterschiedliche Manifestationen der Buddhas gibt, um den Bedürfnissen jedes einzelnen fühlenden Wesens zu entsprechen. Die Erleuchteten können sich in so vielen verschiedenen Formen manifestieren, in so vielen verschiedenen Existenzbereichen, weil sie sich in den Dimensionen des Buddha-Geistes – also Dharmakāya, Sambhogakāya oder Nirmānakāya – manifestieren. Alle diese Wege, zum Wohle der Wesen zu wirken, sind letztlich darauf gerichtet, uns die letzte Natur des Geistes verwirklichen zu lassen.

Die Macht der Verblendung

In all diesen unendlichen Universen und unter allen fühlenden Wesen ist der gemeinsame Faktor, daß sie alle einen Geist besitzen, ein Gewahrsein, eine bestimmte Form von Bewußtsein, die sie von unbelebter Materie unterscheidet. Und bei ihnen allen ist der Geist der Macht der Verblendung anheimgefallen. Der beste Weg, den Wesen zu helfen, besteht darin, die Verblendung durch verschiedene geschickte Mittel und Lehren, die zur Verwirklichung der absoluten Natur des Geistes führen, auszuräumen.

Sobald uns einmal die unauslotbare Weite der Zeit und des Raumes bewußt wird, die unendliche Anzahl der Universen, Wesen und Buddhas, erscheint unser eigenes Leben uns so kurz wie ein Blitzstrahl am Himmel. Nicht nur unser eigenes Leben, sondern auch dieses besondere Universum dauert nur einen kurzen Augenblick, auch wenn es schon seit Milliarden von Jahren existiert, denn im Vergleich zur Unendlichkeit des gesamten Kos-

mos ist es nur wie eine kurze Sekunde. Diese weite Perspektive wird uns zu einem lebendigen und sehr gegenwärtigen Gewahrsein der Vergänglichkeit und der Kürze unseres Lebens führen. Außerdem werden wir im Lichte der Unendlichkeit die Mängel und die Begrenztheit dieses konditionierten samsarischen Lebens erkennen. Wenn wir uns dieser unendlichen Weite öffnen, werden wir unserer eigenen Begrenzungen, der Übel der konditionierten Existenz und der Vergänglichkeit deutlich gewahr. Wir sehen, wie kurz unser Leben und wie knapp unsere Zeit ist. Wir sehen, wie begrenzt, engstirnig und kursichtig unsere gewöhnlichen selbstsüchtigen Bestrebungen sind – angesichts der unendlichen, leuchtenden Leere.

Wenn wir in die Strahlen der Sonne schauen, dann sehen wir manchmal winzige Staubpartikeln. Entsprechend der buddhistischen Sichtweise der Materie gelangen wir, wenn wir ein Vierzigstel eines solchen sehr kleinen Staubpartikels nehmen, zu dem grundlegenden Atom oder Molekül. Es heißt, daß es in diesem winzigen Partikel unendlich viele Universen gibt und in jedem dieser Universen gibt es sechs Existenzbereiche – es gibt Höllen, es gibt Existenzbereiche, die dem der Menschen entsprechen, es gibt Götterbereiche und so weiter. Es gibt auch Leiden.

Wenn wir nach der Wurzel dieses Leidens suchen, werden wir sehen, daß es sich aus der Unterscheidung von verblendetem und unverblendetem Geist ergibt. All diese Universen und all die verschiedenen Wahrnehmungen der verschiedenen Existenzbereiche in diesen Universen entstehen aus der Verblendung des Geistes. Der Zweck des Dharma besteht darin, herauszufinden, was genau der unverblendete Geist und was unsere wahre Natur ist. Es ist das, was wir Buddha-Natur oder der Buddha im Inneren nennen.

Es läuft alles auf die Unterscheidung zwischen Verblendung und Nichtverblendung, zwischen Anhaften und Nichtanhaften, zwischen Leiden und absolutem Frieden, Freiheit und Erleuchtung hinaus. Das ist der Grund, warum wir unsere eigene Einstellung überprüfen und unseren gegenwärtigen Bewußtseinszustand untersuchen sollten, wenn wir beginnen, die Lehren zu

empfangen. Was macht unser Geist? Was fühlt er? Ist er abgelenkt, trübe, ungesammelt, oder ist er lebendig, aufmerksam und wach? Ist er bereit, diese tiefgründigen Lehren zu empfangen? Alles wird sich um das innere Verständnis des Geistes drehen oder auf dieses hinauslaufen.

