LIED
des
SIEGES

Verfasser : Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche

Kommentartor: Khenpo Sodargye

Lied des Sieges

Der wunderbare Klang der himmlischen Trommel

Verfasst von Jigme Phuntsok Rinpoche

Kommentiert von Khenpo Sodargye

2021

Buddha hat vierundachtzigtausend Lehren gelehrt. Wir sind jedoch nicht in der Lage, alle diese Lehren in einem Leben zu meistern. Aber jetzt hat Seine Heiligkeit, dank seiner Praxis und Verwirklichung, diese Lehren in einer wunderbaren Kernunterweisung zusammengefasst. Wir sollten sie schätzen und uns bemühen, ihre tiefe Bedeutung zu verstehen.

— Khenpo Sodargye

Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche

Inhaltsverzeichnis

WURZELTEXT **2**

KOMMENTAR **8**

1 Wichtigkeit des Textes 8

2 Hintergrund des Textes 12

3 Einleitung 15

Titel 15

Huldigung 18

4 Haupttext 26

Ermutigung zur Praxis des Vajrayāna 26

Ermutigung zur Erweckung von Bodhicitta 35

Ermutigung zur Erweckung des Entsagungsgeistes . . 44

Ermutigung zur Entwicklung einer tugendhaften Persönlichkeit 51

5 Abschluß 61

Widmung 61

Kolophon 63

Lied des Sieges

Der wunderbare Klang der himmlischen Trommel

(Wurzeltext)

Verfasst von Jigme Phuntsok Rinpoche[1]

[1] Aus der chinesischen Version von Khenpo Sodargye übersetzt.

Wurzeltext

I. Einleitung

A. Titel

Lied des Sieges - Der wunderbare Klang der himmlischen Trommel

B. Huldigung

Verkörperung der Weisheit aller Buddhas, die die Beschützer aller fühlenden Wesen sind,
Ehrwürdiger, als Knabe erscheinender Manjushri,
Mögest du für immer auf den Staubgefäßen des achtblättrigen Lotos in meinem Herzen verweilen.
Segne mich bitte, damit meine Worte allen fühlenden Wesen zugute kommen mögen.

II. Der Haupttext

A. Ermutigung zur Praxis des Vajrayāna

1. Das Verdienst der Praxis des unübertroffenen Vajrayāna

Die tiefgründige und leuchtende Große Vollkommenheit,
ermöglicht es uns die Wurzeln von Samsara zu durchtrennen,
allein durch das Hören seiner Verse.

Ein sechsmonatiges Praktizieren seiner Essenz führt
zur Befreiung.
Möget ihr dies in euren Herzen verankern.

2. Die Bedingungen für die Praxis des Vajrayāna

Der Glückliche, dem solche erhabene Lehre zuteil wird,
muß in allen seinen früheren Leben über viele Äonen hinweg
Verdienste angesammelt haben,
er besitzt die gleichen Voraussetzungen für die Erleuchtung
wie Buddha Samantabhadra.
Freut euch alle, ihr Dharma-Freunde.

B. Ermutigung zur Erweckung von Bodhicitta

1. Die Gründe für die Erweckung von Bodhicitta

Damit die im furchtbaren Ozean des Samsara versunkenen
Lebewesen
das ewige Glück der Buddhaschaft erlangen können,
sollt ihr es als eure verbindliche Aufgabe sehen, ihnen
zu helfen.
Und ihr sollt die Selbstliebe wie giftige Nahrung wegwerfen.

2. Das Verdienst der Erweckung von Bodhicitta

Dadurch kann das Tor zu den niederen Daseinsbereichen
blockiert werden,

zugleich wird das Glück in den höheren Daseinsbereichen ermöglicht,
schließlich führt dieses Verhalten zur endgültigen Befreiung vom Samsara.
Praktiziert diese essentielle Lehre ohne Ablenkung.

C. Ermutigung zur Erweckung des Entsagungsgeistes

1. Das Verdienst der Einhaltung der Gebote

Allen Arten von interessanten Ereignissen im Samsara,
sollt ihr keinen begehrlichen Gedanken entgegenbringen.
Haltet die reinen Gebote, diese herrliche Zierde der Welt,
die auch von Menschen und Himmelsmenschen mit
Opfergaben geehrt werden.

2. Der Fehler, Regeln zu brechen

Da alles vorübergehende und endgültige Glück
aus dem Befolgen der reinen Gebote entsteht,
das Brechen der Gebote aber zu Wiedergeburt in niederen Daseinsbereichen führt,
laßt euch nicht verblenden und triff die richtigen
Entscheidungen.

D. Ermutigung zur Entwicklung einer tugendhaften Persönlichkeit

1. Die Gründe für die Entwicklung einer tugendhaften Persönlichkeit

Haltet euch immer an eure Freunde in Wort und Tat,
sei aufrichtig, integer und herzensgut.
Um sich selbst auf lange Sicht zu nützen,
ist Altruismus in der Gegenwart der Schlüssel.

2. Das Verdienst der Aufrechterhaltung einer tugendhaften Persönlichkeit

Dies sind die reinen Verhaltensregeln, um ein guter Mensch zu sein,
Dies sind auch die geschickten Mittel aller Buddhas der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft,
Und dies ist die Essenz der vier Wege der Magnetisierung[2],
Das solltet ihr, alle meine Schüler, niemals vergessen!

[2] Diese vier werden im folgenden Kommentar erläutert.

III. Abschluß

A. Widmung

Ich widme das Verdienst allen fühlenden Wesen,
Mögen sie den Abgrund von Samsara überwinden.
Mögen alle meine Herzensschüler sich freuen dürfen,
im glückseligen westlichen Reinen Land wiedergeboren
zu werden.

B. Kolophon

Im siebzehnten Zyklus des tibetischen Kalenders und im Jahr der Feuerratte (21. 09. 1996) hatten der Lehrer und die Schüler alle äußeren, inneren und geheimen Hindernisse überwunden. An diesem glückverheißenden Tag feierte Ngawang Lodro Tsungmed[3] *den Sieg und sang dieses Lied aus dem Stegreif unter den fast fünftausend klösterlichen Personen. Sādhu!*

[3] Dies ist ein alternativer Name für Jigme Phuntsok Rinpoche.

Kommentar zum *Lied des Sieges*

Von Khenpo Sodargye

Wichtigkeit des Textes

Die Dharma-Aktivitäten im Leben Seiner Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche lassen sich in sechs Hauptphasen einteilen. Jede Phase ist durch einen wichtigen Text der Kernunterweisung gekennzeichnet. Diese sechs Texte sind jeweils *„Morgenröte des Rates"*, *„Tropfen meines herzlichen Rates"*, *„Nektartropfen des Rates"*, *„Lied des Sieges"*, *„Belehrungen der vier Fahrzeuge"* und *„Belehrungen während der Magnetisierung von allem, was erscheint und existiert"*. Neben diesen Texten gibt es auch die Belehrungen, die seine Heiligkeit kurz vor dem Eintritt ins Nirwana gegeben hatte.

Diese Texte sind nicht wie die gewöhnlichen Artikel, die aus ein paar Jahren akademischer Forschungsstudien stammen. Sie sind vielmehr die Kristallisation der Weisheit von Seiner Heiligkeit, die er durch lebenslanges Studium, Meditation und Praxis gewonnen hat. Seine erlangte Verwirklichung, seine Biographie und seine beträchtlichen Verdienste haben ihn in seinen verschiedenen Leben, die von der Zeit von Buddha Shakyamuni bis zu der von Guru Padmasambhava reichen, als großen Heiligen und erleuchteten Meister erwiesen. Er hat nicht nur in seinen früheren Leben reichlich gutes Karma angesammelt. In seinem jetzigen Leben hat er mehr als 60 Jahre damit verbracht, sich auf das Studium, die

Reflexion und die Praxis der Lehren des Buddha zu konzentrieren. Im Alter von etwa 5 Jahren hat er mit dem buddhistischen Studium begonnen, als er etwa Mitte 60 war, entstand dieses *Lied des Sieges*. Seine Heiligkeit hat sein ganzes Leben allen fühlenden Wesen und dem Buddhismus gewidmet. Seine Worte und Lehren sprudeln aus einer sehr tiefen Quelle seiner Weisheit, sie sind wirklich überaus wertvoll.

Das *Lied des Sieges* war ein aus dem Stegreif gesungenes Vajra-Doha-Lied[4]. Es wurde von Seiner Heiligkeit vor fast fünftausend ordinierten Sangha-Mitgeliedern an einem verheißungsvollen Siegesfeiertag, am 21. September 1996, gesungen, nachdem er und seine Schüler alle äußeren, inneren und geheimen Hindernisse beseitigt hatten.

Menschen mit Weisheit werden vollständig verstehen, wie transzendent das *Lied des Sieges* ist, wenn sie es genau studiert haben. Als Seine Heiligkeit uns früher die Belehrung gab, erkannten wir damals deren großen Wert noch nicht. Aber im Laufe der Zeit, nach ständiger Kontemplation des Dharma und nach dem Studium verschiedener religiösen Lehren, erkannten wir, dass Seine Heiligkeit in der Tat einer der außergewöhnlichsten Menschen ist.

