



THEMA TRANSZENDENZ

FRAGEN AN KHEN RINPOCHE GESHE PEMA SAMTEN

Es heißt, dass man als Buddhist über dieses Leben hinaus auch nächste Leben in seine Sicht einbeziehen sollte. Was bedeutet es in Bezug auf unser Selbst, die Wirkungen von Karma und unsere Existenz, die Perspektive so zu erweitern, dass es nicht nur um dieses Leben geht? Warum reicht es nicht, dass es nur um dieses Leben geht?

KHEN RINPOCHE: Es hat einen großen Nutzen, die Perspektive einzunehmen, dass nicht alles in diesem Leben geleistet werden muss, sondern dass man sich mit Vertrauen sagen kann: es wird ein nächstes Leben kommen, in dem die Früchte meiner Anstrengung reifen werden. Und auch wenn ich in diesem Leben noch nicht viel an Veränderung erreichen konnte, so habe ich die Möglichkeit, im nächsten Leben meine Bemühungen weiter voranzubringen. Schaut man dabei nur auf dieses Leben, kommt keine Stetigkeit in der spirituellen Praxis zustande. Die Resultate des eigenen Handelns treten nicht gleich ein – aber ohne Leben in Folge bedeutete das, dass es keine weitere Option mehr für sich selbst gibt, wo sie zur Reife kommen könnten, und das führt notwendig zu Enttäuschung und

eventuell zu Aufgeben. Mit nur oberflächlicher Überzeugung allerdings ist auch nicht viel gewonnen. Mit fester Zuversicht kann der Geist entspannter bleiben und einfach unbeirrt am Heilsamen weiterarbeiten, selbst wenn die Ergebnisse sich noch nicht in diesem Leben zeigen. Das macht die Praxis stabil. Das Gute, das man tut, geht nicht verloren.

Glauben Buddhisten denn voll und ganz an Wiedergeburt? Müssen sie dann nicht hochmotiviert sich ordinieren lassen und sich nur noch dem Ziel der Befreiung widmen? Die meisten leben doch weiterhin ein normales weltliches Leben.

KHEN RINPOCHE: Die Frage ist berechtigt, aber Nonne oder Mönch muss man nicht gleich werden, das würde wohl auch völlig vermessen sein, denn das zu leben ist sehr schwer und nicht für jeden das Geeignete. Man kann die Überzeugung, dass es künftige Leben gibt, auch nicht daran festmachen. Denn das bedeutet, dass man falsche Erwartungen hat gegenüber dem Erreichen so großer Ziele wie Befreiung, Nirvana. Selbst wenn man sich ordinieren lässt, ist das mitnichten eine Garantie da-

für, dieses Ziel schnell zu erreichen, gar in einem Leben. Selbst als Ordiniertes ändert sich der Geist nicht über Nacht vollkommen, das zu erwarten, wäre völlig unrealistisch und führt nur zu Enttäuschung und Frust. Die Anhaftung an dieses Leben aufzugeben, ist schwierig, auch für Nonnen und Mönche. Praktiziert man ernsthaft, kann es sein, dass sich Früchte schon in diesem Leben zeigen, wenn bereits besondere Voraussetzungen gegeben waren, und man dann sehr intensiv sich bemüht. Man trifft auf wenige Hindernisse, Fortschritte stellen sich andauernd ein – aber das ist eher die Ausnahme. Die Frustration durch zu hohe Erwartungen in Bezug auf hohe Resultate kann vermieden werden, wenn man von vorneherein realistisch von längeren Zeitspannen ausgeht, die ihre Verwirklichung erfordert, und vertrauensvoll einfach konstant den Dharma-Weg geht.

