



Einen Vertrauensvorschuss geben und mit der Praxis beginnen!

Für Geshe Pema Samten ist Karma ein wichtiger Bestandteil der Buddha-Lehre. Im Interview erzählt er, wie er selbst Gewissheit fand und warum Vertrauen wichtig ist, um mit der Praxis zu beginnen.

Interview mit Geshe Pema Samten von Birgit Stratmann

Frage: Eine Strömung des westlichen Buddhismus, die von Stephen Batchelor maßgeblich geprägt ist, stellt Karma und Wiedergeburt in Frage. Als Argument wird angeführt, der Buddha habe dazu aufgefordert, die Dinge eingehend zu überprüfen. Dies sei jedoch bei Karma und Wiedergeburt nicht möglich, man könne entweder daran glauben oder nicht. Was denken Sie dazu?

Antwort: Wenn wir etwas erkennen wollen, reicht der Glaube nicht aus, da stimme ich zu. Wir brauchen beides: logische Überlegung und Vertrauen. Wir können nur das als gültig annehmen, was wir erkannt haben. Wege, etwas zu erkennen, sind die direkte Wahrnehmung und die Untersuchung mit korrekten Argumenten. Dann gibt es noch so genannte äußerst verborgene Phänomene; hier müssen wir uns auf die „schlussfolgernde Erkenntnis-kraft des Glaubens“ stützen, die im Buddhismus angewendet wird.

Wenn wir diese äußerst verborgenen Phänomene erkennen wollen, sind wir auf andere Personen angewiesen. Dazu müssen wir jeweils prüfen, ob wir den Aussagen einer Person vertrauen können. Wir fragen uns, ob sie manchmal lügt oder nicht, ob sie Gründe haben könnte, uns zu täuschen. Wir untersuchen also, ob die Person vertrauenswürdig ist, und

schließen dann auf ihre Aussagen. Schwer verborgene Sachverhalte zu erkennen ist ein längerer Prozess, in dem wir Argumente immer wieder durchdenken, Vertrauen in den Buddha entwickeln usw.

Es geht also nicht darum, etwas aus bloßem Glauben heraus anzunehmen. Für den Anfang reicht es zu sehen, dass eine Lehre nicht im Widerspruch zur direkten Wahrnehmung, zu logischen Argumenten und auch nicht zu den Schriften und den Unterweisungen des Buddha steht.

Frage: Wie ist es aber bei Karma und Wiedergeburt? Das können wir nicht direkt wahrnehmen, und allein aus Argumenten erschließt es sich auch nicht. Da bleibt ja nur der Glaube ...

Antwort: Doch, wir können Wiedergeburt und grobe Ebenen von Karma mit logischen Argumenten erschließen. Daher würde ich sie auch nicht zu den äußerst verborgenen Phänomenen zählen, sondern zu den leicht verborgenen. Nur bestimmte Feinheiten des Karmagesetzes gelten als äußerst verborgen, zum Beispiel, welche Handlung genau welche Wirkung hervorbringt. Nur ein Buddha kann erklären, wie eine Wirkung, zum Beispiel der frühzeitige Tod eines Menschen, mit einer Handlung in Verbindung steht, die er vor Tausenden von Jahren begangen hat.

Die allgemeine Gesetzmäßigkeit von Karma ist logisch ergründbar. Vielleicht müssen wir uns von der Terminologie lösen „Du hast Karma angesammelt“. Wir können schon in diesem Leben beobachten, wie bestimmte Handlungen und Geisteszustände zu bestimmten Wirkungen führen: Es ist offensichtlich, dass destruktive Handlungen zu leidhaften Ergebnissen führen, da müssen wir nicht spätere Leben einbeziehen.

Wir brauchen also nicht zu sagen „Du hast negatives Karma angesammelt, daher erlebst du jetzt Leiden“, sondern es geht darum, das Prinzip zu verstehen: Wenn wir unheilsam handeln, andere schädigen, ist das Ergebnis Leiden, auch für uns. Menschen, die andere töten, sind definitiv nicht glücklich. Wenn wir dagegen heilsam handeln, anderen nutzen, erleben wir Glück, innere Ruhe und Ausgeglichenheit, das können wir selbst feststellen.



