

KONVEN- TIONELLE WAHRHEIT

Das tibetische Wort, das mit dem wohlwollenden Begriff „konventionelle Wahrheit“ übersetzt wird, „kun rdzob bden pa“ bedeutet tatsächlich jedoch so viel wie: „völlig falsche Wahrheit“, im günstigsten Fall „völlig obskure Wahrheit“. Es handelt sich dabei um die Welt, wie wir sie auffassen. Genauer gesagt, es handelt sich um die irrtümliche Art, wie wir die Dinge wahrnehmen. Der Irrtum besteht in dem, was die ultimative Wahrheit „don dam bden pa“ als solche ausmacht.



FRAGEN AN KHENPO KELSANG NYIMA RINPOCHE

Wenn die Art, wie wir wahrnehmen, „völlig falsch“ ist, warum bemerken wir das kaum? Wie bemerken wir es deutlicher – zumal wir die ultimative Wahrheit nicht direkt erfassen können, sondern nur das Konzept, wie es wirklich ist, uns erst einmal mühsam herleiten können?

KELSANG NYIMA RINPOCHE: In der Religion des Buddha spricht man von Dreierlei Aspekten: der Grundlage, dem Pfad und dem Resultat. Die „konventionelle Wahrheit“ bezieht sich auf den Aspekt der Grundlage der sogenannten „Zwei Wahrheiten“. Warum trifft man diese Unterscheidung der Wahrheiten als zwei? Die Art, wie gewöhnliche Wesen wie wir ihre Wahrnehmungsobjekte, Form, Klang, Geschmack, Geruch etc. durch Sehen, Hören, Schmecken, Riechen etc. erfassen, wird als „konventionell wahr“ bezeichnet. Dass die Wahrnehmung real auffindbar ist, macht sie grundsätzlich wahr. Dass das Wahrgenommene jedoch eine vollkommen vom Geist erzeugte, temporäre Erscheinung ist, macht es obskur. Deshalb spricht man von dieser Wahrheit als „fake“, unecht und verfälschend. Wenn man nun fragt, wer diese Verfälschung, das Obskure daran direkt erkennt, dann lautet die Antwort: Ein Heiliger, ein Arhat. Wie

kann man sich dieses andere Sehen eines Heiligen vorstellen? Ein Beispiel: Eine Tasse ist nützlich, um Tee oder Wasser daraus aufzunehmen. Wenn die Tasse verschmutzt ist, wird alles, was wir daraus zu uns nehmen, verfälscht, ob es nun Bier, Kaffee oder Joghurt ist. Wir können feststellen, da ist etwas verdorben. Ähnlich verhält es sich mit dem Sehen und Wahrnehmen eines Heiligen, er oder sie bemerkt das Verfälschende. Und dass die Tasse gar nicht wirklich auffindbar ist. Wie können Heilige das wahrnehmen? Wenn uns jemand sagte: die Tasse da in deiner Hand, die ist nicht real! Dann würden wir sofort protestieren, weil wir sie deutlich sehen. Wo wir bloß die Tasse sehen, vermögen Heilige es, die Kennzeichen des Sehens bemerken, kurz gesagt, dass die Tasse nicht unabhängig existiert, sondern eine Ansammlung ist, die aus kleinsten Partikeln, Atomen, besteht etc. Und was aus vielen Teilchen zusammengesetzt ist, kann man nicht als unabhängiges Einzelnes behaupten, was sich auf alle Wahrnehmungsobjekte beziehen lässt. Diese vielen subtilen Partikel der Atome lassen sich nicht direkt sehen, doch sie können vom Bewusstsein als Realität erschlossen werden. Die Heiligen erkennen die Besonderheit des Bewusstseins (rig pa), dass es verblendet ist durch die subtilen Trübungen durch Karma/

Klesha und Hindernisse vor der Weisheit, und dadurch seine Hervorbringungen für wahr hält. Durch die vielen Trübungen wird die Wahrheit nicht erlangt. Die Unmöglichkeit der direkten sinnlichen Wahrnehmung von Atomen durch das Bewusstsein ist eher ein grobes Hindernis. Die durch diese groben oder subtilen Hindernisse des Bewusstseins beeinträchtigenden Sichtweisen gewöhnlicher Wesen machen die „relative, konventionelle Wahrheit“ aus.

