

Die kühlende Sandelholz-Mālā

Eine Kerninstruktion zu den Stufen des Praxis-Pfades von Drikung Kyobpa Jigten Sumgön

Übersetzt von Jan-Ulrich Sobisch

Oṃ swa sti.

Ich verbeuge mich zu den Lotusfüßen des Tapferen, der
vollständig siegreich über die Māras ist,
des großen Segensreichen und vollkommen erwachten
verlässlichen Königs, der nicht in das Nirvāṇa entschwindet,
des Kostbaren, der die Wesen durch das sich niemals
verbrauchende Rad der Ornamente seines Körpers, seiner
Rede und seines Geistes zur Reife bringt.
Ich bringe der exzellenten Lehre, der unübertroffenen
Zuflucht, der kostbaren Lehre der Edlen,
die am Beginn, in der Mitte und am Ende heilsam ist, die die
Dunkelheit der Unwissenheit beseitigt, und die die einzige
Freunde der Wesen ist, meine Verehrung zum Ausdruck.

Im Allgemeinen brachte der Weise, der vollkommen erwachte Buddha, der Erhabende, der mit großem Mitgefühl Ausgestattete, am Anfang aus grenzenlosem Mitgefühl den Entschluß zum endgültigen Erwachen hervor. Dann, während zahlloser Zeitalter, erwarb er unter unermeßlichen Mühen die Ansammlungen von Verdienst und ursprünglicher Weisheit. Und schließlich, auf dem Vajra-Thron unter dem Bodhi-Baum, in der Abenddämmerung, besiegte er den Māra. In der Morgendämmerung verbrannte er schließlich das Feuerholz der Wissensobjekte mit dem Feuer der ursprünglichen Weisheit und wurde als der vollkommen Erwachte zu einem Buddha. Dieser Erhabene drehte das Rad des Dharma für die drei Arten von Wesen.¹

Diesen Dharma lehrte er als die vierundachtzigtausend Dharma-Tore. Diese sind einundzwanzigtausend Tore als Mittel gegen Begierde, einundzwanzigtausend als Mittel gegen Hass, einundzwanzigtausend als Mittel gegen Fehlwissen,² und einundzwanzigtausend als Mittel gegen allen drei gleichermaßen. Wenn man diese Gegenmittel zusammenfaßt, dann spricht man von „drei Körben“: Diese Sammlungen von Lehrreden sind als Vinaya, Sūtra und Abhidharma bekannt. Wenn man diese Sammlungen von Lehrreden wiederum vom Gesichtspunkt der Stufen der Praxis aus betrachtet, werden sie zu einem Pfad zusammengefaßt, der wiederum aus den drei kostbaren Schulungen besteht.³ Damit in Übereinstimmung heißt es im *Ārya Ratnakūṭasūtra* des erhabenen Buddha:

¹ Hier sind vermutlich nach einer alten Einteilung die Wesen unter, auf und über der Erde gemeint.

² Nach Jigten Sumgön ist das, was oft als „Unwissenheit“ bezeichnet wird, kein „Nicht-Wissen“, sondern ein Art Fehlwahrnehmung: Z.B. wird das, was eigentlich leidhaft ist, als angenehm betrachtet, und das, was eigentlich gar kein Selbst ist, als das Selbst.

³ Die drei kostbaren Schulungen sind 1. das den Regeln entsprechende (d.h. disziplinierte) Verhalten (*śīla*), 2. Konzentration (*samādhi*) und 3. unterscheidende Weisheit (*prajñā*).

Der Pfad aller Tathāgatas der drei Zeiten besteht gerade in dieser kostbaren dreifachen Schulung.

Wo aber ist in den drei Sammlungen von Lehrreden das Mahāyāna-Fahrzeug des Mantra zu finden? Einige behaupten: „Wir vertreten die Ansicht, das Mantra eine vierte Sammlung von Lehrreden ist.“ Andere behaupten: „Wie vertreten die Ansicht, das das Mantra-Fahrzeug in den Lehrreden des Sūtra enthalten ist, da der Buddha lehrte: „Hört! Ich werde das Mantra in der Art des Sūtra erläutern.““ Wiederum andere behaupten: „Wir vertreten die Ansicht, dass Mantra im Vinaya enthalten ist, da das höchste Mutter-Tantra sich selbst als tiefgründige Vinaya-Lehre bezeichnet.“ Und schließlich behaupten einige: „Wir vertreten die Ansicht, dass Mantra im Abhidharma enthalten ist, weil im Mantra gelehrt wird, daß die äußeren Welt, die das Behältnis ist, die in ihr lebenden Wesen, die ihr Inhalt sind, sowie Subjekt und Objekt und die Konstituenten der Persönlichkeit und die Elementen, die das psycho-physische konstituieren (die sechs Sinne, ihren Objekte und Wahrnehmungen) vollkommen rein sind.“⁴

Jigten Sumgön jedoch lehrt: All dies hat ein und denselben Sinn! Aus der Sicht der Stufen der Praxis ist es gewiss, daß Mantra vollständig in den drei Schulungen enthalten ist. Vom Standpunkt der Stufen der Praxis aus bist du durch die höchste Schulung des disziplinierten Verhaltens (*śīla*), d.h. durch die Befolgung eines der sieben Gelübde des *Prātimokṣa*, in eine korrekte Disziplin des Verhaltens eingebunden. Wenn du dieses disziplinierte Verhalten übst, entsteht allmählich von selbst die außergewöhnliche meditative Konzentration des ruhigen Verweilens (*śamatha-samādhi*) – die höchste Schulung der meditativen Konzentration (*samādhi*) – in deinem Geistesstrom. Die Praxis der meditativen Konzentration, die diesem entspricht, ist im Allgemeinen die unterscheidende Weisheit der höchsten Einsicht (*vipaśyanā*), und im Speziellen ohne Einschränkung die Vollendung der „eigenen Merkmale“, also aller Maṇḍalas der Wissensobjekte. Das ist dann die höchste Schulung der unterscheidenden Weisheit. Der erhabene Buddha hat diese drei Schulungen in allen drei Körben gelobt und gepriesen, indem er sagte: „Sie gründen in Weisheit.“ Und dies war ihre Erläuterung aus der Sicht der Stufen des Pfades.

Wenn du denkst: „Es ist gewiss so und nicht anders,“ erwiedert Jigten Sumgön: Es kommt jedoch auch vor, da die höchste Schulung der Unterscheidende Weisheit vorangeht. Aufgrund guter Kenntnisse hinsichtlich der fünf Wissensgebiete der Gelehrten⁵ oder der drei Sammlungen von Lehrreden erkennst du zunächst die Natur der Geistesgifte. Indem du dann über ihre Bedeutung nachdenkst, werden diese Geistesgifte allmählich im Zaum gehalten. Ohne sich auf weitere Instruktionen zu stützen, beseitigst du schließlich diese Geistesgifte durch die Praxis der Bedeutung vollständig.⁶ Damit übereinstimmend wird in den ausgezeichneten Schriften gelehrt,

⁴ Die Beschaffenheit der Welt und ihrer Wesen, die psycho-physischen Konstituenten der Persönlichkeit und die Wahrnehmungsobjekte sind Themen der Lehrreden des Abhidharma.

⁵ Diese sind (1) Grammatik (*sgra rig pa*), (2) Erkenntnistheorie und Logik (*tshad ma rig pa*), (3) Architektur, Malerei usw. (*bzo rig pa*), (4) Medizin (*gso ba rig pa*) und (5) buddhistische Philosophie (*nang gi rig pa*). Die fünf geringeren Wissensgebiete umfassen (1) Lexikographie (*mngon brjod*), (2) Orthographie (*sdeb sbyor*), (3) darstellende Künste (*zlos gar*), (4) Astrologie (*skar rtsis*) und (5) Poesie (*snyang dngags*).