Auf der einen Seite sind wir gewöhnliche Wesen, auf der anderen Seite heißt es, wir besäßen die Buddha-Natur. Aber auch vom wissenschaftlichen Standpunkt aus erscheint unsere Existenz ein großes Mysterium zu sein. Zwei Zellen, die verschmelzen und dann zu so etwas Komplexem wie uns werden – Leben ist nichts, was sich künstlich herstellen ließe. Und dennoch fällt es schwer, diese verwirrenden Tatsachen in Bezug zu unserem gewöhnlichen Selbstverständnis zu setzen, dem Objekt unseres Ego-Greifens. Wenn man sich ärgert, sieht man sich nicht als leere Atomwolke, die man ist, man ist einfach wütend. Und selbst wenn wir die Leerheits-Deutungen der philosophischen Schulrichtungen bis hin zu den Prasangika Madhyamikas studieren, bleibt das so. Wie können wir bewirken, dass das, was wir wissen, unser Selbstverständnis wirklich verändert und dadurch unsere Handlungen weiser macht?

KHEN RINPOCHE: Das ist wahr. Ohne Meditations-Erfahrung wird es nicht gelingen, allein durch unser intellektuelles Wissen unsere Wahrnehmung und Verhalten nachhaltig zu ändern. Trotzdem müssen wir natürlich erst einmal untersuchen, wo der Fehler liegt. Das Wissen über die Fehler der Eigenwahrnehmung, die zu Greifen und den anderen Leidenschaften führt, muss zunächst intellektuell begriffen werden, damit es mit Meditation vertieft werden kann. Unsere menschliche Weisheit vermag das. Dadurch ergibt sich allmählich ein korrektes Erfassen der Realität, aber auch dieses korrekte Erfassen muss weiter durch Meditation vertieft werden. Ein Auswechseln der Sichtweisen geschieht nicht einfach spontan durch Aufnehmen der Information. Der Prozess der Veränderung muss die Gewohnheitsmuster konfrontieren und durch Ausdauer tiefgreifend entwurzeln. So etwas erfordert Hartnäckigkeit in der Bemühung. Es wird der Realität des Vorgangs nicht gerecht, zu glauben, das ließe sich schnell bewerkstelligen. Dass es geht, dafür bin ich selbst ein Beispiel! Wenn ich bedenke, wie jähzornig ich früher war, und wie stark sich das geändert hat – da ist etwas passiert.

FRANK: Aber das Greifen nach dem Ich, das hat sich doch nicht geändert!

KHEN RINPOCHE: Natürlich hat sich das geändert! Früher erschien mir nichts wichtiger als mein Ich. Da hat sich meine Wahrnehmung geändert, definitiv, aber das ist auch nichts, was sich von heute auf morgen ändert. Bei mir war es ein Prozess über viele Jahre, und doch kann ich sagen, dass sich da etwas getan hat, am Greifen und an der Auffassung. Wie gesagt: es erfordert Jahre kontinuierlicher Bemühung – unser Intellekt ist da schneller, aber oberflächlicher. Es ist nicht wie beim Umtausch materieller Produkte, so wie man von einem Haus mit ein wenig Mühe in ein anderes umzieht, oder einen Gebrauchsgegenstand durch einen anderen ersetzt. Shantideva beschreibt es im Bodhicharyavatara, man braucht Achtsamkeit und Wachsamkeit, über einen langen Zeitraum angewandt. Man muss sich selbst prüfen, wie man spricht, handelt, denkt, agiert und sehen wollen, ob es sich im Einklang mit Dharma befindet, und das schonungslos mit Akribie. Umwandlung bedeutet leider nicht, dass die negativen Anteile im Geist gleich verschwunden sind. Wer das erwartet, erntet nur Enttäuschung aus solcher Fehleinschätzung. Dann wäre man bereits ein Arhat, ein Feindzerstörer. Man muss die kleinen Erfolge feiern! Wird Negatives weniger? Dann ist Freude angebracht. Aber man darf nicht glauben, dass der Sieg nun endgültig wäre, sondern muss wissen, dass sich immerhin zumindest die Kräfte zum Positiven hin verschoben haben.

