

Karma und Wiedergeburt in der tibetischen Gelugpa-Tradition

Carola Roloff, M.A.
Universität Hamburg
und Tibetisches Zentrum Hamburg e.V.

Karma und Wiedergeburt in der tibetischen Gelugpa-Tradition

Carola Roloff

Guten Abend verehrte Zuhörerinnen und Zuhörer,

Die meisten unter Ihnen sind vermutlich über die Werbung der AWW auf diese Veranstaltung aufmerksam geworden. In dem Prospekt heißt es, dass in diesem Semester grundsätzliche Themen wie Karma und Wiedergeburt vorgestellt werden, aber auch Spezialentwicklungen. Aufgabe aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer soll es sein, vor dem Hintergrund seiner kultur-spezifischen Sonderentwicklungen einen möglichen Kern des Buddhismus herauszuarbeiten.

Praktizierende Buddhisten fast aller lebendigen Traditionen des Buddhismus sahen sich 1985 vor eine ähnliche Aufgabe gestellt, wenn auch der Zweck ein anderer war. Damals wurde nämlich in Hamburg anlässlich der Gründung der Buddhistischen Religionsgemeinschaft Deutschland das sogenannte „Buddhistische Bekenntnis“ verabschiedet (siehe Anlage 1). Ein Jahr zuvor war von der Deutschen Buddhistischen Union (kurz: DBU) ein Komitee eingesetzt worden, das die Aufgabe hatte, einen Entwurf für ein solches Bekenntnis zu erstellen. Diesem Komitee gehörten Vertreter aller großen Schulrichtungen an, u. a. auch mein Lehrer Geshe Thubten Ngawang vom Tibetischen Zentrum Hamburg und Dr. Hellmuth Hecker von der Buddhistischen Gesellschaft Hamburg. Grund für die Verfassung eines solchen Textes, der sich so nicht in den kanonischen Texten findet, war das Ansinnen, den Buddhismus als Körperschaft des Öffentlichen Rechts anerkennen zu lassen. Dieses Vorhaben wurde später vorerst auf „Eis gelegt“, nicht aber das Buddhistische Bekenntnis. Es ist noch heute zusammen mit einer Präambel der Satzung der DBU vorangestellt.

In der DBU sind alle buddhistischen Traditionen aus Deutschland vertreten. Es sind derzeit 52 Mitgliedsgemeinschaften. Insgesamt sind bundesweit 550 Gruppen bekannt. Grob geschätzt gibt es in Deutschland 100.000 deutsche Buddhisten und 120.000 in Deutschland lebende asiatische Buddhisten. Ich finde es bemerkenswert, dass wir es damals tatsächlich geschafft haben, uns auf einen gemeinsamen Kern zu einigen. Welche Themen beinhaltet nun dieser Kern des Buddhismus nach Meinung seiner Anhängerinnen und Anhänger?

Da ist zunächst

Die dreifache Zuflucht — also die Zuflucht zu Buddha, seiner Lehre (Dharma) und dem Saṅgha (der Gemeinschaft).

Ein weiteres Kernthema sind

Die Vier Wahrheiten der Heiligen — die Wahrheit vom Leiden, seinen Ursachen, seinem Aufhören und dem Pfad dorthin.

Dann folgt ein Absatz über

Die Drei Höheren Schulungen, Ethisches Verhalten, Sammlung und Weisheit.

Zum Ethischen Verhalten findet sich wegen seiner wichtigen Bedeutung noch ein Extra-Absatz mit den fünf Regeln für Laienanhängerinnen und Laienanhänger: Abstand zu nehmen vom Töten, Stehlen, unheilsamen sexuellen Beziehungen, Lügen und berauschenden Mitteln.

Und als letztes folgen als eine Art Kompromiss mit dem Mahāyāna

Die Vier Grenzenlosen Geisteshaltungen — Gleichmut, Mitgefühl, Liebe und Mitfreude.

Bodhicitta, der Erleuchtungsgedanke des Bodhisattvas, wird nicht explizit erwähnt, weil man sich nicht darauf einigen konnte, dass diese Geisteshaltung ein gemeinsamer Kern ist. Auch Karma und Wiedergeburt, die heute Thema meines Vortrags sein sollen, scheinen auf den ersten Blick zu fehlen, sind aber tatsächlich ein allseits akzeptiertes Kernthema. Sie wurden in dem zuständigen Komitee keineswegs kontrovers behandelt, sondern als Selbstverständlichkeit. Indirekt sind sie in den Vier Wahrheiten enthalten, die, wie es hier heißt, besagen:

Das Leben im Daseinskreislauf ist letztlich leidvoll.

Dies ist zu durchschauen.

Karma und Wiedergeburt in der tib. Gelugpa-Tradition

Ursache des Leidens sind Gier, Hass und Verblendung.

Sie sind zu überwinden.

Erlöschen die Ursachen, erlischt das Leiden.

Dies ist zu verwirklichen.

Zum Erlöschen des Leidens führt ein Weg, der Edle Achtfache Pfad.

Er ist zu gehen.

Mit der Annahme der ersten Wahrheit, dass das Leben im Daseinskreislauf letztlich leidvoll ist, akzeptiert man auch, dass es Wiedergeburt gibt. In der zweiten Wahrheit heißt es, dass Ursache der Leiden im Daseinskreislauf Gier, Hass und Verblendung sind. Sobald man unter dem Einfluss solcher Geistesplagen steht, sammelt man negative Handlungen und damit unheilsame karmische Eindrücke.