⁶ Mit diesem Abschnitt zeigt Jigten Sumgön auf, dass auch die höchste Schulung der Unterscheidende Weisheit am Anfang der Praxis stehen kann. Zunächst werden die Geistesgifte durch Studien erkannt (= höchste Schulung der unterscheidende Weisheit), dann entsteht durch das Nachdenken über ihre Bedeutung (= Karma, Ursache und Resultat) von selbst ein korrektes Verhalten, welches die Befleckungen im Zaum hält (= höchste Schulung des disziplinierten Verhaltens), und schließlich, wenn auf diese Weise der Geistesstrom ruhig und klar geworden ist, werden die Geistesgifte durch die Praxis der Leerheit vollständig beseitigt (= höchste Schulung der meditativen Konzentration). In einem anderen Kontext spricht man von den drei Formen der unterscheidende Weisheit (*shes rab*,

dass unermessliche Befreiungen durch das Studium der Schriften des Erhabenen erlangt werden: „Durch Studium erlangt man Nirvāṇa.“

Es kommt jedoch auch vor, dass die Praxis mit der Schulung der meditativen Konzentration beginnt. Indem du einsgerichtet praktizierst, kommen die Geistesgifte und Vorstellungen allmählich zur Ruhe. Die höchste Schulung des disziplinierten Verhaltens entsteht dadurch von selbst. Dieses zur Ruhe kommen der Geistesgifte und das vollständige zur Ruhe kommen aller Ablenkung durch Merkmale⁷ ist die höchste Schulung der meditativen Konzentration. Die unterscheidende Weisheit (*prajñā*) der höchsten Einsicht (*vipaśyanā*), d.h. die Erkenntnis der Wissensobjekte ihrer Natur nach und in all ihren Einzelfällen,⁸ bzw. die Hervorbringung einer entsprechenden Ursache im Geistesstrom, die sich aus der meditativen Konzentration ergibt, ist die höchste Schulung der unterscheidende Weisheit. Damit in Übereinstimmung heißt es im *Samādhirājasūtra*:

Der Erhabene lehrte: Wer diesen „König der meditativen Konzentration“ (*samādhirāja*) ausübt, haftet nicht an Freigibigkeit und das disziplinierte Verhalten an.⁹

<179> Da dies so und in unermesslich vielen Fällen gelehrt wurde, ist es nicht festgelegt, welche der drei höchsten Schulungen vorangeht. Der Erhabene lehrte eine Vielfalt von Wegen. Wenn es sich aber so verhält, was sollen wir dann wegen der zahlreichen sich widersprechenden Positionen, die die Grundlage vieler Dispute sind, tun?

[Darauf erwiderte Jigten Sumgön]: Wie bereits gesagt, nachdem du diese Tore, die als die vierundachtzigtausend Tore des Dharma gelehrt wurden, durchschritten hast, bist du dann nicht bereits in die Lehre eingetreten? Sind diese Tore nicht schon der Eingang der gedanklichen Reflektion? Die vollständige Beseitigung der Geistesgifte und der Vorstellungen, die durch den Eintritt in das Tor der Reflektion erreicht wird, ist die höchste Schulung des disziplinierten Verhaltens. Indem du in dieses Tor eintrittst, hast du im Innern dann das Haus der vollständigen Befreiung betreten. Das ist die höchste Schulung der meditativen Konzentration. Innerhalb dieses Tores sind alle Gegebenheiten von Samsāra und Nirvāṇa von einem Geschmack in der Natur der vollständigen Befreiung. Ist das nicht die höchste Schulung der unterscheidende Weisheit? <180>

Wenn es sich nun aber so verhält, dann ist für jemanden, der, nachdem er Zuflucht zu den drei

Skr. *prajñā*), d.h. die unterscheidende Weisheit, die durch (1) Studium, (2) Reflektion und (3) Praxis erlangt wird.

⁷ Skr. *lakṣana*, Tib. *mtshan ma*, „Merkmale.“ Die Merkmale der Phänomene werden vom gewöhnlichen Geist nur auf die Dinge projiziert. Innerhalb der fünf *skandhas* ist das dritte *skandha*, *samjñā* (Tib. *'du shes*) der Aspekt der psycho-physischen Konstituenten, der die Merkmale eines Phänomens aufgreift. Die Merkmale sind für unser Alltagsbewußtsein notwendig, um die Dinge voneinander unterscheiden und sie konzeptuell einordnen zu können. Ein Gegenstand, der die Merkmale „flacher Boden“, „bauchiger, nach unten und zur Seite abgeschlossenes und nach oben offenes Gefäß“ (und ggf. „mit Griff versehen“) hat, wird als „Trinkbecher“ oder „Tasse“ eingeordnet. Damit ordnet der gewöhnliche Geist dem Gegenstand aufgrund eigener Prägungen eine Funktion zu (das ist die Projektion). Diese konzeptionelle Zuordnung verhindert allerdings ein direkte, fehlerlose Wahrnehmung (*pratyakṣa*, *mngon sum*), die z.B. direkt die Leerheit und Merkmalslosigkeit eines Dinges erkennt.

⁸ Tib. *ci lta ba dang ji snyed pa* – wie etwas im Allgemeinen ist und wie es in allen Einzelfällen ist. Das Erste ist die endgültige Natur (Leerheit), das Zweite die verschiedenen Erscheinungsformen hinsichtlich des abhängigen Entstehens.

⁹ Das bedeutet, wer die meditative Konzentration verwirklicht, für den entstehen die anderen Schulungen und Vollendungen (*pāramitā*) von allein. Dies bezieht sich wohl auf *Derge*, no. 127, fol. 112r: *sbyin la mi sred tshul khrim dag la sred mi 'gyur// bzod la mi sred brtson 'grus la yang sred ma yin// bsam gtan mi sred shes rab la yang mi sred de// 'di ni ting nge 'dzin dag thob pa'i bye brag yin//*.

Juwelen genommen hat, das Tor der kostbaren Lehren des Tathāgata durchschritten hat, sämtliche Praxis der verschiedenen unterschiedlichen Übungen gleichermaßen „Dharma“. Einige jedoch verleumden die Instruktionen des Tathāgatas, indem sie Dinge behaupten, wie „nur dieser Dharma von mir ist Dharma, was Andere üben ist kein Dharma“, „das Mantra der Nyingmapas ist kein Dharma“, „die Praxis des Siddha Vajrapāṇi ist kein Dharma,“ und „Beseitigung geistiger Aktivität ist kein Dharma“.¹⁰ So geben sie Anlass zu Begierde, Hass und Verblendung. Da solches Verhalten zum Resultat „Saṃsāra“ und „niedere Daseinsbereiche“ heranreift und jammervoll ist, solltest du, wenn du eine Vielzahl von Schriften des Sugata mit dem aus Studium, Reflektion und Praxis hervorgegangenen Auge der unterscheidende Weisheit gelesen und gehört hast, niemals irgendeine Lehre verunglimpfen! Nachdem du das Auge der unterscheidende Weisheit erlangt hast und gelehrt und scharfsinny geworden bist, wirst du zu einem vollkommenen Lenker, einem großen spirituellen Lehrer. Damit übereinstimmend lehrte der Erhabene im *Avadānaśataka* <181>:

Jene, die das ruhige Verweilen (*samatha*) üben, werden durch höchste Einsicht (*vipāśyanā*) vollkommen befreit. Jene, die höchste Einsicht üben, werden durch ruhiges Verweilen vollkommen befreit. Jene, die in beidem gleichermaßen verweilen, werden vollständig durch die Buddhanatur befreit.

Und auch der kostbare Guru Phagmodrupa, der Beschützer der drei Welten, lehrte:

Das, was das grundlegend Heilsame an den geschickten Mitteln ist, wird durch höchste Einsicht vertieft. Das, was das grundlegend Heilsame an der höchsten Einsicht ist, wird durch die geschickten Mittel vertieft.

Indem daher die verschiedenen Dharma-Systeme hinsichtlich der verschiedenen Eingangstore des Geistes verschiedener Personen in die Praxis umgesetzt werden, werden sie jeweils zu Gegenmitteln für Geistesgifte und Vorstellungen. In der vollständigen Befreiung und im großen Ozean der vollständigen Befreiung sind alle Gegebenheiten von einem Geschmack. Das ist der Kernpunkt aller Schriften Buddhas. <182> Es ist das, was in den drei Sammlungen von Lehrreden zum Ausdruck gebracht werden soll, was die Stufen der Praxis ausmacht, das, was Glück in den Gelehrten hervorruft und die Verblendeten verwirrt. Eben dies, das Reich der tiefgründig und weitreichend Realisierten, gilt es zu erreichen!

