



Geburtlosigkeit

VON GESHE PEMA SAMTEN

In seinem ‚Lobpreis der Zwölf Taten des Buddha‘ verneigt sich *Nāgārjuna* vor der Tat des „Nirvāṇa-Eintritts“ mit den Worten: „...um die Trägen zur Praxis des Dharma anzuhalten, hast du am reinen Ort Kushinagar deinen vajragleichen Körper der Todlosigkeit (Unsterblichkeit) aufgegeben ...“ In diesem Zusammenhang wird die Mahāyāna-Auffassung deutlich, wonach der Buddha zwar den Zustand der Todlosigkeit erlangt hatte, seinen Eintritt in das Nirvāṇa jedoch zeigte, um dem Greifen nach Beständigkeit im Geist seiner Schüler entgegenzuwirken.

Die sogenannte ‚Todlosigkeit‘ haben nicht nur Buddhas sondern beispielsweise auch die hohen Bodhisattvas auf den reinen Bhūmis erlangt. Dennoch sprechen wir davon, dass der Buddha im Kampf gegen die Maras den vollständigen Sieg über alle „Vier Maras“ davongetragen hat. Neben den Maras in Form der (1) sog. Göttersöhne, (2) Aggregate und (3) Kleshas wird vom Mara in Form des „Herrn des Todes“ gesprochen. Dies bedeutet nichts anderes, als fremdbestimmt aufgrund von Karma und Kleshas sterben zu müssen.

Für die meisten Menschen stellt der Tod ein unliebsames Ereignis dar. Als Buddhisten sollten wir uns jedoch fragen, was hinter dem Tod steckt. In seiner Lehre über die *Zwölf Glieder des Abhängigen Entstehens* hat der Buddha verdeutlicht, dass der Tod eine Wirkung von Karma und Kleshas ist. Solange wir unter der Macht unserer Verblendungen und dem daraus resultierenden Karma stehen, werden wir immer wieder unfreiwillig geboren und sterben. Dies stellt das eigentliche Problem dar. Nur weil die meisten gewöhnlichen Wesen Angst vor dem Tod haben, gibt es den ‚Herrn des Todes‘, aber nicht den ‚Herrn der Geburt‘. Aus der Perspektive echter Dharma-Praktizierender ist aber auch der Zustand der „Geburtlosigkeit“ erstrebenswert. Geburt und Tod bedingen sich und sind dahingehend gleich, dass wir diese Zustände im Moment aufgrund von Karma und Kleshas auf fremdbestimmte Weise erfahren. Wenn wir den unfreiwilligen Tod überwinden, werden wir auch eine unfreiwillige Geburt überwinden. Auf dem Weg dahin müssen wir uns von

Karma und Kleshas befreien. Dies stellt kein leichtes Unterfangen dar. Schließlich haben wir seit anfangsloser Zeit destruktive Gewohnheiten entwickelt. Um diese Gewohnheiten zu verändern, bedarf es Mut und Ausdauer.

Gerade der Tod verdeutlicht unsere Unfreiheit, die darin besteht, dass wir unter der Macht unseres Geistes stehen und diesem im Moment ausgeliefert sind. Unser Geist wiederum steht unter der Macht von Karma und Kleshas. Erst wenn wir dieses Machtverhältnis umkehren, werden wir große Fortschritte auf dem Weg zur Todlosigkeit machen können. Der Buddha hat uns glücklicherweise viele Mittel verdeutlicht, mit denen wir Kontrolle über unseren Geist gewinnen und somit die Fähigkeit erlangen können, den Verblendungen kraftvoll entgegenzuwirken. Mittels den Drei Schulungen von Ethik, Konzentration und Weisheit können wir unseren Geist von Karma und Kleshas läutern.

Zuerst müssen wir uns jedoch von falschen Vorstellungen befreien. Wir sterben als Person, sobald sich Körper und Geist trennen. Viele haben die Vorstellung, dass mit dem Tod dann alles aufhört, und er ein endgültiges Ende und Verlöschen darstellt. Im Dharma bezeichnet man mit dem Tod lediglich die Tatsache, dass man den Körper dieses Lebens aufgibt und von ihm getrennt wird. Der Geist wird sich fortsetzen und bildet weiterhin eine korrekte Benennungsgrundlage für die Person. Sobald ein neuer Körper angenommen wurde, wird er für die Zeit des nächsten Lebens eine weitere Benennungsgrundlage für die Person bzw. für das Ich sein.