In der tibetischen Gelugpa-Tradition werden nicht nur die drei Grundübel, Gier, Hass und Verblendung, also die drei *kleśas*, als Ursachen des Leidens genannt, sondern man spricht zusammenfassend von zwei Ursachen: 1. Taten (*karma*) und 2. Geistesplagen (*kleśa*) oder noch genauer von 1. Hervorrufenden Taten (*'phen byed kyi las*) und 2. Geistesplagen (*nyon mongs, kleśa*). Taten oder Handlungen, die mit einer heilsamen Motivation durchgeführt werden, führen zu heilsamen karmischen Eindrücken und dadurch zu Glück. Handlungen, die mit einer negativen Motivation ausgeführt werden, führen zu unheilsamen karmischen Eindrücken und dadurch zu Leid. Aufgrund von heilsamem und unheilsamem Karma, ausgelöst durch die drei Grundübel Gier, Hass und Verblendung bzw. Unwissenheit, kreisen wir unfreiwillig im *bhava-cakra*, dem Daseinskreislauf, auch bekannt unter dem Namen „Rad des Lebens“ oder „Lebensrad“. Seit anfangsloser Zeit ziehen wir aus der Sicht des Buddhismus alle rastlos von einer Existenz in die nächste. Einen „festen Wohnsitz“ gibt es nicht. Als gewöhnliches Lebewesen wandern wir innerhalb der drei Bereiche (*dhātu*), dem Bereich der Begierde, des Körperlichen und des Körperlosen von einem Leben zum anderen. Innerhalb des Begierdebereichs sind wir mal Mensch mal Tier, mal Gott mal Hungeriger Geist usw. Einen Evolutionsgedanken im Sinne der Entwicklung der Lebewesen von niederen zu höheren Formen von Geburt zu Geburt ist dem Buddhismus fremd. Es ist vielmehr ein stetiges, unfreiwilliges Auf- und Ab ohne Gewissheit,

wo man als nächstes Wiedergeburt nimmt. Nur wenn man den Weg zum Nirvāṇa eingeschlagen hat, gibt es Hoffnung, dass man von Leben zu Leben allmähliche Fortschritte gen Befreiung aus dem Daseinskreislauf macht. Eine plötzliche Erleuchtung ohne entsprechende Ursachen, also ohne adäquate Mühe und entsprechende Ansammlung von heilsamem Karma, sei es in diesem oder einem früheren Leben, wird in der Gelugpa-Tradition meines Wissens nicht akzeptiert.

Im Tibetischen Buddhismus ist eine bildliche Darstellung des Daseinskreislaufs oder Rades der Existenzen weit verbreitet (siehe Anlage 2). Sie gehört traditionell an jede Tempeltür. Vor dem Betreten des Tempels soll man durch dieses Bild erinnert werden, den Gedanken der Entsagung, den Wunsch nach Befreiung aus dem Daseinskreislauf zu entwickeln, oder noch besser, im Sinne des Mahāyāna, den Wunsch nach Befreiung zum Wohle aller Lebewesen.

Auf der äußeren Felge des Daseinsrades (s. Anlage 2), dessen einzelnen Bestandteile wir hoffentlich gleich noch in einem Video von einer Multivision sehen können, werden die Zwölf Glieder des Abhängigen Entstehens, auch 12-gliedrige Kette des Bedingten Entstehens genannt, bildlich dargestellt. Im Lexikon der Östlichen Weisheit (O. W. Barth-Verlag 1995, 295) heißt es dazu, diese Kette des Bedingten Entstehens zusammen mit der Anātman-Doktrin bilde den Kern der Lehre aller buddhistischen Schulen. Vom Aspekt der Ansicht her ist das sicher richtig. Man kann den Kern des Buddhismus aber auch vom Aspekt des Verhaltens und der Ansicht her beschreiben. Dann wäre auf der Seite des Verhaltens, auch wenn es dieses Konzept schon in vorbuddhistischen Zeiten gab, das Prinzip der Gewaltlosigkeit (*ahiṃsā*) zu nennen, auf das alle Tugenden aufbauen, und auf der Seite der Ansicht das Abhängige Entstehen (*pratītya-samutpāda*).

Mit dem komplexen Thema Karma und Wiedergeburt könnten wir eine ganze Vorlesungsreihe allein füllen. Heute sollen diese beiden Begriffe aber einmal im Kontext vom Rad des Lebens deutlich gemacht werden. Aus der Sicht der Gelugpa-Tradition ist Wiedergeburt im Sinne von Nāgārjuna als eine kontinuierliche Fortsetzung der Skandhas bzw. Persönlichkeitskonstituenten (*skandha-prāṭisandhiḥ*) und des Nicht-Übergehens (*a-saṅ-kramah*) zu verstehen. Das heißt, die Persönlichkeitskonstituenten (*skandha*), insbesondere das Bewusstsein mit seinen karmischen Anlagen, setzen sich auch über den Tod hinaus, von einem Moment zum anderen fort und verbinden sich wieder mit einem neuen Körper. Dieses Bewusstseinskontinuum ist nicht im Sinne des *ātman*, der beständig, eins und unabhängig ist, zu verstehen, sondern als klare und erken-

nende Substanz, die sich von einem Moment zum anderen verändert und leer ist von inhärenter Existenz. Unbeständigkeit und Leerheit von inhärenter Existenz machen überhaupt erst Fortschritt und Erleuchtung möglich.

Nun zum *karma*. Auch *karma* ist ein sehr komplexes Thema. Es gibt viele Einteilungen von Karma. Die bekannteste ist wohl die Einteilung in *karma*, das heilsam (*kuśala*) und unheilsam (*akuśala*) ist, sowie die Einteilung in Taten des Körpers (*kāya, lus*), der Rede (*vak, ngag*) und des Geistes (*manas, yid*).

Es gibt aber auch noch andere Einteilungen wie die in Beabsichtigende Taten (*cetanā-karma, sems pa'i las*) und Beabsichtigte Taten (*cetayitvā-karma, bsams pa'i las*). Damit sind die Absicht bzw. die Motivation vor und während der körperlichen und sprachlichen Handlungen gemeint.