Ihr Yogis, die ihr hier verweilt, betrachtet euch als Bettler (*kusāli*). Ihr habt die ausgezeichneten Lehren des Erhabenen gründlich erfasst. Ihr seid gelehrt in Hinsicht auf die allgemeinen und besonderen Merkmale der Erscheinungen. Ihr habt euren Geistesstrom mit den Kerninstruktionen und den direkten Instruktionen der kostbaren spirituellen Lehrer, die vollkommenen Lenker sind, angefüllt. Euer Geist ist mit der Erfahrung und Verwirklichung der ausgezeichneten Gurus, die eine ununterbrochene Linie von Buddhas sind, gesättigt. Ihr plappert keinen Unsinn wie die Krähe, bloß den Worten und Buchstaben folgend. Ihr schiebt nichts auf das nächste Leben.¹¹ Ihr fixiert keine Merkmale im leeren Raum.¹² Für euch Kusāli-Yogis ist von

¹⁰ „Beseitigung geistiger Aktivität“ (*yiḍ la mi byed pa*) ist durch extreme chinesische Meditationsübungen in Tibet nach der großen Debatte in Samye in Verruf geraten. In einer nicht-extremen Form ist es ein Aspekt der Mahāmudrā, deshalb wird es von Jigte Sumgön als reiner Dharma verteidigt.

¹¹ Im Sinne von: wenn man den Dharma in seinem Innersten verstanden hat und dann ausübt, dann entsteht der Nutzen in diesem Leben und nichts muss auf die zukünftigen Leben verschoben werden. Siehe *Rin byang ma* 2.10:

belang, daß das Resultat jetzt entsteht, wenn ihr jetzt praktiziert!¹³ <183> Daher werde ich die aufrichtigen und einfachen Ratschläge der Mutter, die dem lieben Sohn etwas erläutert, geben:

Sohn! Dieser Ozean samsārischer Leiden –
ist es gewiss, daß er existiert, oder nicht?
Ein „sowohl existieren als auch nicht existieren“ –
so eine dritte Möglichkeit ist ganz ungewiss.
Die Erfahrung belegt, daß auch Nicht-Existenz ausgeschlossen ist.¹⁴
Diese Art der Gewissheit hinsichtlich des Daseins –
wenn man sie nicht versteht, obwohl man gelehrt ist,
ist man ein närrischer, kindischer Kopfverdrehler,
ein Ignorant, der nur sich selbst täuscht.
Das Wissen um die Art und Weise des Entstehens,
der Existenz und des Aufhörens des Samsāra
ist das meisterlichen Einbringen der Ernte
durch das abhängige Entstehen von fruchtbarem Ackerboden,
Samen, Wasser, Dünger und Zeit.
Ebenso [entspricht] die Art und Weise des Erlanges
der verschiedenen glücklichen und leidvollen Resultate
durch heilsame und unheilsame Motivationen und für längere
oder kürzere Zeit
aus dem Zusammenkommen der geeigneten Bedingungen
und des abhängigen Entstehens [der Wirklichkeit],
da ich es doch jetzt selbst bewirke!
In die höheren oder niederen Daseinsbereiche zu gelangen <184>
ist die große Selbstbestimmung des Königs des Bewusstseins.
Sohn! Bleibe nicht untätig! Söhne edler Familie!
Bedenkt dies wohl! Ihr, die ihr mit geistiger Reflektion ausgestattet seid!
Lasst in eurer Aufmerksamkeit nicht nach! Ihr Grossartigen!
Lasst in eurem Streben nicht nach! Ihr, die ihr die Ansammlungen besitzt!
Gebt die Sinnesgenüße auf, macht sie zunichte! Oh Yogis!
Dieser kurzgefasste Ratschlag, den ich euch gebe,
ist die höchste Intention der Siegreichen der drei Zeiten,

skye ba pyhi ma la dus mi 'debs.

¹² In einem Kommentar zur *Einen Intention* gibt es einen ähnlichen Ausdruck, der mir aber auch nicht ganz klar ist: „Es ist nicht nötig, den leeren Raum auszumessen“. *Rin byang ma* 2.10: *nam mkha' stong pa la tshad bzung mi dgos.*

¹³ Wörtlich: „Dieses jetzige Entstehen von Resultaten, wenn man jetzt übt, ist das Streben der Yogi-Kusālis.“ Siehe *Eine Intention* 2.8.: „Das Ergebnis dessen, was gegenwärtig bewirkt wird, wird [auch gegenwärtig] genossen“. Dazu kommentiert Rigdzin Chökyi Dragpa: „Der ehrwürdige Mila sagt: ‚Wenn man in der Erde gräbt, kommt Wasser zum Vorschein. Wenn man an Holz reibt, fängt es Feuer. Wenn sich die Menschen Mühe geben und sich anstrengen, sagt man, dass es nichts gibt, was nicht erreicht werden kann.‘ Sobald man alles abhängige Entstehen von Ursachen und Bedingungen zusammenbringt, geschieht es dann auch gerade jetzt“.

¹⁴ An diesem Punkt und im weiteren Verlauf lehrt Jigten Sumgön gestützt auf sein Verständnis der Lehre des abhängigen Entstehens. Dass Samsāra gar nicht existiert, ist unmöglich: erstens widerspräche dies der Erfahrung, und zweitens wird „Leerheit“ ja gerade gestützt auf das abhängige Entstehen aller Gegebenheiten postuliert. Auch die Position einiger Philosophen, wonach das Samsāra sowohl existiert als auch nicht existiert wird hier ausgeschlossen, vermutlich weil eine solche Sichtweise für den Prozess der Befreiung irrelevant ist.

die Praxis der Gurus der früheren Überlieferung –
es ist die Essenz der drei Sammlungen von Lehrreden.
Behaltet diesen Dharma in eurem Geist, oh meine einzigen Söhne!

Für den vollkommen erwachten Buddha bestand die Notwendigkeit in dieser Welt zu erscheinen darin, die Dunkelheit der Verblendung durch die Allwissenheit, die aufgehende Sonne der ursprünglichen Weisheit, zu beseitigen. So wurde das Gegenmittel für die Verblendung, das abhängige Entstehen, vom Buddha gelehrt und dass dieses abhängige Entstehen alle Lehren der Buddhas der drei Zeiten umfasst wurde vom Erhabenen im *Anusmṛtisūtra* gelehrt und ist ein sehr tiefgründiger und äußerst wichtiger Punkt. Ārya Ācārya Nāgārjuna lehrte <185>:

Dieses abhängige Entstehen
ist der tiefgründige, kostbare Reichtum des Schatzes der Rede Buddhas.
Jemand, der dies vollkommen berücksichtigt,
wird Buddhas unübertrefflicher unterscheidenden Weisheit gewahr.

Nach der Lehre Buddhas gibt es in dieser Hinsicht folgende Lehrsysteme. Es gibt viele Auffassungen, wie etwa sechs Ursachen und sechs Resultate, fünf Ursachen und sieben Resultate und zehn Ursachen und zwei Resultate, aber die Wurzel ist eben dieses Fehlwissen. Zwar heißt es, dass die anderen elf Glieder [des abhängigen Entstehens] entstehen, wenn Fehlwissen am Anfang steht, und dass, wenn es aufgehört hat, diese elf nicht mehr entstehen, doch ist es sehr schwierig, die Wurzel, Fehlwissen, zu erkennen. Einmal erläuterte ein großer spiritueller Lehrer, ein stolzer Gelehrter des abhängigen Entstehens, diese Lehre. Daraufhin wurde er gefragt: „Lehrer, was wird alles als dieses Fehlwissen bezeichnet?“ <186> Er erwiderte: „Es gibt das Fehlwissen, das hinsichtlich der wahren Wirklichkeit verblendet ist, das Fehlwissen, das hinsichtlich Karma, Ursache und Resultat verblendet ist, angeborenes Fehlwissen, Fehlwissen, dass wiederum etwas hervorbringt – es gibt viele Vorstellungen, die das Fehlwissen betreffen. Ich kann mich nicht darauf festlegen, dass es bloß so oder so ist.“ Das ist absolut wahr! Fehlwissen ist in der Tat „Fehl-Wissen“, „Miss-Verstehen“. Abgesehen eben davon ist es schwer für jemanden zu verstehen.

