



Die Früchte des Dharma

FRAU BARTZO, DIE DAME AUF DEM TITELBILD, ERZÄHLT VON IHRER DHARMA-PRAXIS

FRÜHER UND HEUTE

Nicht nur, dass die Religion in unserem Land seit früheren Zeiten verbreitet ist, sondern schon von klein auf rezitieren wir in unserer Familie immerzu, wenn wir abends gemeinsam versammelt sind, die Zufluchtnahme-Verse, das Mani-Mantra Om mani padme hum usw. und machen vielerlei Dharma-Praxis. Später, als ich von der Arbeit fort zur Schule ging, habe ich die Religion in meinem Denken bewahrt und früh und spät in der Schule die Zufluchtnahme-Verse gesprochen und Verneigungen gemacht und so etwas.

Früher, vor vielen Jahren, bin ich auch noch morgens früh und abends zum Kloster und zum Stupa gepilgert und habe dort Niederwerfungen gemacht und sie umrundet. Zuhause bringe ich immer das Wasser-Opfer dar, verneige mich und rezitiere täglich eintausendunddrei Mani Mantras, jeweils drei

Mala-Runden die Zufluchtnahme-Verse, drei Runden das Guru-Rinpoche-Mantra und eine Runde das Vajrasattva-Hundert-Silben-Mantra sowie eine Runde das Tara-Mantra, ich habe ja immerzu vielerlei zu bereinigen.

ALLTAGSPRAXIS

Wenn ich gelegentlich hierhin und dorthin unterwegs bin, und dann Wesen sehe, die furchtbar arm dran sind, geistig und körperlich behindert sind usw., versuche ich ihnen wirklich zu helfen, so gut ich es vermag. Und wann immer ich zu solchen Gelegenheiten auch etwas Kleingeld dabei habe, gebe ich es ihnen dann natürlich. Ich spende auch für bedürftige alte Menschen. Im Kloster unterstütze ich die Mönche und Nonnen und stifte Butterlampen und anderes, indem ich etwas in die entsprechenden Spendenkästen werfe. Das mache ich aus dem Grund, weil

mir das Kloster unendlich viel bedeutet. Die Sangha-Mitglieder, die vom Haus in die Hauslosigkeit gezogen sind, und im Kloster leben, dienen den Verstorbenen, den Bardo-Wesen und denen, die in den niederen Bereichen Leid erleben, als Verkörperung der Zuflucht. Ich bin ihnen so unendlich dankbar dafür, dass sie zeigen, was für den Pfad zur Befreiung zu tun richtig ist, und was nicht richtig ist. Und nicht nur das, auch zu mir nach Hause in die Familie kommen die Lamas, Khenpos und Geshe. In ihrer Gegenwart habe ich viele Dharma-Unterweisungen erhalten. Durch die Dharma-Belehrungen erkenne ich nahezu täglich zu vielen Gelegenheiten, wie der Dharma anzuwenden ist. Durch die vielen in ihren Dharma-Vorträgen mit Bezug auf den Dharma erklärten Situationen weiß ich selbst, dass ich immerzu meinen Geist ganz rein, edel und gut halten muss, ihn immer mehr verfeinern muss. Dass ich anderen nicht mit Bösartigkeit begegnen sollte und allen Lebewesen, die es gibt, keinen Schaden zufügen sollte. Stattdessen sollte ich bedenken, dass all diese Wesen mir früher sehr viel Gutes erwiesen haben, ich ihnen zu Dankbarkeit verpflichtet bin und daher ihnen nutzen sollte, so gut ich kann. Und nicht nur das – ich möchte da gar nicht weiter viele Worte machen – es geht darum, sich absolut nicht dazu hinreißen zu lassen, andere zu kritisieren, sie zu unterdrücken und dergleichen. Nachdem ich das weiß, habe ich auch in der Gegenwart des Lamas die Bodhisattva-Gelübde, anderen zu nutzen und niemals zu schaden, abgelegt. Und die Gelübde genommen habend, versuche ich, sie mit allen Mitteln so gut zu bewahren, wie ich kann.

