



FRAGEN AN KHEN RINPOCHE GESHE PEMA SAMTEN

Im Arya Atyayajana Sutra heißt es: „Der Geist ist der Ursprung der Erkenntnis, suche den Buddha nicht anderswo.“

Wir untersuchen den Geist mit dem Geist. Die Untersuchung des Geistes ist ebenfalls Tätigkeit des Geistes. Indem Einsicht in den Geist Weisheit ist, ist die Ursache der Einsicht auch gleichzeitig das zu erreichende Ziel unserer Arbeit: Geist. Wie können wir diese Kraft der Einsicht des Geistes in den Geist verstehen?

KHEN RINPOCHE: In den Sutren heißt es: „Ich habe Euch den Weg zur Befreiung aufgezeigt. Nun bringt Befreiung in Abhängigkeit von Euch selbst in Erfahrung!“ Und: „Das Selbst ist der Beschützer des Selbst, welcher andere könnte zu dessen Beschützer werden?“ So wird es gelehrt.

Im „Großen Kommentar zum Sutra, das die Intention aufdeckt“ heißt es: „Der Erhabene, weshalb hat er die sechs Vollkommenheit so in dieser Reihenfolge aufgezeigt?“ Avalokiteshvara: „Damit diese Stufe für Stufe zu erreichen sind. Wenn die Bodhisattvas den Körper und die Vergnügungen nicht beachten, wenden sie ethische Disziplin in vollkommener Weise an. Wenn sie, dem gemäß, ethische Disziplin bewahren, werden sie zu Geduldigen. Sind sie Geduldige, bildet das den Auftakt zu heldenhafter Anstrengung. Mit heldenhafter Anstrengung begonnen habend, erlangen sie allmählich meditative Konzentration. Meditative Konzentration lässt sie die Weisheit gewinnen, die die Welt übersteigt.“ In diesem Sutra wird gezeigt, dass, egal um welche Person es sich handelt, es von ihr selbst und den eigenen An-

strengungen und ihrer Beherztheit abhängt, ob sie die Kraft zum Vollbringen der Handlungen hat, und das Resultat erreicht oder nicht. Daher sollte ich an mich glauben – und weil es eben nicht heißt: „Ich übertrage Euch einfach die Siddhi-Erlangungen!“, kommt es auf das Maß der eigenen Handlungsweisen an – genau wie es der getan tat, der dieses sagte – der Darleger des Weges, der das großartige Höchste verwirklichte.

In deinem angeführten Zitat aus dem Sutra: „Der Geist ist der Ursprung der Erkenntnis, suche den Buddha nicht anderswo!“ und auch in den vorher erwähnten Sutren besteht ein gemeinsamer Grundgedanke. Allgemein gilt, wenn der eigene Geist sich durch sich selbst erkennen kann, meditierte ein „Kenner des Geistes“, eine fortgeschrittene Person (hier verwendet Khen Rinpoche ein Wortspiel: den Geist erkennen, *sems shes pa*, ein Heiliger, ein Fortgeschrittener „*sems shes pa*“, wörtlich ein „Kenner des Geistes“). Wenn man, um Einsicht in den Geist zu gewinnen, den Geist an Vergegenwärtigung (*dran pa*) und Aufmerksamkeit (*shes bzhin*) heftet, (die beiden Haupt-Hilfsmittel der Shamatha-Meditation, Anm. der Red.) ist es möglich, das eigene klare Gewahrsein des Geistes ein klein wenig zu erkennen.

Was ist grober Geist? Was ist subtiler Geist? In den Texten spricht man von subtilem und grobem Geist, aber wie sind die definiert, ab wann ist ein Geist ein grober Geist, und ab wann ein subtiler?

KHEN RINPOCHE: Was den groben und den subtilen Geist anbelangt, gibt es zwei Erklärungsweisen, nämlich wie die Sutren groben und subtilen Geist erläutern, und wie in den Tantras grober und subtiler Geist dargelegt wird. Die Erklärung nach den Sutren: Ein Geist, der ein subtileres Objekt betrachtet, ist ein subtilerer Geist. Wie zum Beispiel der Geist, der Leerheit einseht. Ein Geist, der ein grobes Objekt betrachtet, ist ein grober Geist, wie zum Beispiel der Geist, der eine Vase begreift. Die Erklärung von grobem und subtilem Geist nach den Tantras: Hier gibt es drei Arten des Geistes: den groben Geist, den subtileren Geist und den überaus subtilen Geist. Die körperlichen Sinnesbewusstseins-Arten sind grober Geist. Die Geistes-Faktoren der Sechs Wurzel-Leidenschaften, die Zwanzig Sekundären Leidenschaften und die Achtzig Anzeigenden Konzepte (rang bzhin gyi rtog pa brgyad bcu) und diesen entsprechenden Geistes-Arten sind subtilerer Geist. Die Geistes-Arten, welche das Wesentliche der vier Leerheiten realisieren, sie sind überaus subtiler Geist. Die „Vier Leeren“: Sie sind das leere, das überaus leere, das in großem Maße leere und das von allem leere. Sie sind verbunden mit (den Erlangungsstufen:) Erscheinung, Entflammen, Nahes Erlangen und Klares Licht. (Vier Stufen wachsender Einsicht in Leerheit im Vater-Tantra und im Todesprozess, Anm. der Red.) Was die Art der Einsichten in diese anbelangt, so müssen sie nach stufenweiser meditativer Übung der Acht Anzeichen des Sterbeprozesses eingesehen werden.

Die Natur der verschiedenen Geisteszustände: Wenn wir z.B. das Lorig-Studium gemacht haben, und dann einige Funktionen des Geistes kennen, verändert dieses Wissen auch unseren Geist. Auf der Ebene eines Buddha ist die Situation des Geistes die eines „Nicht-mehr-Lernens.“ Was ist diese besondere Situation des Nicht-Mehr-Lernens des Geistes? Was ist dieses „Zur-Reife-bringen“ des Geistes?

KHEN RINPOCHE: Weil sie diese verschiedenen edlen und schlechten Zustände des Geistes haben, folgt daraus auch das edle und schlechte Verhalten der Menschen. Aus diesem Grund betreiben wir das Lorig-Studium. Studiert man Lorig nicht, kann man den Geist, der Leid heraufbeschwört, und den, der Glück bewirkt, nicht erkennen. Weiß man darüber nichts, ist es schwer, einen Weg zu finden, den Menschen zu edlem Verhalten zu bewegen. Kennt man nach den Lorig-Studien die vielen Arten leidenschaftsbehafteten Geistes, kann man sich Mittel erwirken, sie nicht zu entwickeln. Kennt man all die vielen Arten eines heilsamen Geistes, die Glück bescheren, kann man sich selbst die Mittel schaffen, es zu erzeugen.

Aus dem Tibetischen übersetzt von Nicola Hernádi

www.ursachewirkung.at

Achtsamkeit, Meditation und Ethik

Ursache \ Wirkung



Wie Meditation heilt



Buddha und die Arbeit



Wie Gelassenheit geht



Bewusst buddhistisch

Abonnieren Sie jetzt Ursache\Wirkung
Weitere Informationen auf www.ursachewirkung.at oder unter +43 (0) 1 27 63 05