Hier jedoch mußt du „Fehlwissen“ anhand der Lehren des Sugata und durch die Zitate der exzellenten Gurus erkennen. Wenn du es nicht erkennen kannst, wirst du dich nicht auf das Gegenmittel stützen können. Wenn du es erkennst, wirst du wissen, wie man sich auf das Gegenmittel stützt. Deswegen heißt es: Wenn du den Dieb erkannt hast, wird er nichts stehlen können und wenn du den Dämonen erkannt hast, wird er dir nicht schaden können. Der Erhabene lehrte im *Salistambasūtra*:

Was ist nun dieses Fehlwissen? Es besteht darin, die fünf Konstituenten der Persönlichkeit (*skandha*) [fälschlich] als das „Selbst“ zu ergreifen, sie als beständig zu ergreifen, sie als zu einem Ende kommend zu begreifen usw.

Und <187>:

Weiterhin ist es so, dass Vorstellungen großes Fehlwissen sind. Sie bewirken, dass man im Ozean des Saṃsāra versinkt.

Und der kostbare Guru Phagmodrupa lehrte:

Durch das „fehl[gehende] Wissen“ existiert das Fehlwissen. Die bloße wahre Natur des Geistes, die von sich aus vollkommen rein ist, nicht zu erkennen, wird „Fehlwissen“ genannt.

Dies kann man auch anhand der ausführlichen Lehren des Erhabenen im *Lalitavastrasūtra* verstehen. Kurz: Diese ständig sich verändernden fünf Konstituenten der Persönlichkeit und achtzehn Elemente, die das psycho-physische ausmachen, d.h. die sechs Sinne, ihre jeweiligen Objekte und Wahrnehmungen, wurden nicht von irgendwoher „geborgt“. Gerade deine eigenen Persönlichkeitskonstituenten usw. werden als „Ich“ und „mein“ ergriffen. Diese und ihre vergangenen und zukünftigen Begrenzungen als beständig oder vergänglich aufzufassen ist Fehlwissen. Durch die Bedingung deiner gegenwärtigen fünf Konstituenten, die die Grundlage für das Fehlwissen sind, entsteht eine Kontinuität der Aktivitäten von Körper, Rede und Geist, der geistigen Gestaltkräfte, und auf der Basis dieser wiederum das Bewusstsein usw. bis „Alter und Tod“. <188> Ārya Ācārya Nāgārjuna lehrte:

Die zwölf Dharmas wurden zu dreien zusammengefasst,
aus diesen drei entstehen zwei,
aus diesen beiden entstehen sieben,
und aus den sieben wiederum entstehen drei.¹⁵
Das ist der Daseinskreislauf.
Er dreht sich und dreht sich.

Der Erhabene lehrte im Prajñāpāramitā-Kapitel, dem sechsten Kapitel des *Daśabhūmikasūtra*:

Auf diese Weise sind die zwölf Glieder des abhängigen Entstehens nichts als der Geist, und der Erhabene lehrt alle Erscheinungen als Geist.

Der Satz im *Salistambasūtra* „Fehlwissen bedeutet die fünf Konstituenten der Persönlichkeit (*skandha*) als das ‚Selbst‘ zu ergreifen“ bedeutet, dass wir die Vorstellung „Ich“ und „Selbst“ auf etwas anwenden, das gar nicht das „Ich“ und das „Selbst“ ist, und es wird gelehrt, dass diese falsche Vorstellung oder dieser Gedanke „Fehl-Wissen“ ist. Aus diesem Fehlwissen, aus diesem Gedanken oder diesem Geist entstehen, so lehrte der Erhabene im *Zusammentreffen des erhabenen Vaters mit dem Sohn*, <189> die „achtzehn Einlassungen des Geistes“. Es sind achtzehn, weil

¹⁵ „Die zwölf Dharmas wurden zu dreien zusammengefasst,“ bedeutet, dass die zwölf Glieder des abhängigen Entstehens in drei Gliedern enthalten sind, nämlich (1) Fehlwissen, (8) Begierde und (9) Ergreifen. Diese drei Glieder werden zur „Gruppe der Befleckungen“ gerechnet.

„Aus diesen drei entstehen zwei“ bedeutet, dass von den drei Gliedern der Befleckungsgruppe wiederum zwei entstehen, nämlich aus (1) dem Fehlwissen (2) die geistige Formation und aus (8) Begierde und (9) Ergreifen wiederum (10) Werden. Diese beiden Glieder werden zur „Karma-Gruppe“ gerechnet.

„Aus diesen beiden entstehen sieben“ bedeutet, dass aus den beiden Gliedern der Karma-Gruppe sieben weitere Glieder entstehen, nämlich aus (2) geistiger Formation (3) Bewusstsein, (4) Name und Form, (5) die sechs Sinne, (6) Berührung, und (7) Empfindung. Aus (10) Werden entsteht wiederum (11) Geburt und (12) Alter und Tod. Diese sieben Glieder werden zur „Gruppe der Leiden“ gerechnet. Somit gibt es drei Gruppen, nämlich die „Gruppe der Befleckungen“, die „Karma-Gruppe“ und die „Gruppe der Leiden“. Dies erklärt die Zeile „und aus den sieben wiederum entstehen drei.“ (Nach Nāgārjunas *rTen cing 'brel bar 'byung ba'i snying po*; dieser Punkt wird näher erläutert in Sherab Dorjes Kommentar zu *Eine Intention* 2.6. (vgl. JSCW ca 525).

Begierde, Hass und Fehlwissen jeweils in Bezug auf auf die sechs Sinne bzw. Sinnesobjekte entstehen.

Ich werde euch die Sterbeworte eines Vaters für seinen Sohn vertraulich berichten. Heutzutage, wo die Lehren Buddhas nahezu verschwunden sind, treten wir in das Zeitalter der fünf Degenerationen ein. Selbst diejenigen, die sich für Dharma-Praktizierende halten, verbreiten doch nur Gerüchte. Obwohl sie als Gelehrte gepriesen werden geschieht es kaum, dass sie, abgesehen davon, dass sie Worte mit dem Mund verkünden, die sie mit den Ohren gehört haben, verstehen was sie sagen.

Wenn man dies daher zunächst in Bezug auf so etwas wie „das Auge“ illustriert, dann lassen wir für den Augenblick die vielen verschiedenen Kategorisierung wie die Erläuterung des als Wort geschriebenen Auges, der gemalten Gestalt eines Auges, der Aufzählungen von Augen anderer wie „Auge eines Hundes“, „Auge eines Huhns“, „Auge eines Schweins“ und „Auge eines Spatzen“ beiseite <190> und schauen, ob durch die unmittelbare Betrachtung angenehmer, neutraler oder unangenehmer Gestaltformen mit unserem eigenen Auge etwas Erfreuliches, etwas Angenehmes und ein anhaftendes Bewusstsein entsteht oder nicht. Wenn so etwas entsteht, wird dies „Begierde“ genannt. Alles, was man davon motiviert und dem folgend körperlich unternimmt, sprachlich ausdrückt und mit dem Geist denkt ist eine „Tat“ (*karma*),¹⁶ die den Geistesgifte (Begierde, Hass und Fehlwissen) folgt. Ihr Resultat, die Reifung, ist das Entstehen von etwas, das [dieser Befleckung] genau gleicht. Da es unmöglich ist, dass etwas anderes entsteht, wird gelehrt, dass „alle Wesen ihren Anteil der Tat (*karma*) erfahren werden“.

Weiterhin entsteht die mit dem Auge wahrgenommene Gestaltform als etwas Unangenehmes, Unschönes und Unerfreuliches oder nicht? Wenn du so etwas wie die blutrote Hand siehst, die deinen Vater getötet hat, und dann Hass aufkommt, dann entstehen durch die Taten (*karma*) von Körper, Rede und Geist, die diesen geistigen Phänomenen folgen, eine diesen Geistesgiften gleichende Reifung. <191> Weiterhin wird das, was weder als Begierde noch als Hass entsteht, nämlich eine teilnahmslose Geisteshaltung, als „Verblendung“ bezeichnet. Daher wird gelehrt, dass durch die Taten des Körpers, der Rede und des Geistes, die dieser Fehleinstellung folgen, eine dieser Fehleinstellung gleichenden Reifung entsteht.

