



# Der Tibetische Buddhismus

## Historische und kulturelle Entwicklung

### vom Council for Religious and Cultural Affairs

An dieser Stelle beginnen wir mit dem Abdruck des ersten Teils einer Darstellung des tibetischen Buddhismus. Die verbleibenden Teile werden in den folgenden Ausgaben von „Tibet und Buddhismus“ erscheinen. Bei dem Text handelt es sich um eine Übersetzung von „Tibetan Buddhism – Past and Present“ vom Council for Religious and Cultural Affairs of H. H. the Dalai Lama, dem „Rat für Religiöse und Kulturelle Angelegenheiten S. H. Dalai Lama, Dharamsala“.

#### Der Buddha: sein Leben und seine Lehre

Der Buddha erschien zu einer Zeit tiefgehender religiöser und geistiger Unruhe. Siddhārtha Gautama, der Buddha, wurde als Sohn König Śuddhodanas von Kapilavastu und der Königin Māyā in den Lumbini-Gärten nahe der Grenze des heutigen Nepals geboren. Das genaue Datum seiner Geburt ist Anlaß zu Kontroversen unter den Gelehrten: Es ist jedoch wahrscheinlich, daß er im Jahre 544 v. Chr. geboren wurde, den väterlichen Palast im Alter von neunundzwanzig Jahren verließ, die Erleuchtung erlangte, als er fünfunddreißig war, und 464 v. Chr. im Alter von achtzig Jahren in das Nirvāṇa einging.

#### Die große Entsagung

Von frühester Kindheit an war Siddhārtha Gautama außergewöhnlich selbstbeherrscht. Obwohl sein Vater ihn davon abzuhalten versuchte, sich der menschlichen Leiden bewußt zu werden, indem er ihn einzig mit Sinnengenüssen umgeben ließ, war Siddhārtha tief beunruhigt. Seine Pein nahm zu, als er während verschiedener Ausfahrten aus dem Palast zunächst einen Greis, dann einen Kranken und schließlich einen Leichnam sah. Er verstand, daß dies eines jeden Menschen Schicksal ist. Bei der letzten Ausfahrt beeindruckte ihn das edle Verhalten eines Weisen mit geschorenem Haupt und dürtigem gelbem Gewand, der hinaus in die Hauslosigkeit

gezogen war. Noch in derselben Nacht entsagte Siddhārtha Gautama seinem bequemen Prinzenleben und machte sich entschlossen auf, um die Mittel zu finden, das menschliche Leiden zu überwinden.

Er studierte zu Füßen der Lehrer Ārāḍa Kālāma und Udraka Rāmaputra, fand jedoch keine angemessenen Antworten auf seine Fragen. Siddhārtha Gautama begab sich dann für sechs lange Jahre in Meditation und unterzog sich dabei einer äußerst strengen körperlichen Zucht. Erleuchtung wurde ihm jedoch nicht zuteil. Letztlich erkannte er, daß die Wahrheit nicht durch Askese allein gefunden werden kann, und entschloß sich, wieder Speise zu sich zu nehmen. Dies hatte zur Folge, daß seine fünf Schüler mit Verachtung von ihm schieden. Von einem Mädchen mit dem Namen Sujātā nahm er eine Schüssel Milchreis entgegen. Nachdem er gebadet hatte, aß er diesen, und wurde so in Körper und Geist gestärkt. Dann setzte er sich unter den Bodhi-Baum und faßte den Entschluß, sich nicht eher wieder zu erheben, bis er die Erleuchtung gefunden hätte. In der Nacht des Vollmondes im Mai wurde er dann der Buddha, der Erleuchtete, der vollkommen Erwachte. Sieben Wochen verweilte er in glückseliger Meditation und überlegte dann, ob er seine Weisheit lehren solle oder nicht.

## Der Lehrer

Der Buddha entschied sich, seine Lehre darzulegen. Denn er erkannte, daß es Schüler gibt, denen dadurch geholfen werden kann. Im Hirschpark zu **Sarnath** begegnete Buddha seinen früheren fünf Gefährten. Dort hielt er seine erste Lehrrede und setzte somit das „Rad der Lehre“ in Bewegung. Er lehrte die „Vier Edlen Wahrheiten“, das heißt, 1.) daß es Leiden gibt, 2.) daß das Leiden Ursachen besitzt, nämlich Unwissenheit, Gier und Haß, 3.) daß es ein Ende **des** Leidens gibt und 4.) daß es einen Pfad zur Beendigung **des** Leidens gibt. Seine fünf Schüler erkannten diese Wahrheit in unterschiedlichem Maße und wurden die ersten Mönche.