Weiter gibt es Befleckte Taten (*zag bcas kyi las*), Unbefleckte Taten (*zag med kyi las*) und Taten, die weder befleckt noch unbefleckt sind (*de gnyis gang rung ma yin pa'i las*). Dadurch wird deutlich, dass alle Handlungen eines gewöhnlichen Lebewesens von Leidenschaften motiviert sind, selbst die heilsamen. Unbefleckte Taten gibt es nur bei einem Heiligen, einem Ārya (*'phags pa*). Und Taten die weder befleckt noch unbefleckt sind, sind Taten innerhalb der tiefen, nicht-begrifflichen Meditation eines Heiligen über die endgültige Realität.

Besonders wichtig ist die Einteilung in hervorrufende Taten (*'phen byed kyi las*), verwirklichende Taten (*'grub byed kyi las*) und vervollständigende Taten (*rdzogs byed kyi las*). Hervorrufende Taten sind solche, die ein karmisches Potential schaffen, das eine Wiedergeburt im Daseinskreislauf hervorrufen kann. Verwirklichende Taten bringen ein karmisches Potential zur Reife und vervollständige Taten bewirken nicht die Annahme der Skandhas, wie die ersten beiden, sondern auf deren Grundlage, dass man die verschiedenen angenehmen und unangenehmen Dinge erlebt. Während z.B. eine heilsame hervorrufende Tat eine Geburt als Mensch bewirken kann, ist es möglich, dass dieses Glück durch eine unheilsame vervollständigende Tat wieder eingeschränkt wird, indem man z.B. wenig Besitz hat oder in einem kurzen Leben häufig krank wird.

Darüber hinaus gibt es Taten, die noch in diesem Leben erlebt werden (*mthong chos la myong gyur gyi las*), Taten, die im darauffolgenden Leben erlebt werden (*skye gnas gzhan la myong*

gyur gyi las), Taten, die in irgendeinem späteren als dem darauffolgenden Leben erlebt werden (*lan grangs gzhan la myong 'gyur gyi las*) und Taten, bei denen das Hervortreten der karmischen Frucht unbestimmt ist (*rnam smin 'byin par ma nges pa'i las*).

Desweiteren gibt es Taten, durch die man Glück, Leiden oder Indifferenz erlebt (*bde ba sdug bsngal dang btang snyoms myong 'gyur gyi las*).

Eine andere Einteilung ist die in Verdienstvolle Taten (*bsod nams kyi las*), die eine Geburt in einem glücklichen Dasein des Begierdebereichs hervorrufen, Nicht-verdienstvolle Taten (*bsod nams ma yin pa'i las*), die eine Geburt in einem elenden Dasein hervorrufen, und Unbewegliche Taten (*mi g.yo ba'i las*), die eine Geburt in einem höheren Bereich des Körperlichen oder Körperlosen Daseinsbereichs hervorrufen, usw.

Einige dieser verschiedenen Arten von Karma wurden schon im Vorbereitungsmaterial angesprochen. Alle kann ich heute weder aufzählen, geschweige denn erklären, aber auf eine möchte ich noch etwas näher eingehen: Von dem tibetischen Gelugpa-Meister Jetsün Chökyi Gyaltzen (1469-1544), dem 12. Abt der Klosteruniversität Sera und Verfasser der meisten Seraje-Klostertexte (*yig cha*), wird Karma im Kontext der 12-gliedrigen Kette des Abhängigen Entstehens mit dem zweiten Glied „Gestaltung“ (*'du byed; saṃskāra; Mvy 2243*) gleichgesetzt, auch Gestaltende Tat (*'du byed kyi las; saṃskāra-karma*) genannt. „Gestaltende Tat“ ist synonym mit „hervorrufende Tat“, (*'phen byed kyi las*). Das ist das Karma das hauptverantwortlich ist für eine neue Geburt. Diesen Faktor „Gestaltende Tat“ definiert Jetsün Chökyi Gyaltzen wie folgt:

Der [Abhängige Faktor Gestaltende Tat innerhalb der Zwölf Glieder ist der] Geistesfaktor Wille (*sems pa, cetanā*), der eine spätere Wiedergeburt hervorruft, welche die von dieser [Gestaltenden Tat] hervorgerufene Wirkung ist. Dieser Wille ist motiviert von der Unwissenheit, die zu demselben Zyklus eines Abhängigen Entstehens gehört wie die [Gestaltende Tat] selbst.

Dieses Karma, die Gestaltende Tat oder Hervorrufende Tat, ist also die Ursache für eine spätere Wiedergeburt und die letztliche Ursache für die Gestaltende Tat ist wiederum Unwissenheit. Diesen Faktor Unwissenheit definiert Jetsün Chökyi Gyaltzen wie folgt:

[Der Abhängige Faktor Unwissenheit innerhalb der Zwölf Glieder] ist ein Geistesfaktor, der getrübt ist über die [endgültige] Realität und der die Motivation für eine hervorragende Tat bildet, die zu demselben Zyklus eines Abhängigen Entstehens gehört wie [diese Unwissenheit] selbst.

Letzlich werden also Unwissenheit und Karma als die Wurzel allen Übels gesehen. Und Nirvāṇa, das Aufhören des Leidens, ist nur durch die Beseitigung der Unwissenheit zu erlangen. Wo keine Unwissenheit ist, kann auch kein Karma mehr entstehen. Das direkte Gegenmittel gegen Unwissenheit bzw. das Greifen nach einem inhärenten Selbst, ist die Weisheit, die die Selbst-Losigkeit bzw. die Leerheit erkennt. Diese wird auf dem Pfad des Sehens erlangt und weiter auf dem Pfad der Meditation angewandt, um alle Geistesplagen zu beseitigen. Die unbefleckten Pfade, die in ihrer Natur Bewusstsein sind, der Pfad des Sehens, der Pfad der Meditation und der Pfad des Nicht- Mehr Lernens, bilden die Vierte Wahrheit, die Wahrheit vom Pfad.