Und weiterhin entsteht Anhaftung an durch das Ohr wahrgenommene Klänge wie „du bist ein großartiger Mensch, ein edles Wesen“, Ärger über Äußerungen wie „du bist ein schlechter Mensch, [dein] Land ist ruiniert und [deine] Lebensgrundlagen mager“, und geistige Fehleinstellungen hinsichtlich dessen, was dazwischenliegt. Nachdem du den Geruch von Sandelholz, Kampfer und Moschus mit der Nase wahrgenommen hast, haftest du daran an, obwohl dies dem Guru und den kostbaren Juwelen dargebrachte Gaben sind. Und wenn du den Gestank von Unreinem, Verrottendem und Stinkendem wahrnimmst, entstehen Abneigung und Ärger; an den mit der Zunge wahrgenommenen Süßgeschmack haftest du an; Bitterem gegenüber bist du abgeneigt; an das Glücksgefühl körperlicher Berührung wie Geschlechtsverkehr haftest du an; <192> wenn du von Krankheiten befallen und mit Waffen verletzt wirst, entwickelst du Hass; an vom Geist als „gute Gegebenheit“ Aufgefasstes haftest du an, die schlechten lehnt du ab. Gegenüber dem Neutralen, dass weder Anhaftung noch Abneigung hervorruft, entwickelst du eine geistige Fehleinstellung. Auf diese Weise kommt es zu Begierde, Hass und Fehleinstellung in Bezug auf die sechs Sinnesobjekte, so daß es zu insgesamt achtzehn „Einlassungen des Geistes“ kommt. Anhaftung, Abneigung und

¹⁶ Der Begriff *karma* (aus dem Sanskrit) bedeutet primär „Tat, Aktivität“ und impliziert im Sprachgebrauch Buddhas eine innewohnende Kraft der Vergeltung. Es ist so ähnlich wie das deutsche Wort „Wirken“, das ein Tun beschreibt, das auch eine Auswirkung mit einschließt.

Fehleinstellung sind Geistesgifte (*kleśa*), dass was durch diese Geistesgifte motiviert von Körper, Rede und Geist unternommen wird, sind Taten (*karma*), und die Resultate dieser Taten sind Heranreifungen der Frucht (*vipāka phala*). Allein diese drei fassen wir als Samsāra auf. Wenn es sich so verhält,

Gelehrte und Meister,
ihr, die ihr durch Reflektion die Bedeutung erfasst habt,
ihr, die ihr als ausgezeichnete Dharma-Praktizierende bekannt seid,
ihr Praktizierenden, die ihr ein gute geistige Kapazität besitzt,¹⁷
entstehen Begierde, Hass und Fehlorientierung
angesichts der sechs Sinnesobjekte, oder nicht?
Wenn die drei Geistesgifte nicht entstehen,
dann ist euer großer Ruhm unbedingt gerechtfertigt! <193>
Auch ich bringe meine Mitfreude daran dar, hundertfach!
Aber wenn sie doch entstehen – oh je!
Ruiniert ihr euch selbst und andere
nicht durch eure Imitation eines Yogi, der doch bloss nach Merkmalen greift?
Fragt euch: „Kann ich die Leiden des Samsāra und der niederen Bereiche
überhaupt ertragen?“
Da es unmöglich ist, dass die schlechten Taten,
die ihr selbst verrichtet habt, in anderen heranreifen,
denkt über die Mittel nach, die euch von diesem Samsāra befreien!

In dieser Weise entstehen aus dem Fehlwissen [bzw. der Fehleinstellung], dem Aspekt des Ergreifens eines „Selbst“, die drei Geistesgifte hinsichtlich der Wahrnehmung der sechs Sinnesobjekte. Die Heranreifung der Taten, die diesen Geistesgifte folgen, werden „Samsāra“ genannt. Bemüht euch deshalb hinsichtlich der Methoden der Abwendung!

Wie wendet man sich davon ab? Es gibt zwei Methoden: Das, was zur Ursache des Abwendens wird, und das eigentliche Abwenden. Zunächst zu dem, was zur Ursache des Abwendens wird. Sie bestehen in der Praxis der Zufluchtnahme bis hin zu den fünf Vollkommenheiten (*pāramitā*). <194> Die „Vollkommenheit der unterscheidende Weisheit“ (*prajñāpāramitā*) ist das eigentliche Abwenden. Was ist diese unterscheidende Weisheit (*prajñā*)? Es ist die unterscheidende Weisheit, die aus der Praxis erwächst.¹⁸ Woraus entsteht sie? Sie entsteht aus ruhigem Verweilen (*śamatha*)! Wie entfaltet sich diese Methode? Ācārya Śāntideva lehrte:

Nachdem du erkannt hast, dass die Geistesgifte vollständig besiegt werden
durch eine Einsichtsmeditation (*vipaśyanā*), die in vollkommener Weise
mit ruhigem Verweilen ausgestattet ist,
musst du zunächst nach ruhigem Verweilen streben.
Dies wird durch die wahre Freude erreicht, die in jenen, die frei
von Anhaftungen an diese Welt sind, entsteht.

¹⁷ Khenchen Nyima liebt *rgyud tshod bzang po*.

¹⁸ „Unterscheidende Weisheit, die aus der Praxis erwächst“ (tib. *bsgom pa las byung ba'i shes rab*; skr. *bhāvanā mayī prajñā*) im Gegensatz zu den Formen der unterscheidende Weisheit, die aus Studium (*śruta*) bzw. Analyse (*cinta*) hervorgehen.

Die Bedeutung dieser Passage ist, wie bereits erläutert, das Folgende. Weil das Entstehen von Anhaftung, Abneigung und Fehlwissen hinsichtlich der sechs Sinnesobjekte die natürliche Disposition des Samsāra ist, kann das Entstehen der Geistesgifte nicht verhindert werden. Weil es, wenn sie entstehen, nichts gibt, was nicht Leiden ist und Glück nicht einmal für einen einzigen Moment existiert, erschienen die mit großem Mitgefühl ausgestatteten erhabenen Buddhas aus genau jenem Grund in der Welt und bewirken unsere Befreiung aus dem Ozean samsārischen Leidens. Aus diesem Grund sind <195> ruhiges Verweilen (*śamatha* = *samādhi*) und die Praxis der höchsten Einsicht (*vipaśyanā* = *prajñā*) das zentrale Thema aller Lehren. Deren Hilfsmittel bzw. ihre hervorbringende Ursache ist das disziplinierte Verhalten (*śīla*). Diese drei werden die „drei höchsten Schulungen“ genannt. Dass sie durch diesen Kernpunkt und aus diesem Grunde die einzige Lehre aller Buddhas der drei Zeiten sind, ist gewiss! Das Umsetzen der Stufen dieser Lehre in die Praxis wird „Eintritt in das Tor der Lehre“ genannt. Jeder, bei dem [diese Umsetzung] im Geistesstrom entsteht, wird „Yogi“ genannt. Wer zur höchsten Spitze dieser Lehre vordringt, wird „Buddha“ genannt. Sohn! Du solltest eher dein Leben preisgeben, als auch nur im geringsten das disziplinierte Verhalten zu Mißachten! Andere Übertretungen brauchen gar nicht erst erwähnt zu werden!

Es gab zum Beispiel einmal zwei Schüler eines Yogi, die gemeinsam losgingen, um Gemüse einzusammeln, und einer von ihnen übergab sie den Händen des Lehrers, ohne den Namen des Freundes zu erwähnen. Später sprach der Yogi: „Du hast einen großen Fehler begangen!“ und er tadelte ihn heftig. „Ich und die Edlen können sich nicht auf dich verlassen! <196> Auch all deine Freunde jeglicher Art werden denken, dass du dir all ihren Besitz und ihre Dinge aneignest und sie werden dir nicht einmal mehr eine handvoll Gemüse anvertrauen können. Sie werden denken, dass du eine üble Person bist. Trotz aller Qualitäten und Dharmas, die du auch gehabt haben magst, werden sie dich wie einen Aussätzigen behandeln.¹⁹ Du bist völlig untendurch.“ Das ist ganz recht! Es ist durch Erfahrung bewiesen worden.

Der Erhabene hat gelehrt, dass alle Sinnesgenüsse, die als die sechs Sinnesobjekte auftauchen, aufgegeben werden müssen. Eben dieses Aufgeben ist die Wurzel, die alle Qualitäten von Samsāra und Nirvāṇa hervorbringt. Davon, dass man die Sinnesgenüsse nicht aufgibt, sondern sich auf sie einläßt, entstehen alle Leiden des Samsāra und der niederen Daseinsbereiche. Deshalb lehrte der Erhabene im *Prajñāpāramitāsamcayagāthā*:

Der Geist erfährt viele Leiden in den Bereichen der Höllen, der Tiere und des Yama. Wenn er aufgrund der Sinnesgenüsse hilflos das Übel erfährt ...