Im Mahayana werden gerne riesige Zahlen verwendet, zahllose Äonen, gigantische Folgen von Zeitaltern und unermessliche Buddhaländer, Abermillionen Milliarden Bodhisattvas, Anfangslosigkeit und Endlosigkeit usw. Und genau diese Anfangslosigkeit und Endlosigkeit trifft angeblich auch auf unser Kontinuum zu. Das Hier und Jetzt wirkt dadurch sehr klein und unbedeutend. Was ist der tiefere Sinn des Spiels mit diesen unermesslichen Erweiterungen, Grenzenlosigkeiten?

KHEN RINPOCHE: Demgegenüber steht die Betonung der Kostbarkeit des Hier und Jetzt unserer kostbaren Menschengeburt. Es ist nun aber nicht so, dass die Verwirklichung der hohen spirituellen Ziele schnell zu bewerkstelligen ist. Im Sutra-System machte der Buddha deutlich, dass es drei Äonen/Weltzeitalter dauert, um sie zu erreichen. Daher braucht es die Sequenz von Leben in einer guten, kostbaren Wiedergeburt, wo man sich durch Bemühen immer weiterentwickelt, Weisheit und Verdienst ansammelt. Schüler, die andere Anlagen haben, denen hat er im Tantra-System dargelegt, dass es auch möglich ist, innerhalb eines kurzen Menschenlebens diese Ansammlungen zusammenzubringen, mittels tantrischer Methodik. Die zeitlichen Fassungen hängen von der Fähigkeit des Geistes ab. Diese ausladenden Zahlen und

Denkweisen entsprechen jedoch vor allem auch dem Geist des Mahayana, dem Großen Fahrzeug. In ihm geht es darum, eine überaus weite Perspektive zu entwickeln, nicht klein und begrenzt zu denken, sondern allumfassend und grenzenlos ausgerichtet in Geist und Verhalten. Der Mahayana-Geist weist diese Weite und Tiefgründigkeit auf, und damit sind die Lehren des Mahayana, die diese Grenzenlosigkeit und Tiefe beinhalten, für die Schüler, die dafür geeignet sind, absolut passend. Wessen Perspektive eher zu Enge neigt und wer es lieber überschaubar hat, ist nicht der Adressat für diese Lehren. Der Buddha lehrt entsprechend der Veranlagung der Schüler – deshalb streben wir Buddhaschaft an, um wirklich maßgeschneidert jedem nach seiner Fassung helfen zu können. Und wenn auch für jedermann passend, helfen diese Mahayana-Lehren mit ihren speziellen Mitteln der Grenzenlosigkeit, Größe und Unermesslichkeit genau dem Geist der Personen, die durch ihre entsprechende große Kapazität davon zu profitieren in der Lage sind.

Mit Blick auf unser kleines persönliches Kontinuum hoffen wir, dass das Negative der Leidenschaften darin völlig beseitigt werden kann, als „wahre Beendigungen“ innerhalb von Kontinuum und dessen Anfangslosigkeit und Endlosigkeit. Könnten wir dann nicht auch das Positive in uns vollkommen beenden?

KHEN RINPOCHE: (lacht) Könnten wir das Kontinuum des Guten beenden? Tun wir das nicht ständig? (lacht) Man muss sehen: Um das Negative zu beenden, das man dringend beenden möchte, muss man enorme Anstrengungen unternehmen, über die besagten Äonen hinweg. Beim Guten gibt es wohl niemanden, der dessen Kontinuum derart hartnäckig bekämpfen würde, denn das wäre völlig gegen das eigene Interesse und Empfinden. Wer will schon seine Liebe, sein Mitgefühl und Großzügigkeit mit aller Macht und Kraft total beenden?