[4] Für eine Diskussion der aus Indien übernommenen tibetischen Liedgattungen siehe Roger Jackson 1996.

Buddha hat vierundachtzigtausend Lehren gelehrt. Wir sind jedoch nicht in der Lage, alle diese Lehren in einem Leben zu meistern. Aber jetzt hat Seine Heiligkeit, dank seiner Praxis und Verwirklichung, diese Lehren in einer wunderbaren Kernunterweisung zusammengefasst. Wir sollten sie schätzen und uns bemühen, ihre tiefe Bedeutung zu verstehen.

Theoretisch sollten Dharma-Praktizierende möglichst viele Werke von Sutras und auch von Tantras studieren, wie zum Beispiel die Fünf Großen Mahayana-Abhandlungen[5]. Aber das Leben ist kurz. Es ist schwer zu wissen, wie lange man noch leben wird. Viele Veränderungen können in wenigen kurzen Augenblicken geschehen und nichts ist sicher. Daher ist das Studium eines kurzen Textes, der eine große Kernunterweisung enthält, für alle Praktizierenden von großer Bedeutung; andernfalls werden sie vielleicht nicht ausreichend vorbereitet sein, wenn die Zeit kommt, diese Welt zu verlassen.

Seine Heiligkeit bat alle seine Linienschüler, das *Lied des Sieges* einmal zu lehren oder vorzutragen, bevor sie mit dem Lehren oder Studieren eines neuen Dharma-Textes beginnen, damit alle Hindernisse zerstreut werden können, die während des Prozesses auftreten könnten. Wenn jemand danach strebt, dem Dharma zu

---

[5] Für eine Liste dieser Lieder siehe http://kopanmonastery.com/about-kopan/monastic-education/the-five-great-treatises.

folgen, soll er gleichermaßen diesen Text im Voraus einmal vorzutragen, um seinen Wunsch wahr zu werden lassen und ihn davor zu schützen, auf irgendwelche Hindernisse zu stoßen. Außerdem können alle Hindernisse, die beim Studium oder bei der Praxis des Dharma auftreten, in günstige Bedingungen umgewandelt werden, indem man diesen Text liest oder ihn überallhin mitnimmt. Deshalb hat Seine Heiligkeit immer wieder darum gebeten, dass jeder, der zu ihm Zuflucht nimmt oder sich auf ihn verlässt, das *Lied des Sieges* auswendig lernt und seine tiefgründige Bedeutung begreift.

Hintergrund des Textes

Im September 1995 plante Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche, Taiwan zu besuchen und anschließend nach Nepal zu reisen, um in der Höhle von Padmasambhava ein Amitayus-Buddha-Retreat zu begehen. Aber als er in Chengdu angekommen war, gab es einige Probleme bei der Bearbeitung seines Visums. Außerdem verschlechterte sich sein Gesundheitszustand. Das Krankenhaus in Chengdu konnte keine Diagnose für seine Krankheit stellen. Infolgedessen blieb er mehr als fünf Monate lang in Chengdu und verharrte in einem Zustand wie Samadhi, außer Mahlzeiten zu sich zu nehmen. Er sprach kein einziges Wort.

Dann, eines Nachts, hatte Seine Heiligkeit einen Traum. Der Ehrwürdige Atisha, der Ehrwürdige Dromtönpa[6], Jamgön Mipham Rinpoche und Lama Lodrö[7] erschienen gleichzeitig vor ihm im Traum. Der Ehrwürdige Atisha schaute stillschweigend, aber gütig und liebevoll auf Seine Heiligkeit. Der Ehrwürdige Dromtönpa sagte zu ihm: „Wir sind hierher gekommen, weil der Ehrwürdige

---

[6] Einer der berühmten Schüler von Atiśa. Informationen zu dieser Person finden Sie unter http://treasuryoflives.org/biographies/view/Dromton-Gyelwa-Jungne/4267.

[7] Dies war einer der Wurzellehrer von Jigme Phuntsok Rinpoche.

Atisha sehr besorgt um dich ist. Diese riesige Woge des Ozeans wird am 10. März enden, verstehst du, was das bedeutet?“ (Damit meinte er, dass Seine Heiligkeit zu diesem Zeitpunkt vollständig von seiner Krankheit genesen würde). Der Ehrwürdige Atisha und der Ehrwürdige Dromtönpa verschwanden dann.

Jamgön Mipham Rinpoche blieb majestätisch sitzen, betete mit eindringlich und äußerst zornigem Gesichtsausdruck zu Padmasambhava, um alle äußeren, inneren und geheimen Hindernisse zu zerstreuen, und um verschiedene Arten von Dämonen und Geistern, die sich aus Verwirrung und Differenzierung manifestieren, zu besiegen. Danach verwandelte er sich in einen Lichtblitz und verschwand.

Lama Lodrö gab einige barmherzige Ratschläge: „Du solltest in der großen Vereinigung von Erscheinung und Leerheit, sowie im leuchtenden Zustand der Großen Vollkommenheit verweilen. Außerhalb der Samadhi solltest du den fühlenden Wesen mit Bodhichitta helfen und das Leiden der anderen gegen dein Glück austauschen. Dann werden alle ungünstigen Bedingungen in der Leerheit verschwinden.“ Er gab noch einige andere Belehrungen und löste sich dann ebenfalls in Licht auf.

Nach diesem Traum begann sich Seine Heiligkeit langsam zu erholen und, wie der Ehrwürdigen Dromtönpa vorhergesagt hatte,

erlangte er bis zum 10. März seine Gesundheit vollständig wieder. Bei seiner Rückkehr nach Larung Gar empfingen ihn alle seine Schüler mit einem höchst feierlichen Willkommen. Er sang das „*Lied des Sieges*“ aus dem Stegreif inmitten der Versammlung aller Schüler der vierfachen Gemeinden. Die Freude in diesem Moment war unbeschreiblich. Seine Heiligkeit benannte das Viertel der Han-Schüler zur „*Insel des Sieges über Mara*“, was auf den großen Sieg hinweist.

Einleitung

Titel

Huldigung

A. Titel

Lied des Sieges - Der wunderbare Klang der himmlischen Trommel

1. Die Bedeutung des Titels

Das Wort „*Sieg*“ im Titel bedeutet, dass Praktizierende in der Lage sind, alle äußeren, inneren und geheimen Hindernisse zu beseitigen und den vollständigen Sieg durch die Segnungen des Gurus und der Drei Juwelen zu erreichen. Das Wort „*Lied*“ im Titel bezieht sich auf ein Doha, ein Lied, das aus dem Stegreif von einem erleuchteten Wesen mit einem bestimmten Grad der Verwirklichung gesungen wird. Die *himmlische Trommel* ist eine riesige Trommel im

dreiunddreißigsten Himmel. Ihre Erscheinung ist auf die großen Verdienste der himmlischen Lebewesen zurückzuführen.

Dieses „*Lied des Sieges*“ wird mit der Metapher „*der wunderbare Klang der himmlischen Trommel*“ beschrieben. Diese Trommel hat von Natur aus Klänge abgegeben, die „ihr himmlischen Wesen, fürchtet euch nicht“ bedeuten. Als die himmlischen Wesen gegen die Asuras kämpften, konnten sie mit Hilfe des wunderbaren Klangs der himmlischen Trommel die Asuras besiegen und den Krieg gewinnen. Daher zeigt der Titel diese Analogie zwischen dem *Lied des Sieges* und dem *Wunderbaren Klang der Himmlischen Trommel*. Im Liedtext sind enthalten die Essenz aller Sutrayana- und Tantrayana-Lehren sowie die sehr tiefgründigen Methoden, die Seine Heiligkeit lebenslang praktizierte.

2. Vier Hauptaspekte des Pfades

In „*Die drei Hauptaspekte des Pfades*“ erörtert Lama Tsongkhapa drei Hauptaspekte, nämlich Entsagung, Bodhichitta und nicht-dualistische Weisheit. In diesem kurzen Text fasst Seine Heiligkeit jedoch den gesamten Pfad der Erleuchtung in vier Hauptaspekte zusammen, einschließlich des zusätzlichen Aspekts der tugendhaften Persönlichkeit. Außerdem kann die nicht-dualistische Weisheit sowohl innerhalb des Mahayana- als auch des Vajrayana-Pfades erklärt werden. Im *Lied des Sieges* wird auf der Basis der Leerheit

des Sutrayana die nicht-dualistische Weisheit aus der Perspektive der Großen Vollkommenheit, oder Dzogchen genannt, beschrieben. Diese Weisheit ist die höchste und erstrebenswerte Ebene der Verwirklichung in der Vajrayana-Praxis.