Steffen Hönzera

Es gibt eine Verbindung zwischen unseren Handlungen und unserem Erleben

Doch lassen wir den Begriff Karma einmal beiseite und sprechen nur von Handlungen und Wirkungen: Hier gibt es eine Verbindung, das können wir wahrnehmen. Wenn jemand tötet, müssen wir uns fragen, warum er das tut. In seinem Geist ist Wut, die ihn antreibt. Wenn wir ergründen wollen, woher diese Wut kommt, so ist es nicht offensichtlich. Es gibt „Wirkungen, die in Übereinstimmung mit der Ursache“ stehen – und zwar nicht nur in Bezug auf das, was man erlebt, sondern auch in Bezug auf das, was man tut. Das genau zu erkennen, ist für uns nicht möglich.

So heißt es in den Schriften, das Karmagesetz sei in seiner Komplexität nur für einen Buddha erkennbar. Aber ich habe nirgendwo gelesen, dass grobe Ebenen des Karmagesetzes und die Wiedergeburt nur von einem

Buddha erkannt werden könnten. Sie gelten als logisch erschließbar.

Zur Wiedergeburt gibt es die bekannten Erklärungen über die Kontinuität des Geistes (vgl. Dalai Lama in: *Tibet und Buddhismus*, Heft 94, S.12). Nehmen wir Deutschland als Beispiel: Was war vor 100 Jahren? Das können wir nicht mehr direkt wahrnehmen, aber aus Berichten, historischen Quellen usw. erschließen. Je weiter wir in die Geschichte zurückgehen, umso schwieriger wird die Rekonstruktion, so dass man sagen könnte: Dieses Gebiet, das wir heute Deutschland nennen, vor einigen tausend Jahren ist ein äußerst verborgenes Phänomen.

So ist es auch, wenn wir uns selbst betrachten: Das frühere Leben lässt sich logisch begründen, indem wir uns vor Augen führen, woher der Geist kommt usw. Wir können zu einer

schlussfolgernden Gültigen Erkenntnis gelangen, dass es ein früheres Leben gab. Wie dieses Leben genau aussah, können wir nicht wissen. Dafür wären wir auf einen Buddha angewiesen.

Frage: Auf welcher Grundlage haben Sie für sich selbst eine verlässliche Begründung für Karma und Wiedergeburt gefunden?

Antwort: Ich binde Argumente mit ein, auf jeden Fall! Früher hatte ich kein so großes Vertrauen in Karma und Wiedergeburt, aber je länger ich mich damit auf verschiedenen Ebenen beschäftigt habe, umso plausibler wurde es mir, und zwar an meinem eigenen Leben.

Frage: Könnten Sie ein Beispiel nennen?

Antwort: In meinem Leben gab es starke Veränderungen, die ich mir aus der Situation heraus oft nicht erklären konnte. Wenn z.B. durch Reinigungspraxis ein unheilbares Karma aufgelöst wird, stärkt dies die heilsame



Christof Spitz

Geshe Pema Samten ist seit Januar 2003 ständiger Lehrer im Tibetischen Zentrum. Er schloss 1997 an der Klosteruniversität Sera Jhe in Südindien seine Gelehrtenausbildung ab und ist Abt des Dargye-Klosters in Osttibet.

Wissenschaftliche Erkenntnisse und Karma schließen sich nicht aus

Seite. Das verändert unsere Erfahrungen, plötzlich erkennen wir Zusammenhänge, die vorher unklar waren. Ich würde vielleicht von Indizien sprechen, mit denen ich auf etwas schließen konnte, was wir im Buddhismus als Karma bezeichnen.

Ein Beispiel: Ich war nie geschickt darin, Kontakte zu knüpfen, und konnte mich auch nie besonders gut ausdrücken, das ist heute noch so. Als ich anfangs im Kloster Sera war, hatte ich nicht viele Freunde, kaum Kontakte. Trotzdem hatte ich im Leben Erfolg und konnte viele Ziele erreichen. Je mehr Karma ich bereinigte und heilsames Karma ansammelte, umso leichter wurde alles. Selbst Mönchskollegen in Sera fragten mich: „Wieso läuft bei dir plötzlich alles so gut? Woher kommen diese Veränderungen?“ Ich sagte, dass ich mir das auch nicht erklären könne. Vermutlich ist ein positives Karma reif geworden.