Als die Anzahl seiner Anhänger sprunghaft anwuchs, ermutigte der Buddha sie, in die Ferne zu ziehen, um seine Lehren aus Mitgefühl für die Welt zu verbreiten.

Der Buddha selbst wanderte ausgiebig durch das nördliche Indien, wo er alle lehrte, ungeachtet ihrer sozialen Herkunft, ihrer Kaste oder ihres Geschlechts. Zu seiner Anhängerschaft gehörten Mitglieder seiner eigenen Familie, Kaufleute von sagenhaftem Reichtum, Könige wie **Bimbisāra** und **Ajātaśatru** von **Magadha** sowie Leute aus niederen Kasten wie Barbier, Straßenkehrer und Kurtisanen.

Die vom Buddha gegründete Gemeinschaft der Mönche und Nonnen ist als „**Saṅgha**“ bekannt. Anfänglich wurden die Anwärter dazu angehalten, dem weltlichen Leben zu entsagen und Zuflucht zu den „Drei Juwelen“ – Buddha, **Dharma** (der Lehre) und **Saṅgha** – zu nehmen. Später wurden die Regeln in bezug auf Ordination, klösterliche Verwaltung, Kleidung, Speise und Medizin, die alle vierzehn Tage stattfindenden Versammlungen, die Klausur während der Regenzeit und die **monastische** Satzung kodifiziert. Die klösterliche Institution war eines der größten Geschenke **des** Buddhismus an die Welt. Sie formte die Grundlage der geistigen Gemeinschaft in allen buddhistischen Ländern und entwickelte sich zu berühmten akademischen Zentren wie **Nālandā**.

Einige Jahre, nachdem der Buddha

die einer Irrlehre folgenden sechs Meister mit seiner erhabenen **Wunderkraft**, die er während fünfzehn Tagen in **Śrāvastī** offenbarte, bekehrt hatte, drehte er das „Zweite Rad der Lehre“ auf dem Gipfel eines Berges, dem sogenannten „**Geiergipfel**“ nahe **Rā-**



Der Lehrer Buddha Śākyamuni in der Geste der Unterweisung, dem „Drehen des Dharma Rades“

**jagtha**. Eine unermessliche Anzahl von **Bodhisattvas**, **Śrāvakas**, Göttern und **Nāgas** war anwesend, um die zweite wichtige Lehre **des** Buddha zu vernehmen. Bei dieser Gelegenheit legte er seine **letztliche** Lehre dar, die in den **Prajñāpāramitā-Sūtras** oder den Abhandlungen über die Vollkommenheit der Weisheit überliefert ist und deren Essenz die Philosophie der „**Leerheit**“ ist. Ebenso lehrte er das allgemeine System der Pfade **des** Großen Fahrzeuges (**mahāyāna**) und danach – an anderen Orten und zu anderen Zeiten – das **Sūtra des Königs der meditativen Festigung** (**Samādhirāja-Sūtra**), das **Sūtra der Juwelenanhäufung** (**Ratnakūṭa**) und andere **Sūtras** **des** Großen Fahrzeuges, die sich auf das „Zweite Drehen des Rades“ beziehen.

Die **Sūtras** der Vollkommenheit der Weisheit waren die Grundlage für die Philosophie **des** „Mittleren Weges“ (**madhyamaka**), die später von **Nāgārjuna** erläutert wurden.

Später drehte der Buddha in **Vaiśālī** das „Dritte Rad der Lehre“ und lehrte das **Sūtra zur Enträtselung der Gedan-**

**ken** (**Samdhinirmocana-Sūtra**) und **andere** damit verbundene **Sūtras**, welche die Grundlage für die **Cittamātra-Philosophie** oder Nur-Geist-Schule **bildeten** und später von **Asaṅga** und **Va-subandhu** erläutert wurden.