Unter körperlichen Gebrechen leidend, haben viele auch die Vorstellung, dass man mit dem Tod von dieser Last befreit werden würde. Diese Auffassung verkennt die Tatsache, dass selbst die körperlichen Leiden durch unseren Geist hervorgebracht werden. Solange wir diesen nicht läutern wird er sich in einem ungeläuterten Zustand weiter fortsetzen und erneut Leiden hervorbringen. Wenn wir über diese Zusammenhänge intensiv

nachdenken, halten wir uns nicht zu sehr mit der Furcht vor dem Tod und der Geburt auf, sondern wir nehmen eine weite Perspektive ein, in der es unser Ziel ist, unseren Geist von Karma und Kleshas zu befreien. Schließlich haben wir die Möglichkeit dazu.

Der Buddha verdeutlichte das Wesen unseres Geistes mit der Aussage: „... Der Geist ist nicht Geist. Die Natur des Geistes ist Klares Licht. ...“. Er machte damit deutlich, dass unser Geist eine grundlegende Reinheit aufweist, und die Makel unseres Geistes von vorübergehender Natur sind. Sie haben nicht die Kraft den Geist in seinem grundlegenden Wesen zu beeinträchtigen. Wenn wir uns mit diesem Thema ausführlich auseinandersetzen, gewinnen wir nicht nur Einsicht darin, dass unser Geist zum Guten veränderbar ist, sondern auch Zuversicht in unsere Fähigkeit, diese Veränderung bewirken zu können.

Machen wir uns daran, die Makel unseres Geistes zu läutern sowie unsere heilsamen Potenziale zu entfalten, verlieren für uns auch der Tod und die Geburt ihren Schrecken. Wir gewinnen aufgrund unseres heilsamen Handelns Zuversicht darin, dass es für uns auch nach dem Tod gut weitergehen wird.

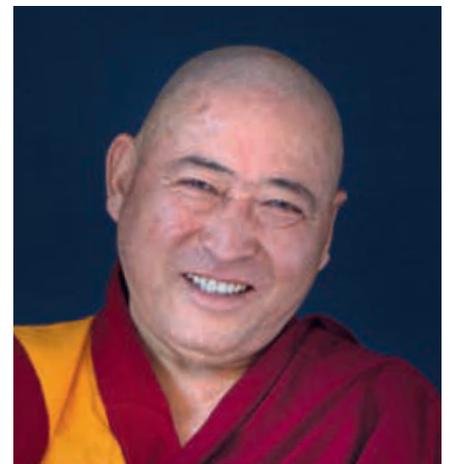
Es macht schließlich einen Unterschied, ob die Geburt durch heilsames oder unheilsames Karma bestimmt wird. Natürlich weist auch eine Geburt im Hohen Dasein noch Makel auf. Dennoch wird die Geburt im Hohen Dasein die Grundlage dafür bilden, uns von diesen Makeln zu befreien. Wenn wir dann auf unserem spirituellen Weg die grundlegende Unwissenheit des Greifens nach dem Selbst und die anderen Kleshas völlig aufgegeben haben, werden wir Geburt und Tod hinter uns lassen.

In der alltäglichen Umsetzung hilft es mir sehr, meinen Geist jeden Morgen mit der Haltung der Zufluchtnahme und des Erleuchtungsgeistes entsprechend auszurichten. So löst sich der Geist vom Haften an den Belangen dieses Lebens. Die Anwendung der Vergegenwärtigung führt dazu, diese Haltung nicht im Lau-

fe des Tages völlig zu verlieren. Indem ich mich im Leben so gut wie möglich heilsam verhalte, bereite ich mich auf den Tod vor. Da wir im Sterben uns von allen Dingen dieses Lebens, wie unseren Freunden, Gütern oder unserem Körper, trennen werden, arbeite ich daran, im Sterben entsprechend loslassen zu können. Ob mir dies gelingen wird, werde ich dann sehen!

Natürlich finden wir in den tantrischen Übungen, wie denen der Erzeugungs- und Vollendungsstufe im Höchsten-Yogatantra, Mittel, die uns helfen können, im Tod das sogenannte ‚Klare Licht‘ zu erkennen. Die Yogis und Yoginis, die im ‚Tugdam‘ (Meditation im Tod) sitzen, schaffen das, und sie verwirklichen Mahamudra im Klaren Licht.

Es ist sehr nützlich, wenn wir Wunschgebete machen, dass uns dies in Zukunft gelingen möge.



Geshe Pema Samten kam 2003 nach Hamburg. Er wurde 1957 in Tibet geboren. 1983 trat er als Mönch ins indische Kloster Sera ein. 1997 legte er die Prüfung zum Lharampa-Geshe ab, besuchte ein Jahr das Gyudmed-Tantra-Kloster und ging dann zurück nach Tibet, wo er seit über 15 Jahren Abt des Dargye-Klosters ist. Er ist ständiger Lehrer im Tibetischen Zentrum.

Aus dem Tibetischen übersetzt von Frank Dick