<197> Und weiterhin wird im *Samādhirājasūtra* gelehrt, dass dieses Aufgeben der Sinnesgenüsse die Natur der Lehre oder der Schutz der Lehre ist:

Das, was gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt und gefühlt wird, aufzugeben, ist der Schutz der Lehre.

Die Buddhas lehrten nicht: „Übe das Verhalten derer aus, die an Körper und Leben anhaften!“ Weiterhin heißt es:

Wenn diejenigen, die sich auf die Begierden einlassen, von einer Geburt in der Brahma-

¹⁹ Übersetzung nach Khenchen Nyima.

Welt abgeschnitten sind, muß man das Erwachen gar nicht erst erwähnen.

Und:

Durch Anhaftung werden die glücklichen Daseinsbereiche nicht erlangt und das Leben der Befreiung wird dadurch sogar abgeschnitten.

Alle Schulungen des Zurückweisens [von Geistesgiften] durch die dreifache Sammlungen von Lehrreden in den drei Fahrzeugen [besagen, dass] hinsichtlich der sechs Sinne und ihrer Objekte die Anhaftung an die Anhaftung, die Anhaftung an die Abneigung und die Anhaftung an die Unwissenheit zurückgewiesen wird, und dass es keinerlei Gelegenheit gibt, wo sie erlaubt sind. <198>

Sohn! Wenn auch bei mir Anhaftung, Abneigung und geistiges Fehlwissen vorkommen, wie ist es bei dir, mein Sohn? Da es gewiss ist, dass aus dieser Ursache genau dieses Resultat entsteht, ist es unmöglich, dass es nicht entsteht. Das Entstehen selbst muss, da es entsteht, beseitigt werden. In dem Ausmaß, in dem du dich von den Sinnesgenüssen fernhältst, hältst du dich vom Saṃsāra fern. In dem Ausmaß, in dem du sie aufgibst, gibst du Saṃsāra auf. Deswegen, mein Sohn, sind wir, Vater und Sohn, bei unserer Ordination vor den drei Juwelen und den qualifizierten Lehrern dem König der Śākyas gefolgt und haben das Gelöbnis hinsichtlich der vier Punkte abgelegt, die die Grundlage eines reinen Lebenswandels sind, nämlich Nahrungsmittel zu erbetteln, Kleidung vom Abfallhaufen zu tragen, medizinische Extrakte aufzugeben und unseren Schlafplatz unter einem Baum einzunehmen.²⁰ Darum müssen die Gelübde gefestigt werden.

Wenn selbst ein einfacher Mann sich in Hinsicht auf einen Schwur, den er von einem Preta bezeugt abgelegt hat, in Acht nimmt, kann es dann sein, dass ein wahrhaft außergewöhnlicher Mann ein von den drei Juwelen bezeugtes Gelübde bricht? <199> Wenn eine Person ihr Wort bricht, ist sie am Ende! Wenn der Sattelgurt reißt, ist man am Ende! Man gibt sein Leben her, um die Gelübde zu nehmen! Nachdem du das Gelübde angenommen hast, sollst du mit den Augen keine Formen mehr betrachten, da Anhaftung, Abneigung und geistige Fehlorientierung entstehen würden ... usw. bis hin zu ... unterscheide, untersuche, analysiere usw. niemals Gegebenheiten mit dem Geist, wende dich nie den sechs Sinnesobjekten zu! Wenn du es dennoch tust, werden Anhaftung, Abneigung und geistige Fehlorientierung entstehen. Fliehe daher vor den Sinnesgenüssen wie ein verwundetes Reh! Gib sie auf! Betrachte sie als irrig! Dies ist nicht nur so hinsichtlich der Schulung des disziplinierten Verhaltens, den zweihundertfünfzig Mönchsregeln der vollordinierten Mönche, sondern auch wenn deine Basis nur die Novizen-Gelübde (usw.) sind. All dies ist deine Praxis! Wie der Kranke, der den Arzt erblickt, oder der mit tugendhaften Ansammlungen Versehene, der den spirituellen Lehrer erblickt, übe diese Praxis mit Freude! Deshalb kommt dann auch <200> keine Müdigkeit mehr auf, weil der Unermüdlige in Hinsicht auf all diese Schulungen wie ein durstiger Mann ist, dem es nach Wasser verlangt. Durch die Schrecken der saṃsārischen Sinnesgenüsse wird man in Furcht versetzt!

Da du dich während früherer Geburten an das Entstehen von Sinnesgenüssen bzw. von Anhaftung, Abneigung und Fehlorientierung hinsichtlich der sechs Sinnesobjekte gewöhnt hast, ist es schwierig geworden, alle Geistesgifte allein durch das disziplinierte Verhalten zu

²⁰ Diese Verhaltensweisen werden in der Literatur oft als extreme Askese bezeichnet, aber aus den Instruktionen Jigten Sumgöns geht hervor, dass es ihm hier vor allem um die geistige Haltung der Genügsamkeit geht.

beseitigen. Nachdem du die überaus schädlichen Konsequenzen der Begierden erkannt hast, wird dich eine tiefe Trauer überkommen und du wirst dich vollkommen hilflos fühlen. Indem du dich in diesem Moment vollkommen auf einen einsgerichteten, in der Ruhe der Versenkung des Dhyāna verweilenden Geist konzentrierst, wird der Strom der Anhaftung, Abneigung und Fehlorientierung hinsichtlich der sechs Sinne und ihrer Objekte unterbrochen, und solange du darin konzentriert verweilst wirst du fähig sein, die Geistesgifte und geistigen Konstruktionen zur Ruhe zu bringen.²¹ Zu diesem Zeitpunkt wird folgender Gedanke entstehen: „Zuvor war schwer sich der drei Geistesgifte durch das disziplinierte Verhalten allein zu entledigen; jetzt, wo es so ist, dass es mit der zweiten Methode, der meditativen Konzentration, leichter ist, muß ich sie anwenden!“ <201>

Ein Reisender, zum Beispiel, findet einen Führer, der ihn zu einem furchterregenden Ort geleitet, und er muß achtgeben, dass ihm der Führer nicht nach Hause entwischt. Da jeder ebenso zumindest über eine meditative Konzentration verfügt, der in der einsgerichteten Konzentration für die Dauer eines Lidschlags, des Essens eines Mundvolls von Nahrung oder des Trinkens einer Tasse Tee andauert, sollte er diesen behüten.

Als unser Lehrer, der erhabene Buddha, seinerzeit in seiner Residenz lebte, sah er, als er hinausging, um das Bauerndorf zu betrachten, die schmerzvollen Qualen der Bauern und Rinder. Nachdem er Alter, Krankheit und Tod gesehen hatte, entstand in ihm ein Überdruß hinsichtlich der Begierden. Indem er den Gedanken der Befreiung hinsichtlich der Ordination gefasst hatte, setzte er sich mit gekreuzten Beinen und geradem Rücken in der rechten Weise unter den Jambu-Baum. <202> So verweilte er, während in ihm für einen Moment ein Dhyāna-Samādhi entstand. Später, nachdem er in die Hauslosigkeit gezogen war, verstand er, nachdem keinerlei Qualitäten entstanden waren, obwohl er sich während eines Zeitraums von sechs Jahren in unermesslichen Samādhis wie dem „raumdurchdringenden Dhyāna“ konzentriert hatte, dass er die Buddhaschaft durch diesen Samādhi nicht erreichen könnte und keine weiteren Qualitäten entstehen würden, ganz zu schweigen von der ursprünglichen Weisheit der Allwissenheit. Er dachte „wodurch entsteht Buddhaschaft?“ und dadurch begriff er, dass durch jenen früheren Dhyāna unter dem Jambu-Baum²² Buddhaschaft entstehen würde und er lehrte: „Ich wurde zum Buddha, indem ich jenen früheren Dhyāna unter dem Bodhi-Baum fortsetzte.“

Deswegen ist es, ohne zu wissen, wie du jene Praxis, die in dir selbst ist und aus dir selbst entsteht, sehr schwer Buddhaschaft zu erlangen wenn man danach woanders sucht. Kultiviere deshalb für einen Moment jenen Samādhi, der aus dir selbst entsteht! Dabei gibt es drei Aspekte:

1. Entsage den früheren Begierden und praktiziere dem entsprechend, was in Hinsicht auf das „zur sicheren Entscheidung kommen“ und „Ausdehnen [der Erfahrung]“ die „Abgeschiedenheit von den Begierden“ und „die Abgeschiedenheit von den verwerflichen und unheilsamen Phänomenen“ genannt wird, ausgestattet mit einem disziplinierten Verhalten, der die Gedanken der Anhaftung, Abneigung und Fehleinstellung mit ihren entsprechenden Taten (*karma*) entschlossen hinter sich läßt!
2. Zähme, ohne den fünf Objekten der fünf Sinne zu folgen, die Sinne durch die Sinne!