Die Verwirklichung der Großen Vollkommenheit ist die erstrebenswerteste Erleuchtung, die von spirituell Praktizierenden gesucht wird. Was ist die Voraussetzung für solche Erleuchtung? Es ist das Bodhichitta. Ohne Bodhichitta, sagte Shantideva im „*Weg des Bodhisattva*", gibt es keine Möglichkeit, volle Erleuchtung zu erlangen, ganz gleich wie viel höchste Verdienste man besitzt. Wie kann man aber Bodhichitta im eigenen Geist entstehen lassen? Damit dies geschehen kann, muss man zuerst den Geist der Entsagung besitzen, der wiederum die tugendhafte Persönlichkeit als Basis hat. Daher sollte die Reihenfolge der Praxis so aussehen: eine tugendhafte Persönlichkeit, um ein guter Mensch zu sein; ein Geist der Entsagung, um alle weltlichen Anhaftungen aufzugeben; ein Streben nach Bodhichitta, um alle Lebewesen zur Buddhaschaft zu führen; und schließlich die Praxis des Dzogchen, um die volle Erleuchtung innerhalb eines einzigen Lebens zu erreichen. Dies sind die vier Hauptaspekte des Pfades, die in diesem *Lied des Sieges* zusammengefasst sind.

B. Huldigung

Verkörperung der Weisheit aller Buddhas, die die Beschützer aller fühlenden Wesen sind,
Ehrwürdiger, als Knabe erscheinender Manjushri,
Mögest du für immer auf den Staubgefäßen des achtblättrigen Lotos in meinem Herzen verweilen.
Segne mich bitte, damit meine Worte allen fühlenden Wesen zugute kommen mögen.

1. Die aufrichtige Hingabe an Manjushri

Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche sagt in diesem Vers: „Die Buddhas aller Welten in den zehn Richtungen sind die Beschützer aller fühlenden Wesen. Die geballte Weisheit aller Buddhas der zehn Richtungen ist in Manjushri verkörpert, der als Knabe erscheint, um allen fühlenden Wesen zu helfen. Ich bete, dass Manjushri mein achtblättriges Lotosherz mit seinem einzigartig gesegneten hellen Sonnenlicht erfüllt und ewig in den Staubgefäßen meines Lotosherzens verbleiben möge. Ich bete, dass meine Worte mit der Kraft von Manjushri´s Mitgefühl allen fühlenden Wesen in dieser Welt universell zugute kommen können."

Hier wird eine Analogie zwischen dem achtblättrigen Lotus und dem Herzen gezogen, das im Vajrayana viele äußere, innere und

geheime Bedeutungen hat und hier nicht im Detail besprochen werden soll.

Dies ist eine Hommage an Bodhisattva Manjushri. Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche betrachtete Bodhisattva Manjushri als seine Hauptgottheit. Nachdem er Bodhisattva Manjushri persönlich am Wutai-Berg[8] getroffen hatte, huldigte er immer zuerst Bodhisattva Manjushri, wann immer er eine Abhandlung verfassen wollte. Dies zeigt seinen außerordenlichen Glauben an Bodhisattva Manjushri.

Seine Heiligkeit hatte seit seiner Kindheit immer eine enge Beziehung zu Bodhisattva Manjushri. Seiner Biographie zufolge rezitierte er unmittelbar nach seiner Geburt laut das Manjushri-Mantra „*Om Arapacana Dhih*“. Im Alter von 6 Jahren entdeckte er ein Exemplar des „*Sprechenden Löwen von Manjushri*“, das in einem Steinhaufen versteckt war. Am Ende des Exemplars besagte ein Vers, dass es in Indien einen Mann im Alter von 99 Jahren gab, der nur einen Tag mit Fleiß und vollem Vertrauen diese Praxismethode geübt und schon Erfolg erlangt hatte, indem Bodhisattva Manjushri vor ihm erschien.

Seine Heiligkeit dachte: „Wenn jemand, der so alt ist, nach nur einer eintägigen Übung Bodhisattva Manjushri schon begegnen

[8] Der Berg Wutai, oder Wutai Shan, ist der heilige Aufenthaltsort von Mañjuśrī in Zentralchina.

kann, werde ich wohl auch problemlos diesen Erfolg erzielen, weil ich in einem so zarten, jungen Alter damit anfange.“ Er war sehr begeistert und praktizierte mit voller Konzentration für einige Tage lang. Infolgedessen erfuhr er viele Zeichen der Verwirklichung und verstand alle Schriften und Kommentare in den Sutras und Tantras auf die natürliche Weise.

Seine Heiligkeit betonte oft, dass Dharma-Praktizierende das Mantra von Bodhisattva Manjushri oft chanten und oft zu Manjushri beten sollten, weil die Kraft der Segnungen von Bodhistta Manjushri eine ganz besondere ist, verglichen mit denen von anderen Buddhas. Als gewöhnliche Wesen können wir nicht feststellen, ob der Segen von Buddha Shakyamuni oder der Segen von Bodhisattva Manjushri mächtiger ist. Es ist jedoch durchaus möglich, ein vernünftiges Urteil gemäß den einschlägigen Sutras zu fällen, die die Hinweise darüber geben.

Oberflächlich betrachtet erscheint Manjushri nur als ein Bodhisattva. Gemäß der Beschreibung in den Sutras erlangte er in der Tat schon vor langer Zeit die Buddhaschaft. Er ist die Verkörperung der gesamten Weisheit aller Buddhas und Bodhisattvas aus allen Welten der zehn Richtungen und wird als „Vater aller Buddhas“ angesehen. Er hat unendlich viele fühlende Wesen zur Erlangung der Buddhaschaft geführt, indem er sie motivierte, Bodhichitta zu erwecken. Daher ist die Kraft seines Segens erstaunlicherweise unvorstellbar groß.

Jeder kann von den Segnungen Manjushris profitieren. Der Schlüssel liegt nur darin, ob man ihm unerschütterliches Glauben entgegenbringt oder nicht. Als ich einmal den Wutai-Berg besuchte, war ich ständig von der Hoffnung erfüllt, Bodhisattva Manjushri persönlich zu sehen. Am Ende habe ich Boddhisattva Manjushri zwar nicht gesehen, einige Segnungen habe ich jedoch erhalten. Mir wurde nämlich ermöglicht, bestimmte Dharma-Texte auswendig lernen und vollständig rezitieren zu können, nachdem ich sie nur ein paar Mal gelesen habe. Ich würde also sagen, dass verschiedene Menschen verschiedene Stufen des Glaubens haben mögen. Sobald sie von Manjushri gesegnet sind, werden sich alle Schriften und Kommentare im Sutrayana und Tantrayana in ihrem Geist manifestieren. Wenn jemand oft zu Manjushri betet, wird er Weisheit Leben für Leben geschenkt bekommen. Und gleichzeitig können die Segnungen aller Buddhas vereinigt in seinen Geist hineinströmen.

2. Eine große Geschichte von Bodhisattva Manjushri[9]

Einst, als Buddha Shakyamuni auf dem Geiergipfel den Dharma lehrte, gab es in der Stadt unterhalb des Berges eine Prostituierte Namens Marvelous Golden Ray (Wunderbarer Goldstrahl). Sie war sehr schön und verführerisch attraktiv. Aber noch erstaunlicher

[9] Weitere Einzelheiten sind im *Mañjuśrīvikrīḍitasūtra* zu finden, das in der West-Jin-Dynastie von Dharmarakṣa aus dem Sanskrit ins Chinesische übersetzt wurde.

war, dass ihr ganzer Körper eine goldene Aura ausstrahlte. Deshalb wurde sie von Königen, Ministern und vielen anderen Männern stark begehrt. Obwohl sie als eine Prostituierte in einer niederen Kaste lebte, war sie stets von einer großen Menschenmenge umringt.

Eines Tages begleitete sie den Sohn eines Geschäftsinhabers bei Einkäufen auf dem Markt. Sie hatten vor, sich im Vergnügungspark zu amüsieren. Bodhisattva Manjushri wußte, dass die Zeit gekommen war, die Frau zur spirituellen Erweckung zu führen. Unterwegs verwandelte er sich in einen eleganten jungen Mann. Sein ganzer Körper schimmerte in außerordentlich irisierendem Licht. Wunderbarer Goldstrahl bemerkte, dass das Licht, das von dem jungen Mann ausging, ihre eigenen goldenen Strahlen bei weitem übertraf. Im Schein seines Lichts verblasste ihr eigenes Licht immer mehr. Sie wurde gierig nach seiner Kleidung und sie wandte sich von dem Sohn des Geschäftsinhabers ab. Sie stieg aus ihrem Fahrzeug und versuchte, den jungen Mann mit ihrer Schönheit zu verführen.

In diesem Moment ermächtigte Manjushri den Himmelmenschen Vaisravana, die Prostituierte Wunderbarer Goldstrahl zu überreden. Vaisravana sagte zu ihr: „Du darfst deinem Begehren nach dem jungen Mann nicht freien Lauf lassen, denn er ist der Bodhisattva Manjushri. Er ist die gesamte Weisheit aller Buddhas.

Er kann alle deine Wünsche erfüllen. Was möchtest du haben?“ Wunderbarer Goldstrahl sagte: „Ich möchte nichts außer seiner schönen Kleidung.“ Daraufhin antwortete Manjushri: „Wenn du die Tür des Bodhi betreten kannst, werde ich dir meine Kleidung schenken.“ Da Wunderbarer Goldstrahl nicht wußte, was Bodhi bedeutete, gab ihr Manjushri genaue Anweisungen.