Gleichzeitig mit seiner Darlegung der **Sūtras** über die **Vollkommenheit** der Weisheit auf dem „**Geiergipfel**“ lehrte der Buddha den König von **Śambhala**, **Sucandra**, das **Kālacakra-Tantra** in **Dhānyakaṭaka**, dem heutigen **Amaravati** im indischen Bundesstaat **Andhra Pradesh**. In **ähnlicher** Weise lehrte der Buddha an verschiedenen glückverheißenden Orten dieser Welt – wie **Uḍḍiyāna**, in den **Himmeln** von **Tuṣita**, dem [Götterbereich der] „**Dreiunddreißig**“ und anderen – unzählige **Tantras** der vier Tantra-Klassen. Als er beispielsweise den Himmel der „**Dreiunddreißig**“ besuchte, um seine Mutter, [die in diesem Bereich wiedergeboren war,] während der dreimonatigen Klausur der Regenzeit [in Indien] zu belehren, legte er das **Uṣṇīṣasitātapatrā-Tantra** dar. Als er im **Potala-Himmel** weilte, **erläuterte** er verschiedene **Tantras**

von **Avalokiteśvara**. Und damit König **Ajātaśatru** seine Untat **des** Vaternordes bereinigen könne, lehrte der Buddha das **Vidama-Tantra\***. Diese drei **Tantras** gehören zu der Klasse **des** **Handlungs-Tantra** (**kriyāntāra**). **Aus** der Klasse **des** **Ausübungs-Tantra** (**caryāntāra**) lehrte Buddha das **Vairocana-Abisambodhi-Tantra** und das **Vajrapāṇi-Abhiṣekha-Tantra**. Im **Akaniṣṭha-Himmel** lehrte er das **Vajradhātu-Manḍala-Tantra** – ein **Yoga-Tantra** –, während er gleichzeitig das Erlangen der vollen Erleuchtung in **Bodhgaya** offenbarte.

Die meisten der „**Höchsten-Yoga-Tantras**“ (**anuttarayogatantra**), wie zum Beispiel das **Wurzel-Tantra von Vajrabhairava**, lehrte der Buddha in **Dhānyakaṭaka** in der gleichen Periode, da er das **Kālacakra-Tantra** darlegte.

Das höchste unter den **Tantras** jedoch, der „**König aller Tantras**“, das **Guhyasamāja-Tantra**, wurde im Land **Uḍḍiyāna**, im heutigen **Pakistan**, dem König **Indrabodhi** gelehrt. Von **Indrabodhi** wird berichtet, er habe durch die Ausübung dieses **Tantras** das **letztliche** Ziel der Erleuchtung noch in

demselben Leben erlangt.

In den meisten **Tantras** bezieht man Buddha auf **Vajradhara** und nicht auf **Śākyamuni**; denn er manifestierte seinen „Körper des vollständigen Genusses“, um die erhabenen **Tantra**-Lehren zu geben. Das Annehmen von verschiedenen Gestaltformen, um so den verschiedenen Umständen und Schülern zu entsprechen, wird bereits in der gewöhnlichen Lebensgeschichte des Buddha beschrieben und ist daher nicht etwas, das nur im **Tantrayāna** dargestellt wird.

Nach einem Leben unauflöserlicher körperlicher und geistiger Anstrengung kam der Buddha schließlich nach **Kuśinagara**. Dreimal fragte er seine Anhänger, ob sie noch irgendeine weitere Frage zu stellen hätten. Als er keine Antwort erhielt, sprach er seine letzten Worte: **‘Verfall ist allen zusammengesetzten Dingen innewohnend. Arbeitet mit Fleiß an eurer eigenen Befreiung.’** Danach legte er sich auf die Seite, trat in die weiterführenden Stufen der Höheren Meditation ein und gelangte in einen Zustand des erhabenen Friedens, ins **Parinirvāṇa**.

### Die drei Konzile

Nachdem der Buddha in das **Nirvāṇa** eingegangen war, hielt der **Sanḅha** während der Sommerklausur ein Konzil in **Rājagṛha** ab, das von **Kāśyapa** unter der Schirmherrschaft von König **Ajātaśatru** geleitet wurde. Der Zweck dieses Konzils war es, die Worte des Buddha in „Drei Körbe der Lehre“ (**tripiṭaka**) zusammenzufassen. **Upāli**, der älteste Schüler, rezitierte den Korb der Lehre, der sich auf die ethische Disziplin bezog und als „**Vinaya-Piṭaka**“ bekannt ist. **Ananda** trug den Korb der Lehrreden, das „**Sūtra-Piṭaka**“, vor, und **Kāśyapa** rezitierte den Korb der Lehre über das Höhere Wissen, das „**Abidharma-Piṭaka**“.