In meinem Geist, wie zuvor gesagt, habe ich dieses Dharma-Verständnis angenommen. So wie ich es erkannt habe, werde ich es immer praktizieren. Und bei all den Dingen, die ich nicht weiß, frage ich dankenswerterweise Khen Rinpoche Geshe Pema Samten und die anderen Lamas. Ihnen gegenüber empfinde ich wirklich sehr große Verbundenheit. Dadurch dass ich mit reinem Geist Dharma praktiziere, werden für mich, zu welchem Ort ich auch immer gehe, Karma als großer Weggefährte, Hilfe leistende Helfer, ein Heim mit gutem Ehepartner, nahestehende Verwandte, die einander allesamt von ganzem Herzen lieben und wertschätzen, zugegen sein.

NUTZEN DER PRAXIS

Was sich im Vergleich zu früher für mich in meinem Geist geändert hat? Ich bin heute so etwas von glücklich und immerzu heiter und gelassen. Die ganze Zeit habe ich im Kopf: eine solche Freude und so ein Glück, das ist wirklich so, wie die Lamas es gelehrt haben. Ich denke, dass dies das Resultat der Dharma-Praxis mit reinem Geist ist. Und ich habe tiefes Vertrauen und bin vollkommen überzeugt: auch in zukünftigen Leben – wenn ich Dharma praktiziere – werde ich in späteren Wiedergeburten kein schweres Leid erleben. Nachdem ich den Sinn und Nutzen und die Kraft meiner eigenen Dharma-Praxis sehe, möchte ich

mit reinem Geist, so gut ich kann, den Dharma, den ich selbst praktiziere, an andere weitergeben. Aber auch wenn ich denke, dass ich andere besonders darin unterstützen muss, ihr Karma zu verbessern, sehe ich andere nicht etwa als Konkurrenten in der Dharma-Praxis an.

Zwischenzeitlich scheint es mir so, als ob durch meine aufrichtige Dharmapraxis wie von selbst, was immer ich mir wünsche, auf vielerlei Weise in Erfüllung geht. Um ein kleines Beispiel zu nennen:

Heutzutage sind durch die Macht des Alters meine Beine nicht mehr so gesund. Wenn ich aufstehen möchte und kein Helfer da ist, fällt es mir schwer, mich zu erheben und alleine aufzustehen.

Heute, als der gute Geshe Pema Samten zu uns ins Haus kam und bei uns blieb, verbrachte ich lange Zeit auf der Toilette und dachte noch: Jetzt geht er, und ich habe ihm keinen Respekt erwiesen. Ich war ja extra draußen zur anderen Toilette gegangen. Und auf dem Weg hatte ich noch gedacht, wenn mir da keiner hilft, dann komme ich da gar nicht wieder heraus, und ich machte mir Sorgen. Aber durch die Güte der kostbaren Drei Juwelen hatten sie in die Toilette einen langen, sauberen Stock hingestellt. Auf den gestützt, konnte ich aufstehen. Und auch zu jeder anderen Gelegenheit an einem anderen Ort, wenn ich gehe, um jemand anderen zu treffen, und mich frage, ob ich ihn denn auch treffen werde oder ob er nicht da sein wird: Nie muss ich lang suchen, und der, den ich wiedertreffen will, kommt vorbei. Ich muss mich nicht viel anstrengen, keine großen Mühen auf mich nehmen, irgendwie fällt mir spontan alles zu. Und dann denke ich: das müssen wohl die Auswirkungen und der Segen der Dharma-Praxis sein!

HOFFNUNGEN

Was meine Hoffnungen sind? Allgemein wünsche ich mir, dass im Kontinuum aller Wesen gute Gedanken, der Erleuchtungsgeist Bodhicitta, aufkommen möge, und dass sie so ihren Geist nach dem Dharma ausrichten und einen heilsamen Geist entwickeln, das ist meine Hoffnung. Und dafür bete ich. Wenn doch alle den Geist des Dharma, den Geist des Heils besäßen! Dann wären in der Welt alle froh und glücklich. Und meine besondere Hoffnung ist, dass die bedeutenden Politiker keine schrecklichen Kriege anfangen und ähnliche Katastrophen entstehen. Und ganz speziell hoffe ich, dass die Kinder in ihren Familien die Eltern nicht schlecht behandeln, sondern von ganzem Herzen ihren Eltern zu Diensten sind, und all die Mühen, welche die Eltern auf sich genommen haben, als die Kinder noch klein waren, vergelten, und mit Liebe und Freundlichkeit fortlaufend für die Pflege und den Lebensunterhalt sorgen, und mit achtingvoller Dankbarkeit immerzu auf die Eltern hören und deren Güte erwidern. Das hoffe ich.