Während Manjushri Anweisungen gab, sprach ihm Buddha Shakyamuni auf dem Geiergipfel sein Lob aus: „Gut gemacht!“. Daraufhin bebten die Kosmos von einer Milliarde Universen. Die Schüler fragten den Buddha, warum das geschehen sei. Buddha antwortete: „Bodhisattva Manjushri predigt den Dharma mit Mitgefühl und Weisheit, um eine Prostituierte aufzuklären. Ihr solltet dorthin gehen, wenn ihr euch das auch anhören möchtet.“ So gingen viele der Schüler des Buddha zu Manjushri hinüber. Nachdem sie den Unterweisungen von Manjushri zugehört hatten, erlangten einige Schüler die Reinheit des Dharma-Auges und sahen die Wahrheit klar und rein. Einige erlangten die volle Einsicht der Wahrheit der Nichtgeburt; einige erreichten die nicht-regressive Verwirklichung. Viele fühlenden Wesen erhielten dadurch entsprechende Vorteile.

Wunderbarer Goldstrahl entwickelte auch ein festes Verständnis für die Theorie, dass nichts eine reale Existenz besitzt. Sie wollte nun unbedingt Manjushri folgen und buddhistische Nonne werden.

Aber Manjushri sagte ihr, dass der Weg der Entsagung nicht notwendigerweise bedeute, sich den Kopf kahl zu rasieren, sondern es vielmehr darum gehe, zum Wohle andere Lebewesen den Dharma fleißig zu praktizieren und altruistisch zu werden. Manjushri riet ihr auch, zum Fahrzeug des Sohnes des Geschäftsinhabers zurückzukehren und mit ihm zu gehen.

Als Wunderbarer Goldstrahl mit dem Sohn des Geschäftsinhabers im Vergnügungspark ankam, erfuhr sie die Vergänglichkeit, und starb in seinen Armen. Zuerst war der Sohn des Geschäftsinhabers sehr traurig. Dann begann ihr Körper zu verwesen. Blut und Eiter traten aus ihren Augen, Ohren, Nasenlöchern und ihrem Mund. Ein übler Geruch ging von ihrem Körper aus. Der Sohn des Geschäftsinhabers bekam große Angst und rannte den ganzen Weg zum Geiergipfel, um Schutz bei Buddha Shakyamuni zu suchen. Buddha Shakyamuni vermittelte ihm den Dharma, und er erlangte die volle Erkenntnis der Wahrheit der Nichtgeburt. Der Buddha sagte noch voraus: „Aufgrund der Ermächtigung des Bodhisattva Manjushri, der ihre Bekehrung erwirkt hat, wird Wunderbarer Goldstrahl in der Zukunft die Buddhaschaft erlangen. Sie wird Precious Light Buddha genannt werden. Und der Sohn des Geschäftsinhabers wird ein Bodhisattva im Gefolge von Precious Light Buddha werden und als Bodhisattva Tugendhafter Glanz genannt."

Der Sohn des Geschäftsinhabers war verwirrt: „Warum wird der Schüler von Bodhisattva Manjushri, Wunderbarer Goldstrahl, die Buddhaschaft erlangen? Aber ich, als Schüler des Buddha, werde nur ein Bodhisattva?“ Er konnte dies nicht verstehen. Der Buddha antwortete: „Die Verdienste des Bodhisattva Manjushri sind unvorstellbar. Auch ich habe mein Anfangsgelübde, sich Bodhichitta zu entwickeln, vor Manjushri abgelegt. So wie es die unermesslich vielen Buddhas in der Vergangenheit getan haben; so haben es die unermesslich vielen Buddhas der Gegenwart getan und so wird es auch für die unermesslich vielen Buddhas in der Zukunft sein.“

3. Die richtige Motivation, die Lehre zu empfangen

Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche verfasste diesen Text weder, um sich von seiner schweren Krankheit zu erholen, noch aus dem Wunsch heraus, wohlhabend zu werden oder Glück für sich selbst zu erlangen. Vielmehr betete er um Manjushris Segen, um allen Lebewesen durch seine Worte und seine Belehrungen vorübergehend oder letztendlich zu helfen. Genauso müssen auch wir unsere Motive prüfen, wenn wir seine Lehre empfangen. Manche Menschen leben ohne Sinn und Verstand vor sich hin. Sie sehen, dass andere die Lehre annehmen, also folgen sie ihnen ohne ein bestimmtes Ziel. Tatsächlich sollte der Zweck des Empfangens der Dharma-Belehrung darin bestehen, den zahlreichen fühlenden Wesen zu nützen, nicht nur für den eigenen Nutzen. Jeder Praktizierende sollte seine Motivation entsprechend anpassen.

Haupttext

Ermutigung zur Praxis des Vajrayāna
Ermutigung zur Erweckung von Bodhicitta
Ermutigung zur Erweckung des Entsagungsgeistes
Ermutigung zur Entwicklung einer tugendhaften Persönlichkeit

A. Ermutigung zur Praxis des Vajrayāna

1. Das Verdienst, das unübertroffene Vajrayāna zu praktizieren

Die tiefgründige und leuchtende Große Vollkommenheit,
ermöglicht es uns die Wurzeln von Samsara zu durchtrennen,
allein durch das Hören seiner Verse.
Ein sechsmonatiges Praktizieren seiner Essenz führt zur Befreiung.
Möget ihr dies in euren Herzen verankern.

a. Das unglaubliche Verdienst der Großen Vollkommenheit

Die unübertroffene Große Vollkommenheit (Dzogchen), die die leuchtende Essenz von Tathagatagarbha verkündet, ist für gewöhnliche Menschen schwer vollständig zu verstehen. Sie wird oft von Menschen mit wenig Weisheit kritisiert. Man kann jedoch die Grundursachen von Samsara einfach durch das Hören ihrer Verse beseitigen. Menschen mit großen Fähigkeiten sind in der Lage, Befreiung zu erlangen, wenn sie die Essenz des Dzogchen sechs Monate lang fleißig praktizieren. Deshalb müssen wir diese Große Vollkommenheit tief in unseren Herzen verankern.

Die Große Vollkommenheit ist die Essenz aller Sutras und Tantras. Ihre Verdienste sind jenseits aller Beschreibung. Die Menschen können Befreiung erlangen, indem sie lediglich ihre Worte hören, ihr Texte-Buch berühren oder an ihrem Körper befestigen, oder ihre Bedeutung verstehen. So wie es in Aryadevas „*Vierhundert Strophen über den Mittleren Weg*" beschrieben ist, können sich Menschen, die sogar an der Leerheit zweifeln, schon von der zyklischen Existenz in den drei Daseinsbereichen lösen. Dies gilt umso mehr für diejenigen, die das unübertroffene Vajrayana gelernt haben.

Wenn jemand mit außerordentlichem Glauben und starker Überzeugung die Große Vollkommenheit praktiziert, indem er sich an die Abfolge von Vorbereitungs-, Haupt- und Abschlusspraxis hält,

kann er in sechs Monaten Befreiung erlangen. Im „*Vajra-Panjara-Tantra*“ heißt es: „Wenn man sechs Monate lang mit unerschütterlichem Glauben und Überzeugung praktiziert hat, wird man in der Lage sein, die Frucht des Vajradhara zu erlangen.“ Dies wird auch im tantrischen „*Feierlichen Eid*“ erwähnt: „Mit entschlossenem Glauben und Überzeugung wird man in sechs Monaten die Frucht des Vajradhara erlangen.“ Eine ähnliche Aussage wird auch im „*Chetsun Nyingthig*“ und dem „*Longchen Nyingthig*“ ausgeführt.

Die Große Vollkommenheit ist wahrhaft transzendent. Jamgön Mipham sagte in seinen Unterweisungen: „In diesem degenerierten Zeitalter sind die fühlenden Wesen mit tiefen und schweren Leiden belastet, die nicht leicht durch andere Dharma-Methoden gemildert werden können. Aber mit der unübertroffenen Großen Vollkommenheit kann man all diese Leiden vollständig überwinden.“

Da die Große Vollkommenheit so außergewöhnlich ist, sagte uns Seine Heiligkeit hier, dass wir diese Lehre nicht ignorieren oder verleumden dürfen. Wenn man wirklich keinen Glauben an sie erwecken kann, ist es in Ordnung, sich nicht mit ihr zu beschäftigen oder seine Zweifel vor authentischen Lehrern zur Sprache zu bringen. Allerdings darf man ohne ausreichenden Grund keine vorgefassten negativen Gedanke über das Vajrayana haben.

b. Ein erstaunliches Beispiel von einer Dzogchen-Praktizierenden

Ich habe persönlich erlebt, dass einige Praktizierende der Großen Vollkommenheit die Verwirklichung erreichten und vor ihrem Tod glückverheißende Erscheinungen hatten. Und ich war besonders beeindruckt von einer Han Bhikkhuni namens Ming Hui. Im Folgenden erzähle ich die Geschichte über sie.

Ming Hui hatte großes Vertrauen im Vajrayana. Ursprünglich war sie wegen einer Krankheit im Han-Gebiet in Behandlung. Als sie erfuhr, dass Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche die Großen Vollkommenheit in Larung Gar lehren wird, kehrte sie entschlossen zum Institut zurück, damit sie die Unterweisung erhalten konnte. Denn sie wußte, dass das Leben vergänglich ist, und sie war nicht sicher, wie lange sie noch zu leben haben würde. Seine Heiligkeit lehrte etwa 100 Tage lang über Longchenpas „*Finding Comfort and Ease in the Nature of Mind*“ und sie studierte während dieser Zeit sehr fleißig.

