

RELATIVE UND ULTIMATIVE EBENE DER WAHRHEIT

GESPRÄCH MIT KHENPO KARMA NAMGYAL

Khenpo Karma Namgyal ist Bhutanese, hat jedoch die meiste Zeit seines Lebens in Nepal verbracht, wo er seine Ausbildung als Mönch erhielt. Vor einigen Jahren wurde er von seinem Lehrer und Vorgesetzten, Lama Phuntsog Rinpoche, wieder zurück nach Bhutan „abkommandiert“, um dort ein Kloster als Ausbilder zu unterstützen. Und wie das Leben so spielt, wuchs ihm dort vollkommen unbeabsichtigt eine zusätzliche Aufgabe zu, die er nie angestrebt oder auch nur im Entferntesten in Erwägung gezogen hatte: Man brachte ihm einen kleinen Waisenjungen, den niemand wollte. Er brachte es nicht übers Herz, das Kind seinem Schicksal zu überlassen, und nahm es ins Kloster auf. „Das ist ja nicht, als ob einem jemand einen Ball zuspießt, den man dann einfach zurückwerfen kann.“ sagt er. Das sprach sich herum, und so brachte man ihm ein kleines Mädchen, das ebenfalls allein dastand, und dann ging es immer weiter, so dass Khenpo-la die Initiative ergriff und ein Klosterinternat für Jungen und Mädchen gründete, die Karma Legsheyling Foundation. Mittlerweile ist er für über 50 Kinder verantwortlich und kümmert sich in rührender Weise um ihren Unterhalt, ihre Erziehung und Schulausbildung. Keine leichte Aufgabe! Wir sprachen mit ihm über das Weisheits-Herzstück des Buddhismus.

Wie kann uns das Nachdenken über die ultimative Ebene der Wahrheit und ultimatives Bodhicitta helfen – wie z.B. die Anweisungen in der „Geistesschulung in Sieben Punkten“: Betrachte alle Phänomene als Traum.

KARMA NAMGYAL: Lassen Sie mich ein Beispiel geben, wie es hilft, wenn wir die Wahrheit wirklich wissen. An diesem Ort in Spanien, wo ich morgen hinfahre, war ich schon einmal vor zwei Jahren. Man brachte mich in einer Retreat-Hütte unter, gut einen Kilometer weg vom Hauptgebäude. Ich war dort ganz allein auf weiter Flur, woran ich gar nicht gewöhnt bin, aber egal. Während der Nacht weckte mich ein seltsames Geräusch, ein intensives, hartnäckiges Klopfen und Pochen. Erst tat ich das ab. Aber dann kam es wieder. In mir stiegen Gedanken hoch, das könnten vielleicht irgendwelche nicht-menschlichen Wesen sein, sprich Geister – in Asien sind wir sehr darauf getrimmt. Und das Geräusch hörte nicht auf, ein Knacken und Klopfen. Mir war etwas mulmig, und ich begann, Gebete zu machen. Die haben nicht funktioniert. Ich betete weiter... (lacht). Dieses Konzept von Störungen durch Geister, das haben wir wohl in den Genen (lacht). Mich beschlich Furcht. Mantras, Sadhanas etc. nichts half, die Geräusche blieben massiv da. Irgendwann schlief ich dann doch ein, und der Tag ließ mich alles vergessen. Aber dann in der nächsten Nacht gingen die Geräusche wieder los. Am dritten Tag fragte ich dann nach: „Da sind so seltsame Geräusche, was ist denn da los?“ Die Antwort lautete: „Ach das sind bloß die Eichhörnchen, die verstecken da eifrig Nüsse für den Winter...“

Meine ganze Angst beruhte also auf überhaupt gar nichts. Seit ich die Wahrheit kannte, fiel die Angst vollkommen ab. Wie unsinnig, überhaupt Angst gehabt zu haben! Und in einem Moment des Erkennens war sie weg. In der ultimativen Realität sind die Dinge nicht mehr so, wie sie uns erscheinen. Natürlich, wir sind so beschäftigt mit all dem, was unser Leben ausmacht, Glück und Leid, viele Komplikationen. Betrachten wir das Gute und Schlechte, überwiegt am Ende oft das Schlechte, dem wir uns stellen müssen, und da herrscht immerzu große Verwirrung. Aber auf der ultimativen Ebene ist das nicht so, stellt es sich völlig anders dar, ist die gewöhnliche Betrachtungsweise illusionär. Wir müssten nicht so leiden, es sind bloß illusionsgleiche Erscheinungen. Aber das können wir nicht glauben. Und selbst wenn wir es glauben, können wir es noch nicht so sehen, weil wir so gebunden sind an die Gewohnheiten, mit denen wir ins Außen blicken. Wenn wir die Geschichten der großen verwirklichten Meister lesen, dann erfahren wir, dass keine Situation ihnen Schaden zufügen konnte oder sie in Furcht versetzten. Ungleich uns, haften sie an nichts mehr an. Alles bloß eine Art magischer Trick, und daher die Angstlosigkeit.