²¹ Dies betont Jigten Sumgön in seinen Instruktionen immer wieder als das beste Mittel gegen Geistesgifte und Vorstellungen, nämlich bei ihrem Auftreten sofort in einer vollkommenen meditativen Gleichmütigkeit zu verweilen. Das ist es, was er als beste Form der Genügsamkeit und des disziplinierten Verhaltens versteht, und was als „nichts zu akzeptieren und nichts abzulehnen“ bezeichnet wird.

²² Das bezieht sich auf einen „natürlichen“ *Samādhi*, der der Buddha in seiner Jugend erfahren hatte. Darüber berichtet ein Sūtra des *Majjhima Nikāya* (I, 246 ff.).

Unternimm große Anstrengungen, nicht den Sinnesobjekten zu folgen!

3. Halte einen einsgerichteten Samādhi aufrecht, wie du ihn früher erfahren hast!

Indem du diese drei Aspekte praktizierst, wirst du von den Begierden, Anhaftungen, Abneigungen und Fehleinstellungen der zuvor abgelenkten sechs Sinne getrennt sein. Halte den daraus entstehenden Samādhi, der ein „aus der Abgeschiedenheit entstandener Samādhi“ ist, für einen langen Zeitraum aufrecht.

Der erste Dhyāna

Diese Praxis wird durch die „Methoden der Ausdehnung,“ die beiden Aspekte der Vorstellung und Untersuchung, unterstützt. „Vorstellung“ bedeutet sich vorzustellen: Wenn ich mich in diesem Samādhi so verhalte, ist es schädlich. Wie muß ich vorgehen, um Hindernisse zu beseitigen? <204> Weil du Vorstellungen hinsichtlich der Beseitigung von Hindernissen am Entstehen der Praxis entwickelst, ist diese Methode der Ausdehnung „mit Vorstellungen versehen“. „Analyse“ bedeutet, dass du Methoden analysierst, die einen Samādhi für einen langen Zeitraum entstehen lassen. Weil du durch diese Methode alle vorteilhaften Bedingungen schaffst, ist dies die Methode, die „mit Analyse versehen ist“. Indem du auf diese Weise für einen langen Zeitraum übst, wirst du dich an der Abgeschiedenheit von den Begierden und den verwerflichen und untugendhaften Dharmas erfreuen, und da der Samādhi für einen langen Zeitraum entsteht, ist es freudvoll. Da es frei von jedweder Untat ist, ist dieser Samādhi abgeschieden von den Begierden und abgeschieden von verwerflichen und untugendhaften Dharmas. Das Glück und die Freude, die aus der Samādhi-Abgeschiedenheit, die mit Vorstellungen und Analyse ausgestattet ist, hervorgegangen sind, sind Kennzeichen des ersten Dhyāna.

Zweiter Dhyāna

Weil du dieses ausgezeichnete disziplinierte Verhalten, die Kontrolle der Sinne, und diesen Samādhi wie zuvor erläutert praktizierst, wird dein Inneres vollkommen rein und die Praxis wird eins mit deinem Geistesstrom. Das Glück und die Freude, die aus diesem Samādhi entstehen, ist das Kennzeichen des zweiten Dhyāna. <205>

Dritter Dhyāna

Indem sich die Edlen für einen langen Zeitraum an diesen Samādhi gewöhnt haben, lösten sie sich von der Begierde nach diesem Glück und nannten ihn „Samādhi, der die Freude analysiert“. Dies ist der dritte Dhyāna, der frei ist von dem [Festhalten am zuvor erfahrenen] Glück.

Vierter Dhyāna

Nun gibst du auch die [subtile] Freude des dritten Dhyāna auf. Nachdem du dich auch von den noch vorhandenen Leiden gelöst hast, hast du nun alles Glück und alle Freuden und Leiden aufgegeben; die [daraus entstandene] vollkommen klare Vergewärtigung des Gleichmuts ist lichthaft, rein, geschmeidig, direkt und frei von primären und sekundären Geistesgiften. Obwohl du die fünf Verdunkelungen bereits bis zu einem gewissen Grad beseitigt hast, werden sie hier nun vollkommen aufgegeben. Darum ist es bei diesem vierten Dhyāna wie bei einem guten, unbefleckten Tuch, das mit einer sehr guten Seife gründlich gewaschen wurde und wo nun das getrocknete Tuch ohne Schwierigkeiten jede verwendete Farbe annimmt. <206>

Indem sie in diesem Samādhi verweilen, verwirklichen die nicht-buddhistischen Asketen die fünf übersinnlichen Wahrnehmungen und die Śrāvakas, Pratyekabuddhas und Bodhisattvas verwirklichen die sechs übersinnlichen Wahrnehmungen und verweilen auf der Stufe der Edlen. Nachdem der Buddha sich in diesem Samādhi konzentriert hatte, wurde er zum Buddha, lehrte unermeßliche Dharmas, trat in das Nirvāṇa usw. ein und von daher sind die Dhyānas die Grundlage aller Qualitäten von Saṃsāra und Nirvāṇa. Deswegen sind diese Dhyānas und Samādhis außerordentlich wichtig und daher lehrte der Erhabene im *Prajñāpāramitā-saṃcayagāthā*:

Durch die Dhyānas gibt man die üblen Sinnesobjekte auf und verwirklicht Achtsamkeit, die übersinnlichen Wahrnehmungen und Samādhi.

Daher sind diese Dhyānas von großer Bedeutung. <207> Doch einige behaupten: „Aber hier im Mahāyāna gilt das Fahrzeug der Bodhisattvas oder des Mantra als Errungenschaft einer Person mit herausragenden Fähigkeiten. Personen, die über höchste Verwirklichung verfügen, benötigen solche Übungen nicht. Die Dhyānas der drei Bereiche des Daseins bringen nur Saṃsāra hervor. Nachdem man das jenseitige Ufer erreicht hat, ist es unnötig die Brücke tragend weiter zu reisen. Nachdem man Nirvāṇa erlangt hat, gibt es keine Notwendigkeit, das Saṃsāra tragend fortzufahren. Doch gerade jene Hochbegabten des Bodhisattva-Fahrzeugs sollten sich klar darüber werden, dass diese Übungen außerordentlich notwendig sind, um den Entschluss zum Erwachen zu fassen und die Ansammlungen von Verdienst und ursprünglicher Weisheit zusammenzutragen! Entstehen die Resultate zum Zeitpunkt der Buddhaschaft nicht separat, nachdem man bis zur Buddhaschaft die Verdienstansammlung, nämlich die fünf Vollkommenheiten, und die Ansammlung der ursprünglichen Weisheit, nämlich die Vollkommenheit der unterscheidende Weisheit, ohne sie zu vermischen angesammelt hat? Ich habe außerdem noch nie gehört oder Kenntnis davon erlangt, dass Bodhisattvas nicht in den Samāpatti-Samādhi eintreten,²³ <208> daß die Mantra-Adepten ausgerechnet diesen Samādhi nicht üben, und dass der Buddha ohne diesen Samādhi sein soll. So etwas existiert auch nicht unter den Dingen, die man Wissen kann!

Was ist aber dann der Unterschied zu den weltlichen Dhyānas [dier Nicht-Buddhisten]? Es gibt einen großen Unterschied! Nachdem die Śrāvakas und Pratyekabuddhas diesen Samādhi zur „Grundlage des Schwindens der Geistesgifte“ gemacht haben, schwinden die Geistesgifte. Nachdem sie das Karma, das frei von Geistesgifte ist, erlangt haben, machen sie sich dieses Stufe zur Grundlage. Nachdem sie die Herrschaft über ihren Geist gewonnen haben, erlangen sie alles was sie benötigten durch diese Samādhis. Und schließlich sind sie etwas, das für das „Nirvāṇa ohne Reste“ benötigt wird.