Wieso heißt es dann aber, dass der „Achtgliedrige Pfad der Heiligen“ der Pfad zum Aufhören des Leidens ist? In der tibetischen Gelugpa-Tradition wird gelehrt, dass dieser Achtgliedrige Pfad hauptsächlich vom Pfad der Meditation bzw. vom Pfad des Sehens an besteht (es gibt zwei verschiedene Erklärungsweisen). In Haribhadras *Kommentar der Klaren Bedeutung* heißt es:

Bei jemandem, der das Sehen der Wahrheiten vollkommen kennt, wird der Pfad der Meditation entstehen; deshalb [folgt nun] der Pfad der endgültigen Erlösung, der aus den acht Formen des Achtfachen Pfades der Heiligen besteht:
Rechte Ansicht, Rechtes Denken, Rechte Rede, Rechte Handlungsweisen, Rechter Lebenserwerb, Rechte Anstrengung, Rechte Vergegenwärtigung und Rechte Konzentration.

Kommt man auf den Pfad des Sehens, ist man ein Heiliger. Die Beobachtungsobjekte auf dem Pfad des Sehens sind die Vier Wahrheiten in ihrer eigentlichen Seinsweise. Auf dem Pfad der Meditation werden in der Tiefen Versenkung Hindernisse aufgegeben. Die Rechte Ansicht wird in den verschiedenen Lehrmeinungen unterschiedlich erklärt. Es geht vor allem darum, was der direkten Wahrnehmung der Selbst-Losigkeit erscheint bzw. von ihr wahrgenommen wird. Vereinfacht ausgedrückt erscheinen uns nach Ansicht der Prasāṅgika-Mādhyamikas zwei Selbst

— ein Selbst, das es gibt, und ein Selbst, das es nicht gibt. Diese beiden erscheinen uns miteinander vermischt. Allgemein wird das Selbst trotz *anāman*-Lehre und trotz vieler Textpassagen, in denen es heißt, dass es das Selbst nicht gibt (*bdag med*), als existent angenommen (*bdag yod*). Damit ist das Selbst gemeint, das mit der Person (*gang zag, pudgala*) synonym bzw. eins ist (*gang zag dang gcig yin pa'i bdag*). Das Selbst einer Person (*gang zag gi bdag*) dagegen, gibt es genauso wenig wie ein Hasenhorn. Dieses Selbst, das Selbst der Person, ist das eigentliche Objekt der Verneinung. Wenn man die Person auf ihre Leerheit (*stong pa nyid, śūnyatā*) hin untersucht, muss man sich fragen, wovon die Person leer ist, was das Objekt der Verneinung ist. Objekt der Verneinung ist das Selbst der Person. Einem gewöhnlichen Lebewesen erscheinen diese beiden Arten von Selbst, das existente und das nicht-existente, miteinander vermischt. Ein Yogi bzw. eine Yoginī kann dagegen die beiden getrennt voneinander wahrnehmen. Und damit haben wir auch den Bogen zum letzten Vortrag von Frau Dr. Meinert geschlagen. Wie erlangt man Befreiung bzw. die Erleuchtung?

Nāgārjuna erklärt, wie durch die Anwendung der korrekten Ansicht die Befreiung erreicht wird. In seinen *Mūlamadhyamakakārikās* (XVIII, 5) heißt es:

Die Befreiung [ergibt sich] durch das Ende von Taten und Leidenschaften. Taten und Leidenschaften [entstehen] aus [falschen] Gedanken. Diese [entstehen] aus begrifflichen Fabrikationen. Die Fabrikationen aber werden durch die [Erkenntnis der] Leerheit beendet.

Oder in einer wissenschaftlichen Übersetzung von Weber-Borsamer und Back:

Erlösung kommt durch die Vernichtung von Karma und Anhaftungen. Karma und Anhaftungen kommen aus unterschiedlichen Vorstellungen (*vikalpa*), sie kommen aus der begrifflichen Entfaltung (*prapañca*). Die Entfaltung aber wird in der Leerheit vernichtet.

Geshe Thubten Ngawang erklärt diesen Vers wie folgt: „Das wesentliche Merkmal der Befreiung ist die endgültige Beendigung von allen befleckten Taten und Leidenschaften. Befleckte Taten und Leidenschaften ihrerseits entstehen aus falschen Vorstellungen, das heißt den verschiedenen

getäuschten Formen des Denkens. Diese falschen Gedanken entstehen letztlich aus „begrifflichen Fabrikationen“. Diese sind die Begriffsbilder von inhärenter Existenz, die man Personen und Dingen fälschlich zuschreibt. Diese begrifflichen Fabrikationen werden durch die Erkenntnis der Leerheit ausgelöscht. Dies ist der Weg zur Befreiung. Wie der Kommentar zu diesem Vers ausführt, entsteht die Befreiung daraus, dass Taten und Leidenschaften durch die Übung des Pfades zu Ende gebracht wurden. Sind befleckte Taten und Leidenschaften zu Ende gebracht worden, so gibt es keine Geburt mehr; wenn es aber keine Geburt mehr gibt, so gibt es auch kein Altern und keinen Tod mehr (...), und die gesamten Leiden des Daseinskreislaufs finden ein Ende. Wie beendet man nun befleckte Taten und Leidenschaften? Sie werden durch die Meditation der korrekten Erkenntnis der Leerheit beendet. (...) Aufgrund dieses Zusammenhangs werden Taten und Leidenschaften tatsächlich durch die Erkenntnis der Leerheit zu Ende gebracht, und die Befreiung wird erreicht.“