Das zweite Konzil wurde 110 Jahre später unter der Schirmherrschaft von König **Aśoka** abgehalten. Es setzte sich aus 700 **Arhats** zusammen und wurde von **Arhat Kīrti\*** geleitet. Sein Zweck war es, eine Gruppe von Mönchen aus **Vaiśālī** aus dem **Sanḅha** auszuschließen. Diese Mönche hatten zehn **Vinaya-Regeln** gelockert.

Etwa 400 Jahre nach Buddha wurde

ein drittes Konzil unter der **königlichen** Schirmherrschaft von König **Kaṇiṣka** von **Jalandhara** abgehalten. Zu diesem **Konzil** kamen 17.000 **Arhats**, **Bodhisattvas** und Gelehrte **zusammen**. Der Zweck dieses Konzils war es, die Authentizität der achtzehn

**keiten** und den unterschiedlichen **Auffassungsgaben** der Menschen zu **entsprechen**.

Mit dem Aufkommen des Großen Fahrzeuges erhielt der Buddhismus eine große Anziehungskraft für die Massen. Seine räumliche Verbreitung war zu jener Zeit ebenso schnell wie bemerkenswert. Zwei große Lehrer, **Nāgārjuna** und **Asaṅga**, werden als die geistigen Väter des **Mahāyāna** angesehen. Um das siebte Jahrhundert n.Chr., ein wenig mehr als ein Jahrtausend nach der Geburt des Buddha, wurde der Buddhismus zu einer fest verankerten kulturellen Kraft in ganz Asien und erstreckte sich bis nach Ceylon, Burma, **Siam**, Kambodscha, Indonesien, China, Korea, Japan und Tibet.

### Die buddhistische Lehre

Das Sanskrit-Wort für eine religiöse **Lehre** ist **Dharma**. Es bedeutet wörtlich: das, was sein eigenes Wesen trägt. Diese Bedeutung bezieht sich auf alle Phänomene. Wendet man dasselbe Wort auf eine religiöse Lehre an, dann bedeutet es eine Entität, die fühlende Wesen aus den Lei-

den des Daseinskreislaufes (**samsāra**) heraushält. Was dieses Bewahren der Wesen vor oder das Heraushalten aus Schwierigkeiten der befleckten Welt bedeutet, wird verschieden interpretiert. Entsprechend den Lehren des Großen Fahrzeuges bedeutet **Dharma**, die Wesen vor allen Hindernissen zu bewahren, die der Erleuchtung oder dem Zustand der Buddhaschaft entgegenstehen. Gemäß den **tantrischen** Lehren heißt **Dharma**, die Wesen vor den gewöhnlichen Erscheinungen zu bewahren. So weist das Wort **Dharma** auf die vollständige buddhistische Lehre von **Sūtra** und **Tantra** hin. Die Essenz der buddhistischen Lehre ist einerseits die ethische Lehre, anderen keinen Schaden zuzufügen, und andererseits, die philosophische Lehre vom Abhängigen Entstehen (**pratītyasamutpāda**). Es zu unterlassen, anderen Schaden zuzufügen, bedeutet das völlige Aufgeben von solchen Gedanken, Worten und Taten, die andere schädigen könnten. Die Lehre von den „**Zehn Heilsamen Handlungen**“ und deren Ausübung sowie die höheren



Der Meister **Nāgārjuna**, einer der Wegbereiter des Großen Fahrzeuges

Gedankenschulen zu belegen, die entstanden waren, da der Buddha in vier verschiedenen Sprachen gelehrt hatte. Zu jener Zeit wurden die Drei Körbe der Lehre in schriftlicher Form aufgezeichnet.

### Das Aufkommen des ‚Großen Fahrzeuges‘

Ungefähr zu Beginn der christlichen Zeitrechnung erreichte der Buddhismus eine entscheidende Phase seiner Entwicklung: das Aufkommen des **Großen Fahrzeuges** oder **Mahāyāna**. Das Ideal des Großen Fahrzeuges ist der **Bodhisattva**, ein Wesen, das aus Mitgefühl mit allen fühlenden Wesen die Erleuchtung zu erlangen wünscht, um sie so aus den Leiden befreien und zur Erleuchtung führen zu können. Die Anhänger des Großen Fahrzeuges betrachten das **Mahāyāna** eher als Weiterführung des Kleinen Fahrzeuges (**hinayāna**) denn als dessen Ersatz. Denn der Buddha lehrte verschiedene Aspekte der Wahrheit zu verschiedenen Zeiten, um den speziellen Fähig-

Lehren über Altruismus sind alle in der grundlegenden Anweisung, **anderen** kein Leid zuzufügen, enthalten.