Nach der Beendigung der Belehrung kehrte sie am 1. September 1993 in das Han-Gebiet zurück, um sich weiterhin ärztlich behandeln zu lassen. Am 1. März 1994 teilte mir ihre Pflegerin bzw. Dharma-Freundin Bhikkhuni Zhen Ru vom Kloster Jinfeng telefonisch mit, dass Ming Hui gestorben sei. In diesem Kloster

habe Ming Hui zuletzt gelebt. Im Moment ihres Ablebens habe sie in einer würdevollen Sitzposition eingenommen und habe ununterbrochen zu ihrem Linien-Guru und Buddha Amitabha gebetet. Ihr Körper sei geschrumpft, eine Reihe von glückverheißenden Zeichen seien erschienen. Zeitlich gesehen lag ihr Todestag auf den Tag genau sechs Monate nach der Beendigung der Belehrungen bis zu ihrem Todestag; es gab nicht einmal die Diskrepanz von einem Tag. Dies war ein sehr seltenes Vorkommnis.

Bhikkhuni Ming Hui schien zwar nicht immer hochintelligent zu sein, aber ihr Glaube war wirklich sehr stark. Die wichtigsten Voraussetzungen für einen guten Praktizierenden der Großen Vollkommenheit sind Glaube und Überzeugung. Die Praktizierenden mit dem stärksten Glauben an ihre Gurus, an die Drei Juwelen, und besonders an das Vajrayana werden sich niemals von diesem Glauben trennen, nicht einmal auf ihrem Sterbebett. Diese Menschen werden in der Tat große Errungenschaften erreichen. Daher bemerkte Seine Heiligkeit dazu: „Der Großen Vollkommenheit ist in diesem degenerierten Zeitalter sehr schwer zu begegnen, aber sie ist ein außergewöhnliches Erfolgsgeheimnis." Wir müssen diese Worte tief in unseren Herzen bewahren.

c. Die vorbereitenden Übungen der Großen Vollkommenheit

Viele Vajrayana-Anhänger glauben heutzutage, dass man gleich

mit ursprünglicher Reinheit oder Leuchtkraft meditieren muss, um die wahre Natur des Geistes effektiv zu entdecken. In der Tat soll man als gewöhnlicher Praktizierender zuerst mit den vorbereitenden Übungen beginnen, darauffolgend erst nach dem Empfangen der Ermächtigung mit der Hauptpraxis. Der Ehrwürdige Longchenpa, Mipham Rinpoche und Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche haben strenge Anforderungen für die Reihenfolge der Praxis der Großen Vollkommenheit aufgestellt. Es ist entscheidend, sich an diese Reihenfolge zu halten, sonst kann man keine richtige Verwirklichung erreichen. Es ist so, als würde man schöne Bilder an die Wände eines Gebäudes malen, bevor sich das Fundament stabilisiert hat. Die Gefahr ist, dass das ganze Gebäude nach einer Weile einstürzt. Deshalb sollten wir zuerst die Fundamente fest und sicher bauen, und dann die Bilder an die Wände malen.

2. Die Bedingungen für das Praktizieren von Vajrayana

> **Der Glückliche, dem solche erhabene Lehre zuteil wird,**
> **muß in allen seinen früheren Leben über viele Äonen hinweg Verdienste angesammelt haben,**
> **er besitzt die gleichen Voraussetzungen für die Erleuchtung wie Buddha Samantabhadra.**
> **Freut euch alle, ihr Dharma-Freunde.**

a. Die gleichen Bedingungen wie Buddha Samantabhadra

Hier bezieht sich die „erhabene Lehre“ auf die große Lehre der Großen Vollkommenheit, und „der Glückliche“ bezieht sich auf diejenigen, die eine Einweihung in die Lehre der Großen Vollkommenheit erhalten haben oder die Lehre der Großen Vollkommenheit gehört haben, oder auf diejenigen, die eine ähnlich glückliche Verbindung mit der Großen Vollkommenheit haben. Seine Heiligkeit sagte: „Für diejenigen, die die Gelegenheit hatten, der Großen Vollkommenheit zu begegnen, ist es ein Ergebnis von angesammelten Verdiensten über viele Leben hinweg. Einer solch großartigen Lehre zu begegnen, ist vergleichbar damit, als würde man einen ähnlichen karmischen Umstand wie Buddha Samantabhadra haben. Darüber soll man sich richtig freuen.“

Wir alle haben in diesem Leben das Glück gehabt, unseren Gurus zu begegnen, die uns Belehrungen über Vajrayāna, Ermächtigungen und Kernunterweisungen erteilt haben. Solche wundersamen Begegnungen mit Vajrayāna sind das Ergebnis des guten Karmas, das in zahlreichen früheren Leben angesammelt wurde. Der Ehrwürdige Longchenpa hat in *„Die Schatzkammer des Höchsten Fahrzeugs“* zwei Schlussfolgerungen gezogen:

(i) Da wir in diesem Leben dem unübertroffenen Vajrayāna begegnet sind, müssen wir einer unendlichen Anzahl von Buddhas

Opfergaben dargebracht und ihnen gedient haben. Und wir müssen auch in unseren früheren Leben ihre Anhänger oder Schüler gewesen sein.

(ii) Da wir dem unübertroffenen Vajrayāna begegnet sind, werden wir definitiv in diesem gegenwärtigen Leben, während des Bardo, oder in einem zukünftigen Leben die Verwirklichung erlangen.

Gemäß der Schlussfolgerungen der buddhistischen Logik muss also jemand eine transzendentale Affinität zum Vajrayāna haben, wenn er die Lehre des Vajrayāna zu Hören bekommen hat. Dass wir in diesem Leben der Großen Vollkommenheit begegnen, bedeutet, dass wir in der Tat einen ähnlichen Umstand mit Buddha Samantabhadra teilen. Buddha Samantabhadra hat dank dieses transzendentalen tantrischen Dharmas in einem Sekundenbruchteil den Zustand der Selbstbefreiung erlangt. Es ist die Summe unseres guten Karmas in zahlreichen früheren Leben, die dazu führt, dass wir dieser höchsten Lehre begegnen.

Im „*Prajñāpāramitā Sūtra*“ heißt es, dass eine Person, die sich verlaufen hat und im Wald umherirrte, sofort erkennt, dass in der Nähe eine Siedlung liegen muß, sobald sie einen Hirten sieht. Die Angst vor weiterem Herumirren ist wie vergessen. In ähnlicher Weise werden wir bald die Befreiung erlangen, sobald wir einem Vajra-Guru begegnet sind, der uns auf den Vajrayana-Pfad führt.

So wie ein Fisch, der an den Haken genommen wurde und sicher ans Ufer gezogen wird.

b. Die Gelübde des Vajrayana nicht brechen

Wenn jemand jedoch Vajrayana verleumdet oder seinen Guru im Stich lässt, werden die Konsequenzen für ihn sehr ernst sein. Die Vajrayana-Gelübde sind sehr streng, und wenn jemand die Gelübde bricht, wird er natürlich negatives Karma ansammeln, das ihn in die niederen Daseinsbereiche führen kann. Dies gilt nicht nur für die Vajrayana-Gelübde. Die Bodhisattva-Gelübde und sogar die Gelübde für Laien-Buddhisten sind ebenfalls sehr streng. Wenn man heute Zuflucht zu den Drei Juwelen nimmt und morgen die Drei Juwelen beschimpft, wird man definitiv in die drei unteren Daseinsbereiche abstürzen. Deshalb sagte Seine Heiligkeit in seinen anderen Unterweisungen: Solange man die Gelübde in diesem Leben nicht bricht, selbst wenn man nicht ordentlich praktiziert hat, kann man im nächsten Leben seine Befreiung erlangen. Vajrayana-Praktizierende sollen fest entschlossen sein, die Gelübde in diesem Leben einzuhalten.

B. Ermutigung zur Erweckung von Bodhicitta

1. Die Gründe für das Erwecken von Bodhicitta

Damit die im furchtbaren Ozean des Samsara versunkenen Lebewesen
das ewige Glück der Buddhaschaft erlangen können,
sollt ihr es als eure verbindliche Aufgabe sehen, ihnen zu helfen.
Und ihr sollt die Selbstliebe wie giftige Nahrung wegwerfen.

a. Warum sollten wir die Verantwortung des Altruismus übernehmen?

Wir müssen die große Verantwortung auf uns nehmen, anderen von Nutzen zu sein und die Ego-Anhaftung, die wie giftige Nahrung ist, ablegen, um den fühlenden Wesen, die im zyklischen Schrecken des Samsara verstrickt sind, zu helfen, das ewige Glück der Buddhaschaft zu erlangen.

Im Allgemeinen können die Lebewesen in zwei Kategorien eingeteilt werden: Die erste ist das erleuchtete Wesen, das bereits den vorübergehenden oder endgültigen Frieden und das Glück erlangt hat, wie die Arhats, Pratyekabuddhas, Bodhisattvas, sowie Buddhas, die vollkommene Verdienste und Weisheit erlangt haben; die zweite ist das verblendete oder unwissende Wesen, das diesen

durch Erleuchtung erlangten Frieden und dieses Glück noch nie gekostet hat. Es wird durch sein Karma getrieben, sich im Samsara zu suhlen, und ist großen Gefahren ausgesetzt.