Die standardmäßige Kritik vieler skeptischer Personen im Westen an der Lehre von der Leerheit ist es, zu sagen: Auch wenn die Dinge nun leer sein mögen, sie erscheinen uns nun einmal nicht so. Zu sagen, sie seien wie eine Illusion, sei selbst wie eine Flucht in eine Scheinrealität. Denn auch wenn sie leer von inhärenter Existenz sind, muss man sich zu ihnen verhalten, so wie sie einem begegnen.



KARMA NAMGYAL: Wer wirklich über Erfahrungen der ultimativen Realität verfügt, auch wenn er oder sie ihre Erfahrung mitteilte, würden die Zuhörer dem keinen rechten Glauben schenken. Selbst jemand wie ich, ein langjähriger Praktizierender- ich sage jetzt mal Langzeit-Praktizierender, aber definitiv nicht perfekter Praktizierender (lacht) – wir haben uns lange Zeit der ultimativen Wahrheit beschäftigt, aber dennoch bleibt da ein Restzweifel. Weil wir keine echte Erfahrung besitzen. Wir halten uns an Gleichnisse. Realisierte Meister tun ihr Bestes, sich unserer Sichtweise anzupassen, um uns zu helfen. So wie Erwachsene, deren Sichtweise sich von der von Kindern unterscheidet, sich auf deren Niveau einlassen, um ihrer Entwicklung zu dienen, mit Spielzeugen und Geschichten usw.

Dankeschön, dass sie uns mit diesem Spielzeug versorgen, die großen Meister, sonst wären wir völlig verloren! (allgemeine Heiterkeit)

Selbst ohne direkte Realisierung der Leerheit und der ultimativen Wahrheit kann die Beschäftigung damit aber doch zumindest helfen, unsere Sicht zu erweitern, die Dramatik bestimmter Situationen zu relativieren. Was meinen Sie?

KARMA NAMGYAL: Ich denke auch, dass das hilft. Wenn zum Beispiel jemand an einer tödlichen Krankheit leidet, aber sich einen packenden Film ansieht, kann er für diese Zeit Kummer und Angst beiseiteschieben, kurzfristig vergessen. Denn für diese Zeit ist der Geist von der Fokussierung auf die Krankheit,

den eigenen Körper etc. abgezogen. Als S.H. der 16. Karmapa die Diagnose seiner tödlichen Krankheit erhielt, hat es ihn nicht beeinträchtigt. Das hing mit Sicherheit von seiner Fähigkeit ab, sich auf den Standpunkt der ultimativen Wahrheit stellen zu können. Ich denke auch, dass Konzentration von großem Nutzen dabei ist.

Mir erscheint es, dass diese umfassende, weite Sicht der Leerheit sehr stark auch der Sicht der Wissenschaft entspricht. Man hat zwar diesen bestimmten Körper aus Fleisch und Blut, voller Wasser, Bio-Moleküle mit vielen komplexen Funktionen, aber auch aus wissenschaftlicher Sicht sind wir Atome, Sternenstaub, der sich unter phantastisch-komplexen Entwicklungen zu diesem temporären Körper-Gebilde meines und anderer Ichs formte, ein Recycling all dieser Bausteine, das wie ein Wunder erscheint. Hat das nicht große Ähnlichkeit mit dem, was Leerheit, die ultimative Wahrheit meint? Es handelt sich ja um eine auffindbare Realität, auch wenn sie schwer zu begreifen ist?

KARMA NAMGYAL: Wir haben so eine starke Anhaftung an unseren physischen Körper, betrachten ihn als Teil unseres Ichs. Dass er uns gehöre, dass er uns ausmache. Diese starke mentale Verbindung zu unserem Körper ist eine große Quelle von Leid. Und wer wirklich Erfahrung mit der ultimativen Wahrheit besitzt, empfindet nicht mehr, dass dieser Körper sein Ich sei. Das starke Greifen nach dem Ich und dem Körper als Teil des Ich, ist nicht mehr vorhanden. Wenn er oder sie auf

diesem Level sich auch verletzt, schneidet oder dergleichen, befällt ihn oder sie keine Panik. Weil sie nicht das Gefühl haben, dass der Körper zu ihnen gehört, sie ausmacht. Wenn z.B. jemand eine Beule in dein Auto fährt, lässt einen das leiden, und man ärgert sich. Fährt jemand einem anderen eine Beule ins Auto, lässt einen das größtenteils kalt.

Trotzdem fällt es schwer, diesen Körper zu betrachten, als sei er das Auto von jemand anderem. (Heiterkeit)

KARMA NAMGYAL: Genau darin liegt das Problem. Wir können unsere Gewohnheit der Sicht nicht aufgeben. In den Geschichten der Mahabodhisattvas wird erzählt, wie sie teilnahmslos ihren Körper geben, ihre Arme, Beine, Fleisch oder den Kopf. Mit unserer starken Anhaftung wäre das nicht möglich.