Und damit sind wir bei dem Thema der 12-gliedrigen Kette des Abhängigen Entstehens und ihrer Umkehrung. Die Erklärungen dazu in dem nachfolgenden Video, das für die Lehrer-Fortbildung und den Unterricht in der Oberstufe entwickelt wurde, folgt einer späteren Interpretation der Gelugpa-Tradition und nicht früheren Interpretationen wie sie z. B. Herr Prof. Schmithausen in seiner letzten Lehrveranstaltung „Einführung in den Indischen Buddhismus“ ausführlich dargestellt hat. Mittels dieser Formel oder dem Lehrsatz des Abhängigen Entstehens wird erklärt, wie aus Unwissenheit die Leiden von Geburt, Alter und Tod entstehen und wie durch die Umkehrung, die Beseitigung von Unwissenheit, diesem Leiden ein Ende gesetzt wird und man schließlich Befreiung aus dem Daseinskreislauf erlangt und somit Nirvāṇa erreicht.

Eine Liste der 12 Glieder, die jetzt in dem Video erklärt werden, finden Sie im Handout einmal in der Reihenfolge wie sie vom Buddha im Sūtra vom Reiskeimling (*Śālistambasūtra*, *Sā lu'i ljang pa'i mdo*) gelehrt worden sein sollen, und zum anderen in der Art der Unterteilung bzw. Zusammenfassung nach rJe btsun Choe kyi rgyal mtshan. Diese sollen Ihnen das Mitschreiben ersparen und Ihnen nachher in den Arbeitsgruppen als Gedankenstütze dienen.

Liste der Zwölf Glieder des Abhängigen Entstehens (*Dvādaśāṅga prafīṭya-samutpāda*; *rTen cing 'grel bar 'byung ba'i yan lag bcu gnyis*) in der Reihenfolge wie sie vom Buddha im Sūtra vom Reiskeimling (*Śālistambasūtra*, *Sā lu'i ljang pa'i mdo*) gelehrt worden sein sollen (siehe auch *Mvy* 2242-53)

- 1 Unwissenheit / Unwissen (*avidyā*; *ma rig pa*)
- 2 Gestaltende Tat / Gestaltung / Impuls / Veranlagung (*saṃskāra*; *'du byed*)
- 3 Bewusstsein / Wahrnehmung (*viññāna*; *rnam par shes pa*)
- 4 Name und Körper / Name und Gestalt (*nāma-rūpa*; *ming dang gzugs*)
- 5 Sechs Sinnesquellen / -vermögen (*ṣaḍ-āyatana*; *skye mched drug*)
- 6 Berührung / Kontakt / Sinneseindrücke (*sparśa*; *reg pa*)
- 7 Empfindung / Gefühl (*vedanā*; *tshor ba*)
- 8 Verlangen / Durst (*trṣṇā*; *sred pa*)
- 9 Ergreifen (*upādāna*; *nye bar len pa*)
- 10 Werden (*bhava*; *srid pa*)
- 11 Geburt (*jāti*; *skye ba*)
- 12 Altern und Tod / Altern und Sterben (*jarā-maraṇa*; *rga shi*)

Zeitlich geordnete Darstellung der Zwölf Glieder nach rJe btsun Chos kyi rgyal mtshan (Phar phyin)¹

Hervorrufende Ursachen (*'phen byed kyi rgyu*)

1. Unwissenheit (*avidyā; ma rig pa*)
2. Gestaltende Tat (*saṃskāra; 'du byed*)
3. Bewusstsein (*vijñāna; rnam par shes pa*)

Verwirklichende Ursachen (*'grub byed kyi rgyu*)

8. Verlangen (*trṣṇā; sred pa*) - Mitwirkender Umstand (*lhan cig byed pa'i rkyen; saha-kāri-pratyaya; Mvy 4491*)
9. Ergreifen (*upādāna; nye bar len pa*)
10. Werden (*bhava; srid pa*)

Im Leben danach:

Hervorgerufene Wirkungen (*'phangs pa'i 'bras bu*)

4. Name und Körper (*nāma-rūpa; ming dang gzugs*)
5. Sechs Sinnesquellen (*ṣaḍ-āyatana; skye mched drug*)
6. Berührung (*sparśa; reg pa*)
7. Empfindung (*vedanā; tshor ba*)

Verwirklichte Wirkungen (*grub pa'i 'bras bu*)

- 4a. erster Moment: Geburt (*jāti; skye ba*)
- 4b. danach: Altern und Tod (*jarāmaraṇa; rga shi*)

¹ Quelle: rJe btsun Chos kyi rGyal mtshan: *Ein Vergnügungssee für den König der Nāgas: Allgemeine Bedeutung des Abhängigen Entstehens (rten 'brel gyi spyi don klu dbang gi rol mtsho)*. Der Text gehört zu den Studien über die *Sūtras der Vollkommenheit der Weisheit (prajñāpāramitā, sher phyin)*. Dementsprechend folgen die Erklärungen hauptsächlich dem System der *Svātantrika-Mādhyaṃika*-Schule.

DAS RAD DES LEBENS (Text des Videos)

Vor mehr als zweieinhalb tausend Jahren lebte ein Mensch, der allumfassende Erkenntnis und Weisheit erlangte, und sich dadurch von allen Arten des Leidens befreite.

Er wurde als Sohn eines Königs geboren und hieß **Siddharta**.

Unter dem Bodhibaum fand er in tiefer Meditation die Erkenntnisse, die man Erleuchtung nennt. Fortan wurde er ein **Buddha**, ein **Erwachter** genannt.

Im indischen **Rajagrha** lebte zu jener Zeit **König Bimbisara**. Dieser war von den Erkenntnissen des Buddha so überzeugt, daß er ihn bat, sein Lehrer zu sein.

Eines Tages erhielt Bimbisara von dem befreundeten **König Udrayana** ein kostbares Geschenk. Um dieses Geschenk angemessen zu erwidern, bat er den Buddha um Rat.