Trotzdem die Begabung der Bodhisattvas hoch ist, führen die Samādhis unter der Einwirkung der absoluten Wahrheit allein zum Frieden und zur Beendigung der Geburten bzw. unter der Einwirkung der relativen Wahrheit <209> allein zu den saṃsārischen Errungenschaften. Deswegen besteht die Notwendigkeit, dass sie durch die Verwirklichung der nicht-Dualität zu Mahābodhisattvas des Eingeschmacks von Dasein und Frieden bzw. der Gleichheit von allem Relativen und allem Absoluten werden.

Wenn man ein Mantra-Übender ist, dann sind, nachdem man den speziellen Dharma des

²³ Dieses *nirodha samāpatti* ist eine Stufe, in die man eintritt, nachdem man die vier Dhyānas und anschließend die vier Stufen der formlosen Praxis realisiert hat. Es ist eine zu Lebzeiten erfahrbare Vorwegnahme des eigentlichen Nirvāṇa, der ja nur im Moment des Todes erreicht werden kann.

Mantra, die Ermächtigung des Vajrayāna-Mantra, erlangt hat, alle sichtbaren Erscheinungen der Vajrakörper, alle hörbaren Erscheinungen Vajrareden, alle bewusstseinshaften Erscheinungen Vajrageist und das Gesamtergebn der „alleinigen Vajra“. Der glorreiche Beschützer Tilopa lehrte: „Zum Zeitpunkt der Ursache ist das Resultat selbst gegenwärtig“. Dementsprechend besteht die Notwendigkeit, zu einem Mahāvajradhara zu werden, für den in allem was erscheint und existiert, d.h. in allen Phänomenen von Saṃsāra und Nirvāṇa, weder etwas Aufzugebendes, noch ein Gegenmittel, weder ein „Selbst“ noch ein „Anderes“, weder ein Subjekt noch ein Objekt, und weder etwas Bedingtes noch das Absolute existiert.

<210> Wenn ich all dies nun zusammenfasse, ist es wie folgt. Durch das Erscheinen des Allwissenden, dem Buddha, in der Welt, wurde das, was zu beseitigen ist, die Dunkelheit des Fehlwissens, beseitigt. Das Mittel gegen das Fehlwissen sind die zwölf Glieder des abhängigen Entstehens. Unter dem Gesichtspunkt ihrer regulären Anordnung entsteht alles aus dem abhängigen Entstehen:²⁴ Diejenigen, die, angefangen mit den Wesen der Avīci Hölle, auf der Stufe der in Fehlwissen bestehenden gewohnheitsmäßigen Neigungen stehen, bis zu den mächtigen der zehnten Bodhisattva-Stufe, alles was geboren wird, existiert, umherwandert, was durch Ursache, Pfad und Resultat zusammengefasst werden kann, was durch Feld, Intention und Ding zusammengefasst werden kann,²⁵ was durch die Ansammlung von Verdienst zusammengefasst werden kann, nämlich Freude und Glück, was durch Leid und Verdienstlosigkeit zusammengefasst werden kann, was durch alle Arten von Welten, die das Behältnis sind, und Wesen, die ihr Inhalt sind zusammengefasst werden kann, was durch die ursprüngliche Weisheit des Lehrers, des erhabenen Buddhas, der die Dinge in ihren Einzelfällen erkennt, in allen Einzelfällen erkannt wird und alle vom Buddha gelehrt wurden. <211> Unter dem Gesichtspunkt der Umkehrung des abhängigen Entstehens²⁶ wurde gelehrt „dies ist Beseitigung“. Durch die Beseitigung des Fehlwissens und Missverstehens wird alles beseitigt, Fehlwissen wird zunichte gemacht, schwindet, wird beseitigt ... und so weiter bis ... Alter und Tod werden zunichte gemacht, schwinden, werden beseitigt ... und so weiter bis ... alle Gegebenheiten von Saṃsāra und Nirvāṇa sind hinsichtlich der Grundlage ohne Entstehen, hinsichtlich des Pfades ohne Entstehen, hinsichtlich des Resultates ohne Entstehen, alles ist die Vollkommenheit der Weisheit (*prajñāpāramitā*), jenseits von allen ausdrückbaren, denkbaren und wissbaren Objekten – all dies und alle Schriften, die durch den erhabenen Buddha gelehrt wurden, nachdem er die wahre Wirklichkeit durch die ursprüngliche Weisheit, die die Dinge wie sie sind erkennt, erkannt und gemeistert hat, sind als Umkehrung des Prozesses des abhängigen Entstehens gelehrt worden.

²⁴ „Reguläre Anordnung“ bedeutet: Ausgehend von Fehlwissen entstehen all Glieder bis hin zu Geburt, Alter, Krankheit und Tod.

²⁵ Diese drei findet man zum Beispiel im *Gebet der fünfgliedrigen Mahāmudrā*. Dort heißt es: „Ich widme das vollkommen reine Objekt (= Ding), die Buddhanatur, das Heilsame der wahren Wirklichkeit, mit dem Geist, der der vollkommen reine Entschluß (= Intention) ist, frei von Subjekt und Objekt, dem höchsten Verdienstfeld, das wirklich der Guru, der Buddha und der eigene Geist ist.“

In den gesammelten Werken von Jigten Sumgön gibt es in einem Text ein weiteres Beispiel für diese drei (Band 4, *dGe ba'i sems kyang skad gcig mi dge ba'i sems kyang skad cig*, S. 157 f.). In diesem Beispiel ist der Bodhisattva dGa'-byed das „Feld“, seine „Intention“ ist das Begehren der Tochter eines Händlers, und das „Ding“ ist das Begehren selbst, daß er sodann als „ungeboren“ realisiert, wodurch er eine unumkehrbare Stufe erreicht. Vgl. auch den *dGongs gcig* Kommentar des rDo-rje-shes-rab, Bd. 2, S. 358 f. In einem anderen Text (S. 293) werden die drei Begriffe in Zusammenhang mit der Verdienstansammlung gebracht.

²⁶ Die „Umkehrung des abhängigen Entstehens“ ist die Schritt-für-Schritt Beseitigung von Resultaten aus jeweiligen ihren vorherigen Ursachen, bis hin zu „Fehlwissen.“

Diese Kernpunkte der Schriften, die Stufen der Praxis, der Samādhi von ruhigem Verweilen und höchsten Einsichtsmeditation, ausgestattet mit der hervorbringenden Ursache, bzw. dem disziplinierten Verhalten, <212> die drei höchsten Schulungen, die Stufen, die in einer Sitzung zu praktizieren sind, und die essenzielle Zusammenfassung aller Sammlungen von Lehrreden sind unverzichtbar für den Yogi, der auf allen Ebenen der Ursache, des Pfades und des Resultates praktiziert.

Mögen diese kurzen Notizen des tiefgründigen Systems, dem abhängigen Entstehen von Ursache und Resultat, für die Wesen nützlich sein.

Kolophon

Ein Geist, der den eigenen Geistesstrom nicht durch die aus Studium, Reflektion und Praxis entstandene unterscheidende Weisheit gereinigt hat und kenntnisreich geworden ist, kann andere nicht durch das, was hilfreich und befriedigend für alle ist, nämlich das ausgezeichnete Dharma, das wie ein Juwel ist, zur Reife bringen. Doch nachdem der löwengleiche Herr der Yogis, der den königlichen Reichtum aufgegeben hat, der innerhalb der Gegebenheiten des Saṃsāra wie eine Utpala-Blume ist, die aus dem Morast wächst, der, nachdem er eine verdienstansammelnde leidenschaftliche Hingabe hervorgebracht hat, die Füße des edlen Guru berührt hat, ihm wie ein Diener unter enormen Schwierigkeiten diente, und der seinen Körper und Geist mit dem todlosen Nektar zufrieden gestellt hat, <213> mich gebeten hat, mögen alle gelehrten Meister und Dākinīs, falls sie mit dieser kurzen Niederschrift unzufrieden sind, Toleranz zeigen. Ich habe es mit der Hoffnung, den Wesen zu nützen, niedergeschrieben. Mögen die Lehren Buddhas durch die Ansammlung der enormen Verdienstgrundlage ausgedehnt werden. Damit ist die Kerninstruktion, die unermesslich kostbare Qualitäten hervorbringt, die *Kühlende Sandelholz-Mālā*, abgeschlossen.