Besteht nicht auch eine gewisse Gefahr darin, die konventionelle Wahrheit völlig zu ignorieren? Viele buddhistische Praktiken arbeiten mit der gewöhnlichen Sicht; die Entwicklung von Geduld, Großzügigkeit, Ethik, Mitgefühl, Mitfreude und Konzentration, die Vergegenwärtigungen von Körper, Gefühl etc. übt man zunächst auf der Grundlage der konventionellen Wahrheit. Manche würden gerne diese mühsame Ebene überspringen und lieber gleich z.B. Mahamudra praktizieren...

KARMA NAMGYAL: Richtig, das wird in keiner Weise helfen. Natürlich hoffe auch ich, irgendwann die anspruchsvollsten Praktiken auf dem höchsten Niveau auszuüben, und wirklich allen gegenüber Liebe zu empfinden. Aber darum bemühe ich mich nicht jetzt auf dem hohen Niveau, sondern starte auf dem niedrigen Niveau. Ich achte zutiefst die Ebene des relativen Bodhicitta in meinem jetzigen Stadium, viel mehr als die mir noch ferne Ebene des ultimativen Erleuchtungs-Geistes. Es gibt so viele herausfordernde Praktiken des konventionellen Bodhicitta, und wenn wir die nicht meistern, haben wir keine Chance, je die ultimative Ebene zu erreichen. Ultimatives Bodhicitta entsteht nicht, indem man dieses bloß kontempliert. Wir brauchen eine solide Basis der Erfahrung mit konventioneller Praxis, auf der es realisiert werden kann. Es heißt natürlich, dass die Ignoranz gegenüber der ultimativen Wahrheit das Grundproblem ist, aus dem das Greifen nach dem Ego und damit die Leidenschaften entstehen. Aber unser Geist hat die lange Gewohnheit, dass in Bezug auf das Ego Ärger, Hass, Begierde und die ganzen Leidenschaften massiv entstehen. Natürlich muss die Wurzel, Ignoranz, ausgegraben werden, aber genau darin besteht die Schwierigkeit, an die müssen wir erst einmal herankommen. Wir können gar nicht direkt ausmachen, wo die sich befindet., vor lauter Gestrüpp der Leidenschaften. Kon-

zentration, Ethik, Mitgefühl und Bodhicitta wirken ausgleichend und lichten das Dickicht. Bis wir die Wurzel endlich sehen, und ich denke, fast alle Personen müssen erst einmal durch diesen Prozess gehen.

Gibt es vielleicht auch andersherum die Gefahr, dass, wenn man sich ausschließlich auf Praktiken der konventionellen Wahrheits-Ebene stützt, man die ultimative Ebene zu stark ausklammert und nicht erreicht? Oder geschieht es quasi als automatische Reifung, dass man sich durch gewissenhafte Praxis der gängigen Inhalte, Ethik, Konzentration und Mitgefühl unvermeidlich der ultimativen Ebene nähert? Sollten einen diese Praktiken nicht sogar zielsicher dahin bringen?

KARMA NAMGYAL: Ich denke, sie werden einen auf natürliche Weise zu den höheren Praktiken und Einsichten bringen.

Wenn man z.B. wirklich Tong-Len, das Auf-sich-Nehmen aller Belastungen anderer und das Schenken alles eigenen Guten praktiziert, dann muss der Geist sich damit tief auseinandersetzen, was sich aus der langfristigen Praxis immer wieder an Fragen und Problemen ergibt. Und das führt naturgemäß zu Einsichten, oder?

KARMA NAMGYAL: Genau, insbesondere bei der Tong-Len-Praxis zeigen die Verse der Geistesschulung in sieben Punkten zunächst, wo es hingehen soll, die ultimative Ebene, die wir noch nicht verstehen. Und dann die Praktiken der konventionellen, die uns anweisen, wie man dahin kommt! Als Mahayana-Praktizierende setzen wir uns gleich zu Beginn unserer Praxis das hohe Ziel, Bodhicitta, ein Buddha zu werden, um allen Wesen in der besten Weise dienen zu können. Und all die Praktiken, so niedrigschwellig konventionell sie auch sein mögen, widmen wir immer diesem Ziel, damit uns die Reifung unserer Bemühung in unserem Geist allmählich auf diese ultimative Ebene führt. Deshalb ist es relevant, wenn immer darauf hingewiesen wird, dass die Motivation zu Beginn der Praxis wichtig sei, die Ausführung und die Widmung auf das Ziel hin, alle drei Parts wirken zusammen und werden irgendwann zur eigenen Natur.

Vielen Dank für dieses Gespräch! Das Gespräch führten Elisabeth Steinbrückner und Nicola Hernádi

Mehr über das Schulprojekt von Khenpo Karma Namgyal und die Karma Legsheyling Foundation unter <http://www.bhutankl.org>. Hier kann man natürlich auch jederzeit mit Spenden den Kindern viel Gutes tun!