Samsara bedeutet umherwandern oder ohne Unterbrechung weiterziehen. Es gibt sechs Sorten von Lebewesen im Samsara, nämlich Himmelmenschen, Asuras, Menschen, Tiere, Hungergeister und Höllenwesen. All diese Lebewesen wandern in den sechs Daseinsbereichen umher, wobei sie manchmal in die drei höheren Daseinsbereiche aufsteigen, wo das Leiden nicht so heftig ist. Sie können ohne eine kurze Pause aufgrund ihres eigenen negativen Karmas schnell wieder in den Abgrund der drei unteren Daseinsbereiche gezogen werden. So heißt es in Chandrakirtis „*Einführung in den Mittleren Weg*“:

> *Lebewesen denken zunächst „ich“ und klammern sich an sich selbst;*
> *Sie denken an „mein“ und klammern sich an die Dinge.*
> *So drehen sie sich hilflos wie ein Schöpfeimer auf Wasserrad,*
> *vor Mitleid für solche Wesen verneige ich mich!*

Basierend auf den authentischen Lehren und den persönlichen Wahrnehmungen der erleuchteten Buddhas und Bodhisattvas haben wir klar gelernt, dass alle verblendeten Wesen früher unsere Eltern waren und jetzt leiden. Damals haben sie sich sorgfältig um uns gekümmert und uns gepflegt. Wir sind eng mit ihnen

verbunden. Auch wenn sie uns jetzt nicht wieder erkennen, würde jeder, der ein gutes Gewissen hat, sie niemals im Stich lassen, um seinen eigenen Frieden und sein eigenes Glück zu verfolgen. Vielmehr würde er versuchen, ihnen zu verhelfen, so viel Frieden und Glück wie möglich zu erlangen. Das heißt, ihnen zu helfen, sich für immer aus dem furchtbaren Ozean des Samsara zu befreien und höchste Erleuchtung zu erlangen.

Deshalb müssen wir die Verantwortung übernehmen, ihnen zu helfen, vorübergehendes Wohl mit gutem Essen und schöner Kleidung zu erreichen. In der Zwischenzeit müssen wir sie dann dazu anzuleiten, das letztendliche Glück durch die Verwirklichung von Arhats, Bodhisattvas und Buddhas zu erreichen. Wir müssen die giftige Selbstliebe so schnell wie möglich loswerden, sonst könnten die Folgen sehr ernst sein. In Shantideva´s *„Der Weg des Bodhisattva“* heißt es,

> *Wenn ich, um mir selbst zu dienen, einem anderen schade,*
> *werde ich später in den Gefilden der Hölle leiden.*
> *Wenn ich um anderer willen mir selbst schade,*
> *wird jede Vortrefflichkeit mein Erbe sein.*

b. Die giftige Anhaftung an sich selbst ablegen

Einst meditierte Ra Lotsawa an einem ruhigen Ort über seine

Gottheit. Er hatte die Idee, sein ganzes Leben lang in dieser Art von einsamer Zurückgezogenheit sein zu wollen. Aber eines Tages sagte ihm seine Gottheit: „Du könntest genauso gut hinausgehen, um den Lebewesen zu nützen. Das Verdienst, nur einen kurzen Augenblick, Lebewesen zu helfen, ist viel größer als das fleißige Meditieren über deine Gottheit in stiller Isolation für Milliarden von Äonen.“ Die Verdienste, anderen mit einem altruistischen Geist zu helfen, sind also viel größer als die Verdienste, die aus einem egoistischen Zielstreben durch jahrelange asketische Meditation entstanden sind.

Wiederum in Shantidevas *„Der Weg des Bodhisattva“* heißt es:

> *All die Freude, die es auf der Welt gibt,*
> *ist durch den Wunsch nach Glück für andere entstanden.*
> *All das Elend, das es auf der Welt gibt,*
> *ist durch den Wunsch nach Vergnügen für sich selbst entstanden.*

Deshalb dürfen wir nicht zulassen, dass unser Bodhicitta vom Weg unseres Praktizierens abdriftet. Patrul Rinpoche sagte auch: „Wenn man die unübertroffene Große Vollkommenheit ohne die Prämisse von Bodhicitta praktiziert, wird sie zur Praxis von Hinayana oder Tirthika“.

Daher sagte Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche, dass Selbstliebe wie ein Gift ist. Das ist eine ausgezeichnete Metapher, über die wir oft nachdenken sollten. Menschen mit einem starken Egoismus werden früher oder später scheitern, unabhängig davon, wo sie sich befinden. Die meisten unserer Streitigkeiten, Leiden und Auseinandersetzungen sind die Produkte der Selbstliebe. Diese Probleme würden nicht auftauchen, wenn wir selbstlos sind. Daher sollten wir uns darum bemühen, ein echter Bodhisattva zu werden.

Wir brauchen wirklich nicht viel darauf zu achten, was die Leute sagen, sondern sollten stattdessen einfach tun, was immer möglich ist, um anderen zu helfen, solange wir noch leben und in der Lage sind. Ob die Menschen darüber Bescheid wissen oder nicht, was wir tun, ist so oder so in Ordnung. Ich glaube, dass einige der Dinge, die wir getan haben, zu unseren Lebzeiten vielleicht nie von anderen Menschen erfahren werden, aber alle Buddhas und Bodhisattvas sowie unsere Gurus wissen es ganz genau. Auch das Gesetz der Kausalität wird sich immer durchsetzen. Deshalb ist es wertlos, um unseres eigenen Rufes und Ruhmes willen anderen zu helfen. Anstatt uns von allen Arten weltlicher Sorgen verunreinigen zu lassen, sollten wir fest entschlossen sein, unser Bestes zu geben, um anderen zu helfen.

2. Das Verdienst durch Erweckung von Bodhicitta

Dadurch kann das Tor zu den niederen Daseinsbereichen blockiert werden,
zugleich wird das Glück in den höheren Daseinsbereichen ermöglicht,
schließlich führt dieses Verhalten zur endgültigen Befreiung vom Samsara.
Praktiziere diese essentielle Lehre ohne Ablenkung.

a. Das Verdienst des Bodhicitta

Zu den Verdiensten der Erweckung von Bodhicitta gehört, dass sie das Tor zu den niederen Daseinsbereichen versperrt, es uns ermöglicht, vorläufig Frieden und Glück in den höheren Daseinsbereichen der Menschen und Himmelmenschen zu erlangen, und uns befähigt, letztendlich die Befreiung von Samsara zu erlangen. Mit der Einsicht in diese Tatsache sollte sich jeder Dharma-Praktizierende auf die Praxis dieser wesentlichen Lehre konzentrieren.

Die Verdienste durch Bodhicitta sind unermesslich und grenzenlos, ganz gleich ob es sich um das Bodhicitta des Strebens oder um das Bodhicitta des Handelns handelt. Dies wurde in „*Kompendium der Übungen*“, in „*Weg des Bodhisattva*“ und vielen anderen Mahayana-Sutras sehr ausführlich erläutert. Einfach ausgedrückt, können die Verdienste des Bodhicitta auf zwei Arten manifestiert werden:

(i) Wenn jemand echtes Bodhicitta erweckt, kann alles negative Karma in seiner eigenen Geistesströmung beseitigt werden. Die Türen zu den niederen Daseinsbereichen werden blockiert. Shantideva sagte:

> *Das Bodhicitta ist wie das Feuer am Ende des Kalpa,*
> *und verbrennt alle verschiedenen schwerwiegenden Sünden.*
> *Sein Nutzen ist grenzenlos,*
> *so erklärte der weise Maitreya Sudhanakumāra.*

Die schwerwiegenden Sünden beziehen sich auf schweres negatives Karma, das schwer zu reinigen ist, wie z.B. das Karma durch Begehen der fünf unmittelbar ins Elend führenden Taten[10] oder das Karma, das durch Diffamierung an Dharma angesammelt wird. Diese Sünden können alle in dem Moment verziehen werden, in dem Bodhicitta im Geist entsteht, wie das Feuer am Ende des Kalpa, das die ganze Welt ausbrennt. Wenn das negative Karma eines Menschen gereinigt ist, ist es für ihn nicht mehr möglich, in die niederen Daseinsbereiche zu fallen.

Daher sagte Seine Heiligkeit, dass jemand mit Bodhicitta unmöglich in die niederen Daseinsbereiche fallen kann. Wir müssen unser Bestes geben, um Bodhicitta zu erzeugen, bevor wir sterben. Wenn wir Bodhicitta haben, müssen wir immer darauf achten, dass unser

[10] Vgl. Lopez und Buswell 2016: 40-1.

Bodhicitta nicht gemindert wird. Auf diese Weise werden wir die Wiedergeburt in niederen Daseinsbereichen vermeiden.