So wie es unzählige Universen und Wesen gibt, so sind auch wir selbst durch zahllose Wiedergeburten, Existenzzustände, Körper, Leben und so weiter gegangen. Immer und immer wieder werden wir wiedergeboren. Warum ist das so? Weil unser Bewußtseinsstrom vollkommen von den Winden des Karma und der Kleshas, der verdunkelnden Emotionen, konditioniert und diesen ausgeliefert ist. All dies hat seinen Ursprung im verblendeten Geist.

Es heißt, daß Samsāra keinen Anfang hat, jedoch ein Ende, nämlich Nirvāna, die Erleuchtung. Und es heißt, daß Nirvāna einen Anfang hat, nämlich Erleuchtung, aber kein Ende. So wie man dem Samsāra keinen Anfangspunkt zuschreiben kann, so kann man auch dem Geist keinen Anfangspunkt zuschreiben. Der Geist hat schon seit je seine sich selbst übertragene Arbeit geleistet, endlos Gedanken zu erzeugen, einen nach dem anderen, Ketten von Gedanken, die uns in der Tat in Ketten legen. Wir können nicht einmal die Gedanken zählen, die wir im Verlauf eines Tages haben, denn ihrer sind zahllose. Wenn wir nur ab und zu versuchen zu meditieren, dann sind wir oft erstaunt über die Menge der Gedanken, die auf uns einströmen. Es hat den Anschein, als gäbe es mehr Gedanken, wenn wir sitzen und meditieren, als unter normalen Umständen. Aber der Schein trügt: Es ist einfach so, daß wir erst dann, wenn wir meditieren, überhaupt erst einmal gewahr werden, wie viele Gedanken wir immer haben, wie sehr unser Geist außer Kontrolle ist und wie sehr uns das Denken versklavt.

Es ist eben aufgrund des Wirkens dieser Gedanken, weil wir diesen Gedanken folgen, daß wir in Rede und Taten tätig werden und als Folge dieser unablässigen Tätigkeiten Karma ernten. Die Kraft des Karma hält den Kreislauf von Geburt und Tod aufrecht und sorgt dafür, daß wir ständig darin kreisen und stän-

dig aufs neue wiedergeboren werden, auf das Rad des Samsāra geflochten. All das geschieht im Grunde als Folge der Verblendung des Geistes. Darum wird es der wichtigste Zweck dieser Dharma-Unterweisungen sein, herauszufinden, was die Natur des nichtverblendeten Geistes ist, und zu untersuchen, wie der verblendete Geist funktioniert.

Nicht nur wir selbst, sondern zahllose Wesen kreisen hilflos im Teufelskreis des Samsāra. Sie erleiden alle aus demselben Grund viele verschiedene Arten des Leidens. All ihr Leiden rührt von der Verblendung des Geistes her. Wenn wir ein Mittel dagegen finden wollen, so gibt es kein anderes Mittel als die Wahrheit, die im Dharma verkörpert ist – alle anderen Methoden müssen versagen. Das ist auch der Grund, warum alle Religionen darauf hinzielen, das Funktionieren des Geistes zu verstehen und den Geist von seiner Verblendung zu befreien, was sie entweder direkt oder indirekt erreichen. Natürlich gibt es einige Aspekte der Religion, die nicht explizit sagen: „Dies soll insbesondere auf deinen Geist wirken und deinem Geist wohl tun.“ Aber ob sie dies nun direkt oder indirekt zum Ausdruck bringen, der Zweck jeglicher Religion ist es, den Geist von seiner Verblendung zu befreien, Frieden und Glück zu finden.

So wie alle Flüsse auf dieser Erde schließlich in den Ozean münden – auch wenn einige auf direktem Wege zum Ozean fließen und andere einen gewundenen Verlauf nehmen oder in andere Flüsse einmünden –, so ist, ob das nun ausgesprochen wird oder nicht, das wahre grundlegende Ziel eines jeden Dharma, sei er nun buddhistisch oder nichtbuddhistisch, Herz und Geist zu transformieren, um letztlich Freiheit von der Verblendung zu erreichen, wahre Transzendenz. Es ist durchaus nicht so, daß alle Religionen genau dasselbe sind, aber dies ist und bleibt der entscheidende Punkt des befreienden Dharma. Manchmal findet man offensichtliche Widersprüche zwischen den äußeren Formen und Manifestationen der verschiedenen Religionen der Welt. So sagen wir zum Beispiel in der buddhistischen Religion, es sei eine sehr schwerwiegende Sünde, zu töten, Leben zu nehmen, während in einigen Bereichen der muslimi-

schen Religion und auch im Hinduismus Ziegen als Opfer dargebracht werden. Aber es gibt in Wirklichkeit mehr Ähnlichkeiten als Unterschiede. Wenn wir all die Religionen der Welt untersuchen, sehen wir das, und wir sollten in der Lage sein, mit deren wirklich grundlegenden Prinzipien übereinzustimmen.