Die totale Beendigung der Leidenschaften ist möglich, das hat der Buddha gelehrt, das macht einen Buddha aus. Er nannte Gegenmittel, um die Hindernisse durch negative Emotionen und Unwissenheit zu beseitigen. Setzt man deren Kontinuum ein Ende durch die ursprüngliche Weisheit? Die Analogie ist, dass der „Same“ verbrannt wird, und so kann aus ihnen nicht wieder etwas entstehen. Die ursprüngliche Weisheit stellt in dieser Metapher das Feuer dar, das derart verbrennt, dass kein Weiterwerden möglich ist. Ein ähnliches Gegenmittel gegen das Positive lehrte Buddha nicht. Die Cittamatras behaupten neben dem Grundbewusstsein (kun gzhi) die Ebene des Leidenschafts-Bewusstseins (nyon yid), welche dann wegfällt und einsinkt in das Grundbewusstsein. Etwas ähnliches für das Heilsame wird nicht behauptet.

Denken wir an die Buddha-Natur, die ja der Samen für die größtmögliche Entwicklung ist, die wir nehmen können: was

kann uns diese Aussage für unsere Lebensausrichtung mitgeben? Wie lässt sich ein Vertrauen darauf aufrechterhalten, wo man im Alltag ständig an seine Grenzen stößt und als gewöhnlicher Mensch immer wieder feststellen muss, dass man kaum Fortschritte gemacht hat? Was kann einen zur Geduld mit der transzendenten Sicht des Dharma in der realen Misere der Gegenwart dauerhaft motivieren?

KHEN RINPOCHE: Allgemein ist dazu unser zuversichtlicher Glaube notwendig. Der motiviert uns, wachsam zu sein, achtsam zu sein, uns dauerhaft zu bemühen. Im normalen Leben brauchen wir auch Glauben an alles Mögliche. Ohne Vertrauen steht man immer nur vor den Dingen, tritt aber nicht wahrhaftig in sie ein, lässt sich nicht voll und ganz auf sie ein, und das bringt einen selbst nicht weiter. Es gibt Gefahren, eine gewisse Skepsis ist angebracht, aber auch die kann ein Hindernis bilden, wenn sie alles Denken und Handeln dominiert. Man will nicht betrogen werden, das ist normal. Aber in Bezug auf die Buddha-Natur besteht keine Gefahr, nicht die Geringste. Es gibt dabei nichts zu verlieren, wenn man, um sie zu entfalten, Liebe, Ethik, Mitgefühl, Großzügigkeit, Geduld etc. entwickelt, und das wird sich zeigen. Lässt sich im Kleinen etwas entwickeln, warum nicht schauen, wie weit diese Entwicklung gehen kann, eventuell bis zur Buddhaschaft? Wie könnte Zurückhaltung hierbei in irgendeiner Weise nützlich sein? Diesem Vertrauensvorschuss gegenüber der Buddha-Natur kann man sich hingeben und wird dadurch nur ein positives Selbstbewusstsein und ein Vertrauen in die eigenen Kräfte gewinnen. Damit wird man gute Erfahrungen machen, die einen darin bestätigen. Die alten Mütterchen in Tibet z.B. haben ein großes Vertrauen, zweifeln bei ihrer Praxis nicht im Mindesten daran. Sie mögen keine Schulbildung haben, verfügen jedoch über viele prägende Erfahrungen durch ihre gutgläubige Hingabe, die wir belächeln mögen. Sie sind nicht mit so vielen Konzepten beladen wie wir, welche ihnen daher keine Hindernisse bereiten. Wir hier haben eine hohe Bildung, was gut ist, aber dadurch neigen wir sehr stark zur Bildung von kritischen Meinungen und Konzepten, die immer wieder alles in Frage stellen – was uns daran hindert, uns auf die Dharma-Inhalte mit ganzer Hingabe einzulassen, obwohl wir ein gewisses Vertrauen durchaus haben mögen. Wir können die Zurückhaltung und skeptische Unsicherheit dadurch nie ganz aufgeben und uns einfach mit vollem Herzen der Praxis dauerhaft widmen. Das ist ein großes Hindernis, das der Entwicklung nicht dient.

Vielen Dank für das Gespräch.

Frank Dick übersetzte aus dem Tibetischen, Nicola Hernádi schrieb es auf.