Durch seine allumfassende Weisheit sah der Buddha, daß Udrayana Verständnis für die Lehre aufbringen würde. Er gab deshalb die Anweisung, ein besonderes Bild zu malen, in dem seine Lehre umfassend dargestellt ist.

Mit großer Dankbarkeit nahm Udrayana das Bild entgegen, hörte die Erklärungen des Buddha und begann zu erkennen.

Das zentrale Motiv ist ein Rad, das **Yama**, der Herr des Todes, mit Zähnen und Klauen hält. Dieses wilde Wesen illustriert die Unbeständigkeit. Sämtliche Produkte unseres Daseinskreislaufs sind ihr ausgeliefert.

Das Rad selbst zeigt in vielen Allegorien, die logisch miteinander in Verbindung stehen, Aspekte unseres Lebens die wir immer wieder erfahren müssen.

Der Kern der Lehre Buddhas sind die

Vier Wahrheiten der Heiligen

1. Die wahren Leiden

Das Leben im Daseinskreislauf ist unvollkommen und letztlich Leiden.

2. Die wahren Ursachen

Die Ursache des Leidens liegt im Bewußtsein der Wesen: Gier, Haß und Verblendungen.

3. Die wahren Beendigungen

Wenn die Leidensursachen überwunden werden, entsteht das

dauerhafte Glück, das Nirvana.

4. Die wahren Pfade

Der Weg zur Leidfreiheit ist die Übung von

**Ethik
Meditativer Konzentration
und Weisheit**

Das Leiden im Daseinskreislauf wird zwischen den Speichen und in der Felge des Rades gezeigt:

Im Kreis der sechs Daseinsbereiche und im Kreis der 12 Glieder des Abhängigen Entstehens.

Doch wodurch entsteht das Leiden?

Wo hat es seine Ursache?

In der Nabe des Rades können wir beginnen, danach zu forschen.

Drei Tiere symbolisieren das, was unseren Geist verblendet und verwirrt.

Der **Hahn** ist das Symbol für **Gier**.

Die **Schlange** stellt den **Haß** dar und

Das **Schwein** die **Unwissenheit**

Von diesen drei Geistesgiften ist die Unwissenheit die tiefste Ursache dafür, daß sich das Rad der Existenzen weiterdreht.

Welche Unwissenheit ist hierbei gemeint?

Es ist die getäuschte Vorstellung davon, wie die Phänomene, z.B. die Dinge und die Menschen, existieren. Allzugerne verdrängen wir, daß alles, was uns umgibt, sich ständig wandelt. Auch wir verändern uns ständig und befinden uns in einer vielschichtigen Abhängigkeit.

"Alles, was der Bedingung des Entstehens unterworfen ist, das ist auch der Bedingung der Vergänglichkeit unterworfen"

Ist die Lehre des Buddha deswegen als lebensfeindlich zu betrachten? Ganz im Gegenteil. Es geht darum, den Stellenwert der Dinge richtig zu erfassen. Es sollen mit den Dingen und Menschen

keine Hoffnungen verbunden werden, die diese nicht erfüllen können.

Was geschieht, wenn wir das Gesetz der Unbeständigkeit aus unserem Bewußtsein verdrängen?

Was geschieht, wenn wir nicht wahrhaben wollen, daß die Dinge, von denen wir uns Glück versprechen, der Vergänglichkeit unterworfen sind?

Weil wir diese Zusammenhänge übersehen, beginnen wir, den Dingen und Menschen übertriebene Eigenschaften zuzuschreiben und uns stark an sie zu hängen. Alles was unserem vergänglichen Glück im Wege steht, lehnen wir ab und beginnen es im Extremfall sogar zu hassen.

Können Handlungen, die von Begierde oder Haß getragen werden, Positives bewirken?

Karma bedeutet Handlung. Jede abgeschlossene Handlung hinterläßt ein Potential im Geist, das solange gelagert bleibt, bis es durch entsprechende Bedingungen zur Reifung gebracht wird und seine Wirkung zeigt. Dieser geistige Eindruck ist die Ursache einer zukünftigen Wirkung von Glück oder Leid. Schlechte Taten führen zu Leid, gute Taten zu Glück. Die geistigen Eindrücke gehen auch mit dem Tod nicht verloren. Das Bewußtsein ist Träger der Potentiale, die durch heilsame und unheilsame Handlungen hervorgerufen werden. Nach buddhistischer Auffassung besteht das Bewußtsein in einem **Kontinuum**, das sich von Moment zu Moment verändert und seit anfangsloser Zeit Existenz um Existenz durchläuft.

In diesem **Bewußtseinskontinuum** werden diese Samen oder Potentiale gelagert, bis die Umstände günstig für den Vorgang des Reifens und der Entfaltung sind.

Handlungen können gute, schlechte oder neutrale Potentiale hinterlassen. Es handelt sich hierbei um ein Naturgesetz, eine äußere strafende oder belohnende Instanz wird verneint. Glück und Leid werden durch unser eigenes Handeln bestimmt.

Der Nabenkranz ist zweigeteilt. Im dunklen Teil wird dargestellt, wie sich die Wesen durch ihre unheilsamen Taten auf eine Geburt in leidvollen Daseinsbereichen hinbewegen. Im hellen Teil bewegen sie sich durch heilsames Wirken einer Geburt in glücklichen Daseinsbereichen entgegen, diese sind aber noch nicht die endgültige Befreiung.

Innerhalb des Rades des Lebens sind alle Wesen dem Leiden unterworfen. Hier gibt es keine Beständigkeit und keine dauerhafte Ruhe. Die Wesen irren von Existenzform zu Existenzform.

In welchen Bereichen des Daseinskreislaufs können die Wesen Gestalt annehmen?