Die Philosophie **des** Abhängigen Entstehens ist die buddhistische Darstellung **des** eigentlichen Ursprungs und der letztlichen Natur aller Phänomene. Nach buddhistischer Vorstellung liegt der Ursprung **des** Universums und der fühlenden Wesen nicht bei einem unabhängigen Schöpfergott, sondern im Abhängigen Entstehen. Der Buddha legte bei verschiedenen Gelegenheiten unterschiedlich subtile Ebenen dieses Abhängigen Entstehens entsprechend dem Verständnis seiner Schüler dar und gab so wiederum **Anlaß** zu den verschiedenen philosophischen Schulen, die nach seinem Tod aufkamen. Der Buddha lehrte, daß nichts unabhängig existiert. Alles Geschaffene ist von mehreren Ursachen und Bedingungen abhängig; alles ist von einem wahrnehmenden Bewußtsein abhängig; alle Phänomene sind von konzeptuellen Benennungen abhängig; allen Phänomenen fehlt eine unabhängige Natur oder ein unabhängiges Selbst; und alle Phänomene sind leer von **inhärenter** Existenz.

Die **letztliche** Natur aller Phänomene – ihr Leersein von unabhängiger Natur oder inhärenter Existenz – wird Selbstlosigkeit oder **Leerheit** genannt. Ihre konventionelle Natur hingegen ist das abhängige Entstehen oder ihre abhängige Existenz. Alle Belehrungen **des** Buddha, die direkt oder indirekt zu einem korrekten Verständnis der letztlichen Natur der Phänomene führen, sind in seinen Lehren über das Abhängige Entstehen enthalten.

Die Haltung, die es vermeidet, **anderen** Schaden zuzufügen, und das korrekte Verständnis **des** Abhängigen Entstehens stellen den essentiellen Inhalt der buddhistischen Lehre dar.

Eine genaue Untersuchung unseres Lebens und unserer weltlichen Handlungen zeigt, daß wir alle nach Glück streben und Leiden vermeiden wollen. Diese Streben teilen wir selbst mit den niedrigsten Tierarten. Wenn wir unser wertvolles Menschenleben am sinnvollsten nutzen, können wir sehr hohe Ziele erreichen, die Früchte in zu-

künftigen Leben hervorbringen und sogar über das Weltliche hinausgehen können. Weitere Untersuchungen zeigen, daß die Lehre **des** Buddha ein geeignetes Fahrzeug ist, um solche



Der Meister **Asaṅga**, ein weiterer Wegbereiter **des** Großen Fahrzeugs

hohen Ziele zu erreichen.

Um in die Ausübung **des** Dharma, der buddhistischen Lehre, einzutreten, muß man von Herzen Zuflucht beim Buddha, dem **Dharma** und dem **Saṅgha** nehmen. Zufluchtnehmen bedeutet, **daß** man aus Vertrauen den Buddha, den völlig Erwachten, als spirituellen Lehrer oder Leiter annimmt, den **Dharma**, seine Lehre, als den Pfad und den **Saṅgha**, die Gemeinschaft der Buddhisten, als geistige Weggefährten. Ein solches Vertrauen zu entwickeln, ist die Essenz **des** Zufluchtnehmens. Diese grundlegende Geisteshaltung ist es auch, die einen Buddhisten von einem Nicht-Buddhisten unterscheidet.

Viele folgen dem Buddha und seinen Lehren nur aus Respekt und blindem Vertrauen. Der Buddha selbst betonte jedoch, besser noch als blindes Vertrauen sei ein auf klares Verständnis gegründetes Vertrauen, das entsteht, wenn man seine Lehre genau prüft. So können Buddha, **Dharma** und **Saṅgha** auf zwei unterschiedlichen

Ebenen als höchste. Objekte der **Zuflucht** angenommen werden: aus **reinem** Vertrauen und darüberhinaus aus einem Vertrauen, das auf Verständnis gestützt ist. Viele **Schriften** zeigen deutlich, daß man den Buddha nur dann als den höchsten Lehrer unumstößlich zu erkennen vermag wenn man die Gültigkeit seiner Lehren durch die Mittel **des** Studiums, der Untersuchung, Ausübung und Meditation feststellen kann. Bemerkenswert ist auch die Aussage von **Ārya Dharmakīrti**, **daß** es sich bei den Lehren, durch die der Buddha als höchster Lehrer gültig festgestellt werden kann, eher um solche handelt, die den Pfad und die Frucht der Befreiung betreffen, als um die, welche Themen von geringerer Bedeutung, wie die Anzahl der Insekten oder die Abmessungen der Erde, beinhalten.