All die verschiedenen Ausdrucksformen und Manifestationen der Suche des Menschen nach ihrem höchsten Gut entstehen aus dem Geist. Die Verblendung des Geistes ist äußerst machtvoll und hat uns sehr stark im Griff. Es ist nicht leicht, diese Verblendung des Geistes aufzulösen, aber das ist das Hauptziel der Dharma-Praxis. Was den ganzen Unterschied zwischen Unwissenheit und Erleuchtung, zwischen Freiheit und Sklaverei ausmacht, ist, ob der Geist verblendet ist oder nicht.

Das gewöhnliche Leben ist wie ein Traum, wie eine Fata Morgana, wie ein Echo. Was wir normalerweise für so ungemein wichtig halten und so bereitwillig glauben, das ist alles illusionär, ohne Substanz und unwirklich. Es wird so leicht zusammengebraut wie unsere nächtlichen Träume. Deshalb sieht ein erwachtes, verwirklichtes Wesen, das die Verblendung des Geistes transzendiert hat, auch unseren gewöhnlichen Zustand der Verblendung als einen Traum an und läßt sich nicht davon einnehmen. Dies ist ein wichtiger Grund dafür, daß er oder sie uns wahrhaft helfen und uns befreien kann.

Was wir leben, ist wie ein langer Traum, ein Traum, der länger ist als die Träume, die wir im Schlaf haben. Aber ob der Traum nur zehn Minuten oder unser ganzes Leben dauert – die illusorische Natur von Träumen ist dieselbe. Wenn wir den langen Traum dieses Lebens kennen und erfahren, dann werden wir nach unserem Tod einen weiteren langen Traum haben – den, daß wir in einen anderen Existenzzustand wiedergeboren werden. So folgt ein langer Traum auf den anderen, solange die Verblendung weiterbesteht.

Es ist die außerordentliche Qualität des Buddhadharma, daß er uns Mittel an die Hand gibt, zu erkennen, daß dieses Leben wie ein Traum ist, daß es ihm an wahrer Existenz mangelt und all unsere egozentrischen samsärischen Ziele relativ bedeutungslos,

sinnlos und unproduktiv sind – daß sie keine Essenz haben und ohne wahre Wirklichkeit sind. Wir werden nicht nur dies erkennen, der Dharma gibt uns auch die Gelegenheit, zu sehen, daß es einen Weg gibt, unsere Verblendung durch geschickte Mittel zu beseitigen und letztlich die Buddha-Natur zu verwirklichen, die völlige Freiheit von Verblendung, vollkommene Freiheit und transzendenter Friede ist. Dies macht den Dharma zur kostbarsten aller Kostbarkeiten, zum Juwel unseres Herzens, denn er ist die einzige Methode, die uns Gelegenheit gibt, die illusionäre Natur der Welt zu erkennen und zur gleichen Zeit über diese Verblendung hinaus zu wahrer Verwirklichung zu gelangen.

Nehmen wir das Beispiel unseres Körpers, um zu verstehen, welche Macht und Stärke die Verblendung haben kann. Zur Zeit ist es ganz selbstverständlich für uns, diesen Körper zu haben, und wir schätzen ihn und hängen sehr daran. Die Sicherheit und Bequemlichkeit unseres Körpers und die Sinnesfreuden gehören zu den Dingen, um die wir uns am meisten kümmern; sie sind ein Hauptobjekt unseres Festhaltens und Anhaftens. Wenn wir jedoch Schritt für Schritt versuchen herauszufinden, wie dieser Körper in die Existenz getreten ist, und zurückgehen zu unserer Jugend, unserem Säuglingsalter und schließlich dem Samen und der Keimzelle von Vater und Mutter, dann sehen wir, daß unser gesamter Körper aus dem Zusammenkommen dieser beiden Samen entstand. Und wie kam es zu diesem Zusammenkommen? Es war die Kraft der Begierde, die ihrerseits aus der Verblendung des vergangenen Karma resultiert. Aufgrund karmischer Konditionierung oder einer karmischen Tendenz war diese Begierde vorhanden. Das erzeugt einen Impuls, erneut in einer konditionierten Existenz Geburt anzunehmen. Die Geistenergie bleibt zwischen dem weißen und dem roten Samen von Vater und Mutter haften, und so entsteht ein Wesen in einem Körper. Dann wächst der Körper; das Bewußtsein individualisiert sich, entwickelt sich und haftet dem Körper an.

Es kommt auch wieder die Zeit, da es ans Sterben geht. Was wird mit dem Körper geschehen? Er wird sich wiederum in nichts auflösen, so wie ein Regenbogen im Firmament ver-