Es werden sechs Bereiche genannt:

1. Bereich der weltlichen Götter
2. Bereich der weltlichen Halbgötter
3. Bereich der Menschen
4. Bereich der Tiere
5. Bereich der Hungrigen Geister
6. Bereich der Höllenwesen

Wir haben keine Freiheit einen dieser sechs Daseinsbereiche zu wählen. Wo wir wiedergeboren werden, hängt von unserem Karma ab.

Im Bereich der Menschen leben zu können ist ein besonders glücklicher und seltener Umstand. Nur als Mensch ist es möglich, die Mittel anzuwenden, um sich aus dem Daseinskreislauf zu befreien. Die Wesen in den glücklichen Bereichen haben keine Motivation sich zu befreien, da sie keine Leiderfahrung kennen. In den niederen Existenzformen sind die Leiden so stark, daß die Geschöpfe den Kreislauf nicht beenden können. Sie sind nicht fähig die Unwissenheit als die treibende Kraft im Samsara zu erkennen und diese zu überwinden.

In der **Folge** des Rades werden die 12 Glieder des Abhängigen Entstehens dargestellt. Hier erkennen wir, wie die einzelnen Aspekte miteinander verknüpft sind und sich gegenseitig bedingen.

Im ersten Bild wird die **Unwissenheit** symbolisiert. Ein **blinder Mensch** tastet sich unsicher durch die Welt. Unwissenheit ist ein den fühlenden Wesen angeborener Geisteszustand. Sie ist die Täuschung über die endgültige Existenzweise der Phänomene, nämlich ihre Leerheit von einer eigenständigen Existenz. Obwohl die Dinge, und insbesondere die eigene Person, nicht unabhängig existieren, erscheinen sie den Unwissenden so, als existierten sie aus sich selbst heraus.

Die nächste Allegorie zeigt einen **Töpfer**, der das **gestaltende**

Handeln aus dem Zustand der Unwissenheit heraus symbolisiert. Hier erzeugen wir die Samen, die im Bewußtsein gelagert werden. Nicht nur durch körperliche Handlungen erzeugen wir diese Anlagen, sondern auch durch unser Sprechen und unser Denken. Heilsame Handlungen, wie die Hilfe, die wir anderen zuteil werden lassen, führen zu einer Geburt in glücklichen Daseinsbereichen. Unheilsame Handlungen wie Töten, führen zu einer Geburt in leidvollen Bereichen.

Unser **Bewußtsein** wird als ein herumspringender **Affe** gezeigt. Der Affe symbolisiert nicht nur das ständige Zuwenden des Geistes zu neuen Objekten, sondern auch das ständige unruhige Springen von Leben zu Leben. Mit Bewußtsein ist hier das Bewußtsein in seiner subtilsten Form gemeint, das auch über den Tod hinausgeht, karmische Eindrücke transportiert und sich mit einem neuen Körper verbindet.

Wenn wir sterben, lösen sich die **geistigen Aggregate**, das sind das
subtilste **Geistige Bewußtsein**,
die Empfindung,
die Unterscheidung und
die gestaltenden Faktoren,
vom Körper ab und treten ein in einen sogenannten Zwischenzustand. Die körperlichen Elemente und die größten Bewußtseins Ebenen vergangener Existenzen lösen sich im Tod auf. Zur Zeit der Empfängnis verbinden sich die subtilen geistigen Aggregate mit dem neuen **Körper**, wie ein Passagier ein Boot besteigt, um sich über den Strom des neuen Lebens zu bewegen.

Im Mutterleib werden die **sechs Sinneskräfte** der neu angenommenen Existenzform wieder vollständig ausgebildet. Das sind die sechs subtilsten Sinnesorgane, die mit dem Auge nicht wahrgenommen werden können: Es sind dies

- die Sinneskraft** - des Auges
- des Gehörs
- der Nase
- der Zunge
- des Körpers und
- des Geistes

Diese werden durch ein **leeres Haus** mit sechs Fenstern

karmische Potential für eine neue Existenz ist voll herangereift. Das Wesen geht nun in einen Zwischenzustand, der eine Vorstufe der neuen Existenz ist. In welcher Existenzform das Wesen wieder Gestalt annehmen wird, ist zu diesem Zeitpunkt schon entschieden.

Der eigentliche Moment der **Geburt** ist, wenn das Wesen aus dem Zwischenzustand sich mit den körperlichen Substanzen von Vater und Mutter verbindet.

Altern und Tod beginnen gleich nach der Phase der Geburt. Körper und Geist verändern sich von Augenblick zu Augenblick. Die Art der Veränderung wird überwiegend von der Macht vergangener Taten bestimmt.

Am Ende des Lebens trennen sich erneut Körper und Geist. Während jeder Existenz werden unter dem Einfluß der Unwissenheit erneut Potentiale im Bewußtsein angesammelt, die in einem der unendlich vielen nächsten Leben heranreifen. So reihen sich die Zyklen aneinander.

Buddha zeigt den Weg aus den Leiden des Daseinskreis-laufs. Nur wer die Lehre anwendet, kann die Befreiung durch die wahren Pfade erreichen. Die **Befreiung, die wahre Beendigung**, wird durch den **Mond** symbolisiert, die **wahren Pfade** durch diese Verse:

**"Beginne und wende dich ab.
Trete ein in die Lehre des Buddha.
Wie ein erboster Elefant die Bambushütte zertrampelt,
so zerstöre die Kräfte des Herrn des Todes"**

**"Wer sich mit großer Achtsamkeit in der Lehre der
Geistesschulung übt,
wird den Kreislauf der Geburten ganz aufgeben
und den Leiden ein Ende bereiten."**

**PAUL SYSKA
VOGELSANG 6A
77723 GENGENBACH
TEL. 07803/3288, FAX 07803/2561**

dargestellt, da die Person durch sie Kontakt mit der Außenwelt aufnimmt.