Ein korrektes Verständnis der Natur von Buddha, **Dharma** und **Saṅgha** ist während **des** gesamten Verlaufs der Ausübung von Bedeutung. Der Buddha, der vollkommen Erleuchtete, hat alle unheilsamen Eigenschaften völlig aufgegeben und alle edlen Qualitäten vollendet. Da er seinen Geist von allen Hindernissen und deren Prägungen befreit hat, ist er allwissend. Der **Dharma**, die heilige Lehre, ist der unbefleckte Zustand der Beendigung von Leiden und **Befleckungen** sowie das System der Pfade, die zu dieser Beendigung führen. Die geistige Gemeinschaft oder **Saṅgha** ist die Gemeinschaft der Heiligen (**ārya**), die teilweise oder vollständig die Edle Wahrheit **des** Pfades und die Edle Wahrheit der Beendigung erlangt haben.

Es gibt vier Gründe, warum nur der Buddha die **letztliche Zuflucht** gewähren kann:

1. Der Buddha ist frei von aller Furcht.
2. Er ist weise und geschickt darin, andere von Furcht zu befreien.
3. Er besitzt allen Lebewesen gegenüber ein starkes und ungeteiltes Mitgefühl.
4. Er hilft allen Lebewesen ohne einen Gedanken an eigenen Nutzen.

Hätte der Buddha die erste Qualität nicht, dann wäre es ihm nicht möglich,

anderen zu helfen. Fehlte ihm die zweite, wußte er nicht, wie den anderen zu helfen wäre. Ohne die dritte Qualität wurde er vielleicht nicht ausnahmslos allen Wesen helfen, und fehlte ihm die vierte Eigenschaft, würde er vielleicht nur denjenigen Wesen helfen, die ihm wieder einen Nutzen erweisen. Da der Buddha jedoch fähig ist, allen anderen zu helfen, ohne dabei auf seinen Vorteil bedacht zu sein, sind auch seine Lehre und die geistige Gemeinschaft, Objekte der Zuflucht.

### Das Gesetz des Karma

Das Sanskrit-Wort **Karma** bedeutet Handlung oder Tat. Das Gesetz des Karma ist eine Hauptstütze der buddhistischen Lehren. Nach buddhistischer Sichtweise leitet sich das Karma-Gesetz aus den grundlegenden Lehren über das Abhängige Entstehen ab. Der Buddha lehrte, daß weder die Leiden noch das Glück des Lebens ohne Ursachen entstehen; auch werden sie nicht von einem Schöpfergott hervorgebracht. Sie werden hingegen von den negativen und positiven Handlungen der Lebewesen selbst erzeugt. Alle Leiden, vom Kopfschmerz bis zu den Torturen in den Höllen, und alle Freuden, von der Erfrischung durch eine kühle Brise bis zu den Glückseligkeiten in den Götterhimmeln, sie alle werden durch unsere guten und schlechten Taten verursacht. Obwohl wir Handlungen mittels Körper, Sprache und Geist durchführen, ist der eigentlich Handelnde dabei das Bewußtsein und unser Denken. Aus diesem Grund ist unser Geist der eigentliche Erzeuger von Karma. Handlungen, die direkt vom Bewußtsein begangen werden, nennt man „beabsichtigende Taten“. Die von Körper und Sprache ausgeführten Handlungen werden „beabsichtigte Taten“ genannt. Ārya Vasubandhu sagt in seinem **Schatzhaus des Höheren Wissens (Abhidharmakośa, 4. Kapitel, Vers 1)**:

**Aus Taten (karma) sind die vielfältigen Welten entstanden. [Tat] ist der Gedanke und das was durch ihn bewirkt wird; Denken ist die Tat des Geistes, und was dadurch verursacht wird, sind die Taten von Körper und Sprache.**

Es gibt vier wichtige Aspekte des Gesetzes von Karma:

1. Bestimmte Handlungen bringen bestimmte, ihnen entsprechende Arten



Das „Rad des Daseins“, die bildliche Darstellung des Kreislaufs von Tod und Wiedergeburt durch die Macht von Leidenschaften (*klesā*) und verunreinigten Taten (*karma*).

von Resultaten hervor.