(ii) Mit Bodhicitta werden sich die eigenen tugendhaften Wurzeln immer weiter vermehren. Folglich kann man eine Wiedergeburt als Mensch oder Himmelmensch erlangen. Vorübergehenden kann man jede Art von Frieden und Glück der höheren Daseinsbereiche genießen. Langfristig kann man seine Verdienste für fünf Pfade und zehn Bhumis vervollkommnen, bis man schließlich die endgültige und unübertreffliche Frucht der Buddhaschaft erlangt.

Daher ist der Nutzen von Bodhicitta für die Lebewesen tatsächlich immens. Shantideva sagte auch,

> *Dieser kostbare Bodhicitta*
> *ist für alle Lebewesen die Ursache für Freude und Glück,*
> *Wie ein lang ersehnter kühler Regen vertreibt er Leiden,*
> *Wie kann sein Verdienst bemessen werden?*

b. Die Schlussfolgerung der Buddhas

Es ist die Schlussfolgerung, die Buddhas mit ihrer unübertrefflichen Weisheit durch langwierige Kontemplationen in zahlreichen Äonen gezogen haben. So wie manche Wissenschaftler, die sich der Forschung über einen langen Zeitraum widmen, um etwas zu

erfinden, von dem sie glauben, dass es für die gesamte Menschheit von großem Nutzen sein könnte. In ähnlicher Weise hat der Buddha entdeckt, dass Bodhicitta den größten Nutzen für alle Lebewesen bringen würde. Nach wiederholten Beobachtungen über einen langen Zeitraum hinweg hat er erkannt, dass unzählige Lebewesen leicht die höchste Frucht der Buddhaschaft erlangen können, wenn sie Bodhicitta in ihrem Geist erwecken. Deshalb sagte Shantideva,

> *Die mächtigen Buddhas haben durch tiefes Nachdenken über viele Zeitalter hinweg erkannt,*
> *dass Bodhicitta am meisten hilft,*
> *um die grenzenlosen Scharen von Lebewesen*
> *leicht zu höchster Freude zu bringen.*

Daher ermutigt Seine Heiligkeit alle seine Schüler, Bodhicitta zu kultivieren und diese essentielle Lehre zu praktizieren, ohne auch nur im Geringsten abgelenkt zu sein. Wir dürfen nicht zulassen, dass unser Geist von den acht weltlichen Belangen in Versuchung geführt wird und so die Richtung verliert. Wir sollen ernsthaft solches geheimes Erfolgsrezept wie Bodhicitta praktizieren, denn dies ist die wichtigste und wertvollste Methode unter allen Praktiken.

C. Ermutigung zur Erweckung des Entsagungsgeistes

1. Das Verdienst der Einhaltung der Gebote

> **Allen Arten von interessanten Ereignissen im Samsara, sollt ihr keinen begehrlichen Gedanken entgegenbringen. Haltet die reinen Gebote, diese herrliche Zierde der Welt, die auch von Menschen und Himmelsmenschen mit Opfergaben geehrt werden.**

a. Ein wahrer Entsagungsgeist

Um die endgültige Befreiung von Samsara zu erreichen, dürfen wir den schillernden Ereignissen und dem Reichtum in dieser gewöhnlichen Welt nicht das geringste Begehren entgegenbringen. Stattdessen sollten wir gewissenhaft die reinen Gebote einhalten, die auch von Menschen und Himmelmenschen mit Opfergaben geehrt werden.

Für diejenigen, die sich wirklich von Samsara lösen und die Befreiung erlangen möchten, sind die weltlichen Dinge wie Ruhm, Macht, hoher sozialer Status, sinnlicher Genuss etc. völlig bedeutungslos. Danach haben sie keinerlei Verlangen. Luxuriöse Autos und Villen sind in ihren Augen nur wie Objekte in einem Traum,

oder wie Illusionen oder wie Seifenblasen. Das ist kein Lippenbekenntnis, sondern der echte Geist der Entsagung. Im Inneren fühlen sie wirklich, dass die drei Welten nichts anderes sind als ein brennendes Haus ohne augenblickliche Glückseligkeit.

Allerdings werden viele Menschen am Anfang wie Nanda (Halbbruder des Buddha) noch Schwierigkeiten haben, die Sehnsüchte und die Anhaftung an das weltliche Leben vollständig aufzugeben. Aber wenn wir beharrlich die buddhistischen Lehren studieren, verinnerlichen und konsequent umsetzen, werden wir uns der Ungewissheit des Samsara bewusst werden. Schließlich wird der Entsagungsgeist in uns selbst entstehen.

Wie kann man also einen echten Geist der Entsagung erwecken? Es gibt keine bessere Methode als die Kontemplation über die vier gemeinsamen vorbereitenden Übungen: (i) die Kostbarkeit, als Mensch geboren zu sein; (ii) die Vergänglichkeit des Lebens; (iii) die Tücken des Samsara; (iv) die Unfehlbarkeit des Gesetzes von Ursache und Wirkung. Wenn wir diese vier gemeinsamen vorbereitenden Übungen abgeschlossen haben, wird der wahre Entsagungsgeist ganz sicher im Kontinuum des Geistes entstehen. Dann werden wir uns ständig nach der Befreiung von Samsara sehnen, wie ein Gefangener, der sich nach Befreiung aus dem Gefängnis sehnt.

Lama Tsongkhapa schrieb in seinen „*Drei Hauptaspekten des Pfades*“:

Die menschliche Existenz ist schwer zu erhalten,
und das Leben ist schnell vergänglich.
Wenn man immer wieder darüber nachdenkt,
wird man seine Anhaftung an dieses Leben aufgeben.

das Prinzip von Ursache und Wirkung ist untrüglich,
der Kreislauf im Samsara ist leidvoll,
Wenn man immer wieder darüber nachdenkt,
wird man seine Sehnsucht nach dem zukünftigen Leben auf der Erde verlieren.

Wenn man auf diese Weise trainiert ist,
wird man keine Sekunde lang mit Neid auf das irdische Glück blicken,
Wenn man sich Tag und Nacht Gedanken über die Befreiung macht,
dann ist der Entsagungsgeist entstanden.

b. Die prächtige Zierde in der Welt

Nachdem wir Entsagung geweckt haben, müssen wir die reinen Gebote empfangen und aufrechterhalten. Diese sind die herrlichste Zierde der Welt und ihnen werden von Menschen und Himmelsmenschen Opfer dargebracht. Die Gebote sind die Grundlage aller tugendhaften Eigenschaften. Im „*Sutra der individuellen Befreiung*“

heißt es: „Die Gebote sind eine Brücke, um zu oberen Daseinsbereichen zu gelangen." Es ist für monastische Buddhisten nicht sehr angebracht, sich mit Schmuck wie Ohrringen und Armbändern zu schmücken. Ist aber ein Praktizierender mit unbefleckten Geboten ausgestattet, dann trägt er den würdigsten Schmuck. Er ist es wert, dass Menschen und Himmelmenschen sich vor ihm niederwerfen, ihn verehren und ihm Opfergaben bringen.

Die Grundlage eines jeden einzelnen Lebewesens ist verschieden. Daher können die einzuhaltenden Gebote auch unterschiedlich sein. Wenn man einen stärkeren Entsagungsgeist hat, dann kann man die Ordination erhalten und die Sramanera- oder Sramanerika-Gebote und die Bhikkhu- oder Bhikkhuni-Gebote einhalten. Aber wenn die Umstände es einem nicht erlauben, das Haus zu verlassen und sich einer klösterlichen Gemeinschaft anzuschließen, sollte man zumindest eines der fünf Gelübde für Laienpraktizierende annehmen und einhalten, oder die Zufluchtsgelübde, geleitet von einem Entsagungsgeist, ablegen. Wenn jemand keine einzige Gebotsform der obengenannten Geboten einhalten kann, dann ist es für ihn fast unmöglich, irgendein Verdienst anzusammeln. In Nagarjunas „*Brief an einen Freund*" heißt es,

Halten Sie Ihr Gelübde ungebrochen, ungetrübt,
Unverfälscht und ganz frei von Makel.
So wie die Erde die Basis für alles ist, was still oder beweglich ist,

So ist auch die Disziplin die Basis für alles, was Verdienste und Tugenden betrifft.

Die Erde ist die Grundlage für die Existenz aller Dinge auf diesem Planeten. In ähnlicher Weise werden alle Verdienste aufgrund der Gebote entstehen. Wenn wir kein einziges Gebot annehmen und aufrechterhalten, wird es sogar schwierig für uns sein, eine Wiedergeburt als Mensch oder himmlisches Wesen zu erlangen, ganz zu schweigen von der Möglichkeit, die Befreiung zu erlangen. Aus diesem Grund sagt Thogme Zangpo in den „*Siebenunddreißig Übungen eines Bodhisattvas*“:

Ohne Disziplin kann man nicht einmal sein eigenes Wohl erreichen,
Die Gedanke, den Anderen noch zum Wohl zu helfen, wird dann schon lächerlich.
Deshalb ist das Einhalten von Disziplin ohne samsarische Motivation die Vorgehensweise eines Bodhisattvas.

2. Der Fehler, Regeln zu brechen

Da alles vorübergehende und endgültige Glück
aus dem Befolgen der reinen Gebote entsteht,
das Brechen der Gebote aber zu Wiedergeburt in niederen Daseinsbereichen führt,
laß dich nicht verblenden und triff die richtigen Entscheidungen.