Aber noch ist das Haus leer und niemand schaut heraus, da die Bewußtseinsarten noch nicht entstanden sind, Erst im gleichen Moment wenn alle Bedingungen vollständig sind, d.h. die Sinnesorgane vollständig ausgebildet und die **Sechs Sinnesobjekte**

- Sichtbare Farbe und Gestalt
- Töne
- Gerüche
- Geschmäcke
- Tastbares
- und die Phänomene des Denkens

vorhanden sind, entstehen aus den karmischen "Samen" die sechs Bewußtseinsarten. Dies geschieht noch im Mutterleib. Dieser Moment, in dem Sinnesobjekte, Sinnesorgane und die sechs Arten von Bewußtsein aufeinandertreffen, wird **Berührung** genannt. Er wird durch ein **Liebespaar** dargestellt, das sich umarmt.

Die Wirkung dieser Berührung ist das Entstehen von groben **Empfindungen**. Ein **Pfeil im Auge** eines Menschen zeigt an, welche gravierende Empfindungen Sinneseindrücke auslösen können. Empfindungen sind ein wesentlicher Teil unseres Lebens. Durch sie erleben wir **Glück, Leid und Indifferenz**.

Wir scheinen nun sicher zu erkennen, was unserem Glück zuträglich ist und was ihm im Wege steht. Spontan verlangen wir nach dem, was uns angenehm ist. Wir verhalten uns wie der hier dargestellte **Trinker**, dessen Durst von Glas zu Glas größer wird. Doch auch hier hält uns die angeborene Unwissenheit zum Narren. Darum erkennen wir nicht, daß jene Dinge, die wie unser Körper der Vergänglichkeit unterworfen sind, kein dauerhaftes Glück bieten können. Vielmehr erzeugen Handlungen, die wir mit der Motivation des **Verlangens** ausführen, negative karmische Potentiale.

Während des Sterbevorgangs wächst das **Verlangen** nach neuen körperlichen und geistigen Aggregaten besonders stark heran. Es läßt die Potentiale reifen und führt so zu einem unwillkürlichen **Ergreifen** einer neuen Existenz.

Eine **schwangere Frau** symbolisiert das **Werden**. Das



DEUTSCHE BUDDHISTISCHE UNION

BUDDHISTISCHE RELIGIONSGEMEINSCHAFT

SATZUNG

PRÄAMBEL

Der Buddhismus ist eine Weltreligion, die mehr als 2500 Jahre eine ungebrochene lebendige Tradition besitzt und sich an alle Menschen wendet, unabhängig von Rasse, Nation und Geschlecht.

Sie stellt den Menschen in die Selbstverantwortung und weist ihm Wege zur Erleuchtung und Befreiung.

BUDDHISTISCHES BEKENNTNIS

Ich bekenne mich zum Buddha als meinem unübertroffenen Lehrer, denn er hat die Vollkommenheiten verwirklicht und ist aus eigener Kraft den Weg zur Befreiung und Erleuchtung gegangen. Aus dieser Erfahrung hat er die Lehre dargelegt, damit auch wir die endgültige Leidfreiheit erlangen können.

Ich bekenne mich zur Lehre des Buddha, denn sie ist klar, zeitlos und lädt jeden ein, sie zu prüfen, sie im Leben anzuwenden und zu verwirklichen.

Ich bekenne mich zur Gemeinschaft der Jünger des Buddha, die sich ernsthaft um die Verwirklichung seiner Lehre bemühen, um die verschiedenen Stufen der inneren Erfahrung und des Erwachens zu verwirklichen. Sie dienen mir als Vorbild.

Ich habe festes Vertrauen zu den Vier Edlen Wahrheiten. Sie besagen:

Das Leben im Daseinskreislauf ist letztlich leidvoll.
Dies ist zu durchschauen.

Ursachen des Leidens sind Gier, Haß und Verblendung.
Sie sind zu überwinden.

Erlöschen die Ursachen, erlischt das Leiden.
Dies ist zu verwirklichen.

Zum Erlöschen des Leidens führt ein Weg, der Edle Achtfache Pfad.
Er ist zu gehen.

Ich bekenne mich zur Einheit aller Buddhisten, denn wir folgen unserem gemeinsamen Lehrer und sind bestrebt, seine Lehre zu verwirklichen: Ethisches Verhalten, Sammlung und Weisheit wollen wir entwickeln, um Befreiung zu erlangen. In diesem Bewußtsein begegne ich allen Mitgliedern dieser Gemeinschaft mit Achtung und Offenheit.

Ich will mich bemühen, keine Lebewesen zu töten oder zu verletzen, Nichtgegebenes nicht zu nehmen, keine unheilsamen sexuellen Beziehungen zu pflegen, nicht zu lügen oder unheilsam zu reden, mir nicht durch berauschende Mittel das Bewußtsein zu trüben.

Zu allen Lebewesen will ich unbegrenzte Liebe, Mitgefühl, Mitfreude und Gleichmut entfalten, im Wissen um das Streben aller Lebewesen nach Glück.



Die Darstellung des Rades des Lebens, wie es der Buddha malen ließ. Im äußersten Kreis befindet sich die Darstellung der Zwölf Glieder des Abhängigen Entstehens. Im darin angrenzenden inneren Kreis sind die Daseinsbereiche abgebildet. Im Zentrum des Bildes werden die Ursachen des Daseinskreislaufes, die Geistesplagen und die besteckten Handlungen, mit Hilfe von Tieren und auf- und niedergehenden Wesen symbolisiert. Das Rad wird vom Herrn des Todes gehalten. Außerhalb des Rades zeigt ein Buddha auf den Mond, das Symbol der Befreiung. Unter dem Mond kann der Betrachter eine Schrifttafel mit Worten des Buddha lesen.