2. Einmal durch Taten angesammelte karmische Potentiale wachsen von selber weiter an.

3. Eine Tat, die man nicht begangen hat, kann keine Frucht hervorbringen.

4. Einmal durch Taten angesammelte karmische Potentiale brauchen sich nicht von selber auf.

Karma wirkt in unfehlbarer Art und Weise. Es ist unmöglich, ein bestimmtes Resultat zu erleben, wenn seine Ursachen und Bedingungen – das heißt, die entsprechende Tat und die zur Heranreifung des karmischen Potentials notwendigen Umstände – nicht vollständig vorhanden sind. In ähnlicher Weise ist es unmöglich, ein Resultat abzuwenden oder zu verän-

dern, wenn wir erst einmal eine bestimmte Handlung vollständig begangen haben. Heilsame Handlungen bringen Freude und Glück hervor, und unheilsame Taten Kummer und Leid. Es gibt keine Möglichkeit, durch unheilsame Handlungen Glück zu bewirken und durch heilsame Leid. Dies versteht man unter der unfehlbaren Natur von Karma.

Karmische Potentiale multiplizieren sich in einem hohen Maß, wenn ihnen nicht entgegengewirkt wird. Der kleine Pipal-Same kann zu einem riesigen Baum heranwachsen, der fünfhundert Gespanne mit seinem Schatten bedecken kann. Es wird gesagt, daß das Anwachsen oder die Multiplikation des Karma mehrere Millionen Mal

größer ist als das Wachsen eines **Pi-pal-Samenkornes**. Das Vervielfachen unseres guten Karma wird meist durch unsere starken Leidenschaften im Geiste behindert, während das Anwachsen unserer unheilsamen Handlungen meist ungehindert bleibt.

Das dritte charakteristische Merkmal von Karma, welches aus dem ersten ersichtlich wird, ist, **daß** kein Resultat – so geringfügig es auch sein **mag** – heranreift, wenn die entsprechende Handlung nicht begangen wurde. Dies besagt auch, **daß** unter gewöhnlichen Umständen die Resultate von Handlungen, die eine Person begangen hat, nicht auf eine andere Person übertragen werden können.

Das vierte allgemeine Charakteristikum von Karma, das aus dem zweiten Merkmal folgt, bezieht sich auf seine Dauer. Einmal begangene Handlungen – wie unscheinbar sie auch sein mögen – werden irgendwann definitiv eine Frucht hervorbringen, wenn keine Hindernisse dazwischentreten. Unter normalen Bedingungen werden die **karmischen** Potentiale einer Handlung nicht einfach vergehen, ohne **irgendwann** ein Resultat hervorzubringen. Den Wesen ist es aufgrund der starken Hindernisse – den Verblendungen in ihrem Geist – nicht möglich, all die Früchte ihrer guten Handlungen zu erleben. Statt dessen erfahren sie meist die Resultate ihrer schlechten Handlungen; denn sie wenden in der Regel keine Gegenmittel in Form von speziellen Übungen an.

Hat man erst einmal die allgemeinen Charakteristika der **Gesetzmäßigkeit** von Handlungen und ihren Wirkungen verstanden, so wird man im täglichen Leben die Übung **des** Heilsamen und das Vermeiden von unheilsamen Taten verstärken. Die unzähligen negativen **Handlungen** werden in zehn hauptsächlichen Kategorien zusammengefaßt, die in den Schriften die „Zehn Unheilsamen Taten“ genannt werden. Diese sind

1. Töten, Stehlen und sexuelles Fehlverhalten, die wir mit unserem Körper begehen;
2. Lügen, entzweiende Rede, grobe Worte und unnützes Gerede, die wir in unserer Rede begehen; und
3. Gier, Übelwollen und falsche Ansichten, die wir mit unserem Geist begehen.