Frage: Im Westen greifen wir zu anderen Erklärungen für das, was wir

erleben. Wir sprechen von genetischer Veranlagung, von sozialer Prägung, von Erziehung, von Umwelteinflüssen, persönlicher Lebenssituation ... Ist es nur eine andere Art, das Gleiche auszudrücken? Oder kommen wir wirklich zu anderen Ergebnissen?

Antwort: Da sehe ich keinen Widerspruch. Es ist eine andere Art der Benennung, eine andere Sicht der Dinge. Ich empfinde das als sehr hilfreich im Westen. Denn dass wir im Buddhismus nicht von Genen oder Milieueinflüssen sprechen, liegt ja nur daran, dass dies zur Zeit des Buddha und in der Tradition nicht bekannt war. Wenn wir heute wissen, was einen Menschen prägt und was zu Glück und Leiden führt, dann ist das großartig!

Ich sehe hier aber keinen Widerspruch zu Karma, denn wir können alles integrieren: Karma bewirkt, dass jemand in eine bestimmte Umwelt hineingeboren wird, dass er bestimmte Gene hat usw. Ich habe keine west-

liche Bildung genossen, aber durch viele Gespräche hier im Westen ist mein Verständnis von Karma nur vielfältiger und tiefer geworden. Wenn Weisheit und Methode zusammentreffen, kommt das der Erkenntnis zugute.

Frage: Wir würden im Westen natürlich sagen: Unsere Erklärungen reichen aus, wozu brauchen wir noch Karma?

Antwort: Dieser Materialismus im Westen entspricht eher der Vaibhāṣika-Sichtweise. Diese buddhistische Lehrmeinung sagt, dass bestimmte Aspekte von Karma etwas subtil Körperliches sind ... (*lacht*). Ich sehe das natürlich anders. Mir ist Folgendes wichtig: Warum reden wir über Karma? Doch nicht, damit wir uns alles Mögliche erklären können. Sondern das Ziel ist, die Zusammenhänge von Handlungen und Erfahrungen zu verstehen, damit wir uns ändern können, um dann zu anderen Ergebnissen zu kommen. Karma ist mehr auf die Zukunft ausgerichtet.

Wesentlich ist, dass Karma sehr stark mit dem Geist zusammenhängt. Er steckt hinter allen Handlungen und er ist ausschlaggebend für die Tat. Aber wenn wir Geist nur als materielles Phänomen ansehen, wie es in der Wissenschaft vielfach geschieht, dann können wir auch kein gutes Verständnis von Karma entwickeln.

Die Stärke der westlichen Wissenschaft sehe ich darin, die materielle Welt zu erklären. Die Stärke des Buddhismus ist, die Welt des Geistes in all ihren Feinheiten zu erkennen. Das heißt nicht, dass die Wissenschaft dazu nichts zu sagen hätte. Ich glaube sogar, dass hier in Zukunft weitere Erkenntnisse und Forschungen möglich sein werden. Für mich sind der Buddha, Nāgārjuna und andere Meister Wissenschaftler des Geistes.



Frage: Würde der Buddha auch heute noch Karma und Wiedergeburt lehren?

Antwort: Davon bin ich überzeugt! Aber natürlich würde er die westliche Wissenschaft kennen und die buddhistischen Themen in Übereinstimmung mit diesen Wissenschaften erklären.

Frage: Was machen Westler, wenn sie – aus welchen Gründen auch immer – nicht an Karma und Wiedergeburt glauben können oder wollen, sich aber dennoch zum Buddha, zu seiner Philosophie und Praxis hingezogen fühlen? Wäre es dann in Ordnung, diese Themen auszuklamern?

Antwort: Natürlich kann jeder aus dem Buddhismus herausnehmen, was ihm nützlich erscheint. Wer allerdings Buddhist sein will, kann diese wichtigen Lehren von Karma und Wiedergeburt nicht einfach beiseite schieben. Die Auseinandersetzung mit Karma und Wiedergeburt heißt ja nicht, dass wir keine Zweifel haben dürfen. Aber wenn wir uns damit intensiv beschäftigen und immer wieder auch eigene Zweifel hinterfragen, kommen wir an einen Punkt, wo wir denken: Da ist etwas dran, es könnte so sein – und dann öffnet sich der Geist. Dieser geöffnete Geist ist die Basis für die Praxis. Mit einem verschlossenen Geist ist es schwierig zu praktizieren.