In unserem Geist liegen zahllose verschiedene habituelle Tendenzen, Kleshas, als Hindernisse vor. Es heißt, dass auf ihrer Grundlage sich die Wahrnehmung bei den „Wandelwesen“, den sechs Arten von Wesen im Daseinskreislauf, entsprechend verändere. Wenn wir als Menschen eine Schale Joghurt genießen, wäre es für ein Wesen im Höllbereich, als müsse es flüssiges heißes Eisen, oder Rotz, Eiter, Exkrement etc. verzehren, für ein Wesen im Götterbereich dagegen, als würde es den Nektar der Unsterblichkeit trinken. Der durch Karma und Klesha beeinflusste Geist nimmt diese Erscheinungen unfrei so wahr, als seien sie echt. Wenn wir das durchschauten, entstünde keine Anhaftung mehr an diese Erscheinungen. Wenn wir uns also fragen: warum sind unsere Wahrnehmungen, ist unser Erleben unecht, falsch, obskur, wo wir doch Freiheit und Glück benötigen? Dann sollten wir uns auf die Lehre der zwei Wahrheiten stützen: Wenn wir etwas Angenehmes wahrnehmen, dass dem Geist attraktiv erscheint, entsteht ein starkes Gefühl. Und durch dieses starke Gefühl entsteht Anhaftung an das Angenehme, und diese Anhaftung beschwört viele Schwierigkeiten herauf. Man will das Angenehme unbedingt erlangen. Ein Beispiel: wenn Gold als begehrenswert betrachtet wird, gibt man sich größte Mühen, es zu erlangen. Und wenn es dann erlangt ist, sorgt man sich darum, dass man es nicht verliert. Der Geist eines Heiligen, der über die reinen Neun Wahrnehmungsarten verfügt, ist dagegen davon vollkommen frei. Zu verstehen, dass das Unglück sich in der Folge von Anhaftung an Objekte daraus ergibt, dass sie in obskurer Weise als begehrenswert wahrgenommen werden, und dass es sich dabei bloß um eine „konventionelle Wahrheit“ handelt, hilft hier weiter und führt zu Großzügigkeit und Gelassenheit. So werden Freiheit und innerer Frieden bewirkt und am Ende der Zustand eines Heiligen. (...)

Die konventionelle Wahrheit und das sogenannte „Objekt der Negation“, wie hängen sie zusammen? Sie sind etwas Verschiedenes oder drücken sie das Gleiche aus?

KELSANG NYIMA RINPOCHE: Was das anbelangt, gibt es große Unterschiede zwischen den Gelugpas und den Kagyüpas. Je Tsongkhapa und seine beiden Hauptschüler konstatieren, dass die konventionelle Wahrheit nicht komplett das Objekt der Negation ist. Aus der buddhistischen Lehre vom abhängigen Entstehen usw. ergebe sich, dass das Konventionelle erfassbar ist. Das Objekt der Negation ist im Gegensatz dazu ein nicht-auffindbares Objekt. Das Vorhandensein des Konventionellen

wird nicht negiert. Das Konventionelle besitzt tshad ma, eine gültig wahrnehmbare Erfassbarkeit. Was negiert wird, ist, konventionelle Objekte als real existent, als eigenständig und unabhängig existierend, als inhärentes Selbst zu behaupten; das alles wird zurückgewiesen. Das bedeutet jedoch nicht, das Konventionelle in Gänze als Objekt der Negation zu verstehen. Man könnte sagen: was die Gelugpas negieren, ist das verblendete Für-Wahr-Halten. Von der Seite der Kagyüs her wird gesagt: das Konventionelle, die konventionelle Wahrheit, das Für-Wahr-Halten, sie sind allesamt Objekte der Negation. Denn im Fall der ultimativen Wahrheit sind alle Behauptungen abhängig verbunden. Abhängig verbunden, heißt Vorhandensein, durch Ursachen verursacht – was nicht in verblendeter Weise als wahrhaft existierend gefunden wird, das bezeichnet man als verursacht. Man spricht in Bezug auf etwas als „unwahr, weil dieses durch „abhängiges Entstehen“ aufkommt. Beide Ausdrücke bedingen sich also gegenseitig: wahr, unwahr, verfälscht, unverfälscht, leer, nicht leer. Alle diese sind daher Objekt der Negation. Das Erfassen durch den Geist in dieser Weise, alle Begriffe, sind als Konzeptualisieren zu erkennen. „Weil es abhängig entsteht, weil es konventionell existiert, weil es fälschlich als wahr erachtet wird“ – auf der Ebene der ultimativen Wahrheit sind sie allesamt zu negieren, sind Objekte der Negation. Das ist Standpunkt von Sakya, Kagyü und Nyingmas. Die Gelugpa-Mönche behaupten inhärente Existenzweise, die Auffassung eines Selbst, als Objekt der Negation, aber nicht das konventionell Existente, abhängig Entstandene per se.