Jede dieser Zehn Unheilsamen Taten kann drei unangenehme Resultate in der Zukunft erzeugen. So wird man

zum Beispiel aufgrund **des** Tötens in einem leidvollen Existenzbereich wiedergeboren; die eigene Lebensspanne wird kurz sein, wenn man in einem glücklichen Bereich geboren wird, und drittens wird man immer wieder Schaden erleiden. Die Zehn Unheilsamen Taten zu unterlassen, ist die Übung der „Zehn Heilsamen Taten“. Diese zehn lassen ebenfalls jeweils drei gute Resultate heranreifen. Vermeidet man beispielsweise Töten und schützt statt dessen das Leben anderer, so wird man in glücklichen Bereichen wiedergeboren, man wird ein glückliches und langes Leben genießen und Freundschaft und Frieden finden. Kurz, die definitiven Resultate von unheilsamen Taten sind die Leiden der Hölle, der Hungrigen Geister und der Tiere. Diese drei sind alle Existenzformen der leidhaften Bereiche. Die **definitiven** Wirkungen der heilsamen Handlungen sind die Annehmlichkeiten der Menschen und der weltlichen Götter. Diese beiden Existenzen werden in den Schriften die „Höheren Daseinsformen“ genannt. Für die Ausübung **des** Pfades zur Befreiung ist es von entscheidender Bedeutung zu gewährleisten, daß man in den nachfolgenden Leben in solchen Höheren Daseinsformen wiedergeboren wird. Ohne jedoch Heilsames zu tun, wird dies nicht möglich sein. So ist also die Übung von positiven Handlungen die Wurzel und das Fundament nicht nur für die Freuden der höheren Existenzen, sondern auch **für** die der Befreiung.

### Entsagung und Befreiung

Die Übung der Zehn Heilsamen Handlungen **läßt** das Glück der höheren Geburten als Mensch oder weltlicher Gott entstehen. Diese Existenzformen sind zwar wichtig, um die edlen Ziele der Befreiung und der Erleuchtung zu erreichen, sie selbst sind jedoch nicht die letztlichen Ziele. Die weltlichen Genüsse der Götter und Menschen sind nicht nur vergänglich, sondern wurzeln im Leiden und sind auch durch verblendete Gedanken befleckt. Als Umstand und Voraussetzung für Leiden sind sie verkleidete Formen von Leid. Der Buddhismus lehrt, **daß** alle Bereiche innerhalb **des** Daseinskreislaufes (**samsāra**), von den tiefsten Hölle bis zu den höchsten **Götterhimmeln**, einen endlosen Kreislauf von Leiden bedeutet, in dem jedes wirkliche **und** dauerhafte Glück fehlt,

Da der Buddha um diese eigentliche

Natur der weltlichen Existenz **wußte**, lehrte er, **daß** es ohne völlige Abkehr von den weltlichen Interessen und Begierden innerhalb dieses Daseinskreislaufes unmöglich ist, den Pfad der Befreiung zu erlangen. Ein echter und fester Entschluß, sich von all diesen trügerischen Annehmlichkeiten **des Samsāra** abzuwenden, basierend auf der wirklichen Erkenntnis ihrer eigentlichen Natur, wird der Gedanke oder endgültige Wunsch genannt, der nach Befreiung strebt. Ein solches Denken und Streben zu entwickeln, ist von entscheidender Bedeutung, um mit einer wirklichen Ausübung der Lehre zu beginnen.

Befreiung wird als ein Zustand völliger Freiheit von den Fesseln der Leiden (**duhkha**) und der Leidenschaften (**klesā**) **definiert**. Die Pfade zur Befreiung, die im Buddhismus systematisch dargestellt werden, bestehen:

1. aus der Geisteshaltung der Entsagung, welche das Eingangstor bildet,
2. aus dem Übungspfad, der darin besteht, daß man die Leidenschaften im Geist durch die Erkenntnis der Vier Edlen Wahrheiten und entsprechende **Übungen** schrittweise beseitigt, und
3. aus dem daraus resultierenden Erlangen **des Nirvāna**, **des** Zustands jenseits allen Leidens, **des** endgültigen Ziels.

Diese Folge von Lehren, die den Weg zum Erlangen **des** Zustandes der Befreiung darlegen, beziehen sich auf den Pfad einer Person, die mittlere spirituelle Fähigkeiten besitzt.

- diese Namen konnten nicht eindeutig identifiziert werden.

Übersetzung und Zeichnungen vom **Potala** sowie den Meistern **Nāgārjuna** und **Asaṅga** von **Bhikṣu Dschampa Dönsang** (Jürgen Manshardt).