Natürlich ist es wichtig, die verschiedenen Argumente zu durchdenken. Wir sprechen im Dharma davon, dass bei weniger intelligenten Schülern schnell ein anfängliches Vertrauen entsteht, dass dieses aber sehr instabil ist und dazu führt, dass sie schnell an andere Lehren glauben, sobald sie darauf treffen. Dann gibt es die intelligenten Schüler, die alles ergründen und dann zu einem überzeugten Vertrauen kommen. Aber an

Zur Zufluchtnahme gehört es, Karma und Wiedergeburt zu akzeptieren

irgendeinem Punkt müssen auch sie zu einem Ergebnis kommen, um dann mit der Praxis zu beginnen.

Ich gehe es pragmatisch an: In Momenten, in denen wir uns als Buddhist fühlen, Vertrauen in die Zufluchtobjekte haben und unser Herz öffnen, werden wir leichter praktizieren und die Mittel der Geistesschulung anwenden können. An Tagen, an denen der Geist verschlossen ist und wir alles in Frage stellen, werden wir feststellen, dass innerlich nichts passiert. Daher sind wir besser beraten, Vertrauen zu entwickeln und das Herz zu öffnen. Dann verändert sich der Geist schneller, die Praxis wird intensiver, die glücklichen Zustände nehmen zu, die verblenden Haltungen schwinden usw.

Wer völlige Gewissheit braucht, wird prüfen und prüfen – ein Leben wird nicht ausreichen, bei bestimmten Fragen zu einem Ende zu kommen. Es gibt auch unter den Mönchen Gelehrte, die sehr viel wissen und alles ergründen wollen, aber ihr Geist wirkt irgendwie verschlossen, sie sind nicht glücklich. Mir tut das sehr leid, denn worum geht es im Leben? Es geht doch darum, glücklicher zu sein und das Herz zu öffnen. Wir sollten also schauen, wo es sinnvoll ist, genau nachzuprüfen, und wo es gut wäre, einen Vertrauensvorschuss zu geben, um dann in der Praxis wertvolle Erfahrungen zu machen, die wiederum unsere Wahrnehmung der Sachverhalte verändern können.

Frage: Man kann einen Buddhisten ja definieren von der Ansicht her – dem Akzeptieren der Vier Siegel – und vom Verhalten her – der Zufluchtnahme in die Drei Juwelen. Karma und Wiedergeburt kommen nicht vor.

Antwort: Der indische Meister Atiša nannte als Kriterium für einen Buddhisten die Zufluchtnahme.

Frage: Gehört der Glaube an Karma und Wiedergeburt dazu?

Antwort: Ja. Für mich gibt es keinen Zweifel daran, dass der Buddha Karma und Wiedergeburt gelehrt hat, es ist sogar ein wesentlicher Punkt seiner Lehre!

Frage: In der Tradition heißt es, verkehrte Ansichten – etwa das Leugnen von Karma und Wiedergeburt – gehörten zu den schlimmsten Handlungen, die man begehen könne. Das klingt nicht so, als würde man dazu ermuntert, diese Lehren zu prüfen und mit anderen zu diskutieren.

Antwort: Verkehrte Ansichten sind etwas ganz anderes als Zweifel. Ich bin überzeugt, dass niemand, der hier ins Tibetische Zentrum kommt, verkehrte Ansichten hegt. Solche Leute würden gar nicht erst kommen, weil sie gar keine Zweifel an ihren Auffassungen haben, sie sind ja schon entschieden.

Wenn wir studieren und ernsthaft versuchen, den Dharma zu verstehen, dann sind Zweifel ganz normal – Zweifel, ob etwas gut ist oder nicht, ob es wahr ist oder nicht, Zweifel über die Natur der Drei Juwelen, über Karma und Wiedergeburt. Wir werden zweifeln, bis wir eine direkte Einsicht in die Leerheit gewinnen. Der Zweifel wird uns also noch eine Zeitlang begleiten. Es ist gut, darüber zu sprechen, zu forschen, nachzudenken. Erst wenn wir eine Gewissheit, eine tiefere Erkenntnis haben, werden die Zweifel beendet sein. ▀

*Aus dem Tibetischen
übersetzt von Frank Dick.*