In den Texten steht oft, das Problem sei das „Dulden der falschen „Ansicht der Anhäufung von Zerfall als einem Selbst“, „jig lta“. Was die konventionelle Sichtweise wäre. „Dulden“ dieses Greifens nach dem Selbst, klingt in unseren Ohren ein bisschen seltsam, so als ob es anstrengend wäre, dieses Ich falsch als inhärent wahrzunehmen. Mit der direkten Einsicht in die Leerheit fällt das Dulden dann weg, wie empfindet man dann sein Ich, bzw. sein Nicht-Ich?

KELSANG NYIMA RINPOCHE: Es stimmt, die Wurzel dessen, dass wir im Daseinskreislauf umherwandern, liegt im Greifen nach dem Selbst. Daraus kommt es hervor. Die Natur des Geistes ist eigentlich rein und frei von Verblendung. Doch durch die subtilen Auffassungen des Bewusstseins treten Veränderungen ein. Der Geist selbst bleibt leer, rein von einer Eigennatur, frei von Behinderungen. Rein von Eigennatur, diese Reinheit von Eigennatur ist zu begreifen. Wird sie nicht erkannt, kommt es zum Greifen nach einem Selbst. Frei von Behinderungen, was auch immer in ihm erscheint, wird durch uns als „Fremdnatur“ aufgefasst. Als ein fremdes Selbst. Durch dieses Auffassen beginnt man, an der eigenen Freude anzuhaften, über die Freude anderer Neid zu empfinden. Und durch all die verstörenden Geisteszustände, Gier, Hass, Ärger entstehen all die Probleme, die uns begegnen. Was nun dieses „Dulden“ dieser falschen Auffassung vom Ich anbelangt – damit

ist ja nicht das Dulden, die Geduld gemeint, die man entwickeln muss als Gegenmittel von Ärger. Wenn die Weisheit befördert wird, und das Für-Wahr-Halten des Selbst immer mehr aufgegeben wird, und die Kraft gewonnen wird, es ganz überwinden zu können, dann ist danach keine Arbeit daran mehr nötig. Die Arbeit ist vollendet. Mit einspitziger Konzentration hört das Konzeptualisieren des Geistes gegenüber den Phänomenen auf. Wo man sich vorher anstrengen musste und sich mühevoll korrigieren gegenüber den Erscheinungen, das ist nun nicht mehr nötig. Die erreichte Weisheit kann nicht mehr beschädigt werden, und die Kraft der Weisheit zerstört das Für-Wahr-Halten und das Greifen nach dem Selbst. Weshalb kann sie diese beseitigen? Auf der Grundlage der Fünf Skandhas kommen wir dazu, aus deren Anhäufung ein „ich“ abzuleiten. Wenn diese Fünf Skandhas jedoch als unterschiedlich, als Komponenten ohne Eigennatur erkannt werden, ergibt sich die Auffassung eines „ich“ daraus nicht mehr. Das wäre das eine. Das zweite ist: Buddha, tibetisch Sang Gyä (sangs rgyas) bedeutet „gereinigt“ (sangs) und „entfaltet, erweitert“ (rgyas), aber das Sanskrit-Wort Buddha bedeutet „Erwacht“. (...) Wir, die wir nicht erwacht sind, gelten als Schlafende. Im Schlaf wähen wir uns träumend in einem Haus. Und ein Tiger oder ein Löwe bricht in das Haus ein, wir haben Angst, dass der uns frisst, und wir schreien, „Hilfe, ein Tiger!“ Und fühlen, als wäre er wirklich echt. Aber wenn wir erwachen, ist uns klar, dass der Tiger gar nicht real existierte. Dieses Beispiel soll verdeutlichen, wie es ist, wenn man feststellt, dass das Ich nicht real existiert. Unser Geist dreht sich um all die Belange dieses Ichs: Ich bin krank, ich habe Schmerzen, ich bin müde, ich habe Sorgen, ich muss arbeiten. Wie ist es dann wohl, wenn man dann wie der Buddha feststellte, dass dieses Ich nur wie ein Traumgebilde ist, und gar nicht wirklich real? Der Erwachte schaut voll Mitgefühl auf diejenigen, die sich da im Schlaf mit ihrem geträumten Ich abmühen, und solange sie nicht erwachen, schlafen sie weiter.

Wie geben wir systematisch dagegen vor, wie überwinden wir das Greifen nach dem Ich, das „Dulden der Sicht der Anhäufung von Zerfall als ein Ich?“ mithilfe der Überlegungen zu den zwei Wahrheiten?

KELSANG NYIMA RINPOCHE: In den Industrieländern, besonders im Westen, herrscht ein immenser Druck. Der führt zu vielen Stress-Krankheiten, zu Einsamkeit. Die Leute klagen über mangelnde innere Ruhe. Körper und Geist sind permanent auf andere Dinge abgelenkt, die Sinne werden mit Reizüberflutung geschwächt, ständig Geräusche, Informationsflut, ein Übermaß an visuellen Eindrücken. Hinzu kommen Sorgen durch ständigen Wettbewerb. Daraus resultieren Depressionen, Gefühle von Isolation und Feindseligkeit. So wie beispielsweise ein trotziges Kind sich streitend immer mehr in Rage gerät und mit Händen und Füßen und Geist sich völlig verkrampft. Wer jetzt mit dem Wissen in Bezug auf die konventionelle Wahrheit

den eigenen Geist als die Wurzel des Wahrgenommenen ausmacht, kann darüber meditieren, den Geist locker entspannen und dann die Methode anwenden, den Geist in seinem natürlichen Zustand verweilen zu lassen. Seiner Natur nach ist der Geist friedvoll, von Natur aus klar und glücklich, das ist sein natürliches „Zuhause“. Wenn man genug hat von den Zuständen und Gefahren „da draußen“, geht man zurück nachhause. Wie viele äußere Reize der Geist auch erfährt, er erreicht dadurch kein echtes Glück. Wenn man über die Gegenstände als unecht, ohne Essenz etc. meditiert, wird sich nicht sofort tiefe Überzeugung davon einstellen. Doch je mehr man Einblick in den eigenen Geist als Wurzel von allem erhält, desto deutlicher wird einem die Unhaltbarkeit der gewöhnlichen Reaktionsweisen. Durch Meditation vertieft, erreicht man am Ende Freiheit. Alle konventionellen Phänomene haben ihre Wurzel im eigenen Geist. Es ist wie beim Wind. Wenn er weht, dann wiegen sich die Blumen entsprechend, werden hin und her geschüttelt, fremdbestimmt. So ist es mit der Anhaftung des Geistes an die Phänomene als eigenständig. Wenn man sie loslassen kann und die Phänomene als das akzeptieren, was sie sind, ob man nun gewinnt oder verliert, wird man frei davon, hin und her geschüttelt zu werden. Über abhängiges Entstehen zu meditieren, wird zu Glücksgefühlen von Körper und Geist führen. Dann braucht man all die vielen äußerlichen Reize nicht mehr, wie besonders ausgefallene Speisen im neuesten Restaurant. Heutzutage gibt es so viele Möglichkeiten, man kann so viel sich anschauen, lesen, lange Zeit im Internet surfen. Aber in Wirklichkeit ist das nicht so nützlich, wie wir glauben. Wenn wir nicht durch Meditation Zugang zur eigentlichen Natur des Geistes finden und damit dieses ihm innewohnende Glück, dann führt die äußere Zerstreuung nur zu Depressionen, Einsamkeit und Sorgen. Und das wirkt sich auch körperlich aus, denn der Körper hat vielerlei Energien, die stark vom Geist beeinflusst werden. Krankheiten treten auf. Wenn man den Freuden nachjagt, ist man abgelenkt und die Aufmerksamkeit lässt nach. Das ist wie im Schlaf gefangen sein. Man braucht diese ganzen Vergnügungen gar nicht. Die natürliche, innewohnende Freude toppt sie. (...)

Den Buddha-Dharma meditieren, das müsste man ebenso ehrgeizig von klein auf angehen, wie ein Kind schnell erwachsen werden will und sein Wachstum eifrig misst, oder ein Spitzensportler früh zu trainieren beginnt, denn die Schriften sagen: Willst du körperliches Wohl, meditiere! Willst du geistiges Glück, meditiere! Willst du Leichtigkeit von Körper und Geist, meditiere! Willst du Liebe und Harmonie, meditiere! Dafür musst du nichts bezahlen...“ Der Geist ist die eine Wurzel aller Nöte, aber auch allen Glücks. Der von Buddha vor 2500 Jahren gelehrt Dharma ist für die heutige Welt mit ihren großen Problemen, großen Sorgen und Krisen wirklich die beste Medizin für den Geist!

Vielen Dank für das Gespräch!

Aus dem Tibetischen übersetzt von Nicola Hernádi