Die vorübergehenden Vorteile der Wiedergeburt in den Daseinsbereichen der Menschen und Himmelsmenschen sowie das letztendliche Glück der Erleuchtung und der Befreiung aus dem Samsara resultieren alle aus der Einhaltung der reinen Gebote. Wenn man die Gelübde bricht und keine vollständige Reue zeigt, wird man definitiv in einen der drei niederen Daseinsbereiche fallen. Daher ist es unerlässlich, dass ein Praktizierender in seinem eigenen Verhalten die richtige Entscheidung trifft, um nicht in Verwirrung zu geraten.

Im „*Sutra der individuellen Befreiung*“ heißt es, dass der einzige Zielort für diejenigen, die die Gebote brechen, die drei niederen Daseinsbereiche der Höllenwesen, der hungrigen Geister und der Tiere sind. Ähnlich steht es im „*Zusammengefassten Prajnaparamita-Sutra*“ geschrieben: „Hält jemand die Gebote nicht ein, kann er nicht einmal sich selbst helfen, wie kann er noch den anderen helfen?“

Das Einhalten der reinen Gebote ist in diesem degenerierten Zeitalter immer schwieriger geworden. Insbesondere wird es für die ordinierten Menschen immer schwieriger, die reinen Gebote in diesem stark kommerzialisierten Informationszeitalter zu befolgen. Fernseher, Laptops und Handys bieten ständige sensorische Stimulation und Versuchung. Im Vergleich zu den alten Zeiten haben

viele Menschen keinen starken Entsagungsgeist. Nur sehr wenige Menschen können sich an abgelegenen und einsamen Orten aufhalten und den Dharma zielstrebig praktizieren.

Wenn man also ein gewisses Maß an Entsagung und den aufrichtigen Wunsch hat, Erleuchtung zu erlangen, ist es durchaus notwendig, das dreifache Zufluchtsgelübde abzulegen und die fünf Gebote einzuhalten. Falls man eines dieser Gelübde gebrochen hat, sollte man sie sich von einem qualifizierten Lehrer erneuert erteilen lassen.

Der Grund dafür ist: So wie Blumen, Gras und Bäume nur aus der Erde heraus wachsen, so können alle Verdienste auf der Grundlage von Geboten wachsen und gedeihen. In einem seiner Texte, *„Der Hauptpfad zur Erleuchtung“*, bezieht sich Lama Tsongkhapa speziell auf eine Lehre in den Sūtras. Diese besagt, dass im entarteten Zeitalter das Verdienst durch die Einhaltung der Gebote selbst nur an einem einzigen Tag das Verdienst durch Darbringung von Opfergaben an Buddhas und Bodhisattvas in Tausenden von Millionen von Äonen übertreffen würde. Deshalb dürfen wir unser Ziel in diesem degenerierten Zeitalter nicht aus den Augen verlieren. Wir sollten das Gesetz von Ursache und Wirkung gründlich beachten. Das hilft uns, unsere Gelübde zu schützen, und die ungünstigen Bedingungen zu verwerfen, die uns dazu bringen, unsere Gelübde zu brechen. Dafür müssen wir uns ernsthaft bemühen.

D. Ermutigung zur Entwicklung einer tugendhaften Persönlichkeit

1. Die Gründe für die Entwicklung tugendhafter Persönlichkeit

Halte dich immer an deine Freunde in Wort und Tat
sei aufrichtig, integer und herzensgut.
Um sich selbst auf lange Sicht zu nützen,
ist der Altruismus in der Gegenwart der Schlüssel.

a. Die Bedeutung von tugendhaften Persönlichkeiten

Zu einer tugendhaften Persönlichkeit gehört, dass wir unseren Familienmitgliedern und Freunden gegenüber immer respektvoll, freundlich, integer und gütig in Wort und Tat sind. Wenn wir uns selbst auf lange Sich Nutzen bringen wollen, sollen wir den anderen in der Gegenwart helfen.

Die Dharma-Praxis erfordert eine tugendhafte Persönlichkeit. Dies ist die wesentliche Lehre, die Seine Heiligkeit in den vielen Jahren seiner Lehrtätigkeit zusammengefasst hat. Seine Heiligkeit verlangte, dass jeder, der in Larung Gar studiert, drei Regeln befolgen muss, nämlich (i) eine tugendhafte Persönlichkeit zu kultivieren; (ii) die reinen Gebote einzuhalten; (iii) den Dharma-Lehren zuzuhören, darüber nachzudenken und sie zu praktizieren.

Unabhängig davon, ob man die Mahāyāna- oder die Vajrayāna-Lehren studiert, ist es unerlässlich, dass man eine tugendhafte Persönlichkeit hat. Andernfalls wird es unmöglich, in seiner Dharma-Praxis Fortschritte zu machen. Jamgön Mipham Rinpoche sagt in den „*Worten über den mundanen und transmundanen Kodex*“:

> *Weltliche Regeln sind die Grundlage des Dharma.*
> *Verhält man sich in der Welt nicht edel,*
> *wird man niemals das höchste Prinzip des Buddha-Dharma erfassen,*
> *von der Erleuchtung ganz zu schweigen.*

b. Was sind die Merkmale einer tugendhaften Persönlichkeit?

In diesem Vers nennt Seine Heiligkeit die folgenden Kriterien für eine tugendhafte Persönlichkeit. Diese müssen wir uns fest einprägen.

„Sei immer mit deinen Freunden in Wort und Tat konform.“ Wir müssen immer friedlich mit unseren Familienmitgliedern und Freunden auskommen, unabhängig von deren Alter und Status. Aus weltlicher Sicht ist eine Person mit guten Eigenschaften respektvoll gegenüber jenen mit höherem Status; sie ist mitfühlend gegenüber den weniger Privilegierten und kommt harmonisch mit einem Ebenbürtigen aus.

In Tibet gibt es eine Metapher: „Wenn hundert Yaks alle bergauf klettern, läuft der Gaba-Yak (eine minderwertige Art von Yak) aber bergab.“ Dies ist eine sehr anschauliche Darstellung. Ein Mensch mit schlechtem Charakter gerät sehr oft mit anderen in Konflikt. Alle Menschen werden erleichtert sein, wenn so eine Person weggeht. Es ist so, als ob man sich ein Pterygium aus dem Auge entfernt hat, seine Entfernung ist ein Grund zum Feiern.

Buddha sagte einmal: „Ich werde mich den weltlichen Menschen fügen“. Wenn sich der Buddha auf diese Weise verhält, müssen wir gewöhnlichen Menschen sicherlich dasselbe tun. Natürlich bedeutet Nachgiebigkeit nicht, ohne Prinzipien zu sein. Nachgiebigkeit bedeutet nicht, dass man der Gier oder dem Hass anderer nachgeben sollte. Wir halten uns an Taten, die vernünftig sind und im Einklang mit dem Dharma stehen. Auf diese Weise werden wir mit allen harmonisch auskommen.

„Sei ein integerer Mensch!“ Alles was wir sagen und tun, muß fair, ehrlich und unparteiisch sein. Wir müssen frei von Selbstbezogenheit sein und keine Abneigung gegenüber anderen hegen. Außerdem dürfen wir uns nie in eine dominante Position bringen oder Dinge ungerecht beurteilen. Wir müssen der Wahrheit treu bleiben und unparteiisch sein.

Daher ist es unerlässlich, eine integere Person zu sein. Dann werden

wir niemals wirklich geschädigt, egal wie wir missverstanden oder verleumdet worden sind. Unsere freundliche und ehrliche Natur wird wie reines Gold glänzen, und sie wird nicht durch Hindernisse oder Dunkelheit getrübt.

Wann ist jemand gütig und wann scheinbar gütig? Wenn jemand scheinbar integer ist und zu anderen Menschen scheinbar entgegenkommend ist, aber bösartig im Geiste ist, dann ist die moralische Qualität dieser Person fraglich. Der Geist ist die Wurzel von allem. Lama Tsongkhapa sagte einmal:

> *Wenn die Absicht gut ist, sind die Ebenen und Pfade gut.*
> *Wenn die Absicht schlecht ist, sind die Ebenen und Pfade schlecht.*
> *Denn alles hängt von den Absichten ab,*
> *Achte immer darauf, dass sie positiv sind.*

Wenn man ein gutes Herz hat, wird alles hell sein; aber wenn man ein ungutes Herz hat, wird man sich nur in Richtung Dunkelheit bewegen.

Diese drei Verhaltensprinzipien sind sehr wichtig. Seine Heiligkeit wies weiter darauf hin, dass anderen Menschen im Moment von Nutzen zu sein ein effektives Mittel ist, wenn wir uns langfristig selbst nützen wollen. Als gewöhnlichen Menschen ist es uns unmöglich, nie an unser eigenes Wohlergehen zu denken. Wenn

wir den Menschen um uns herum schaden, während wir unsere eigenen Ziele verfolgen, werden wir unsere Ziele nie erreichen. Es klingt wie einen Trick, um eigenen Vorteils willen anderen zu helfen. Deshalb soll man besser nicht so denken. Wenn aber jemand wirklich keine altruistischen Gefühle in sich erwecken kann, sollte er zumindest versuchen, um seines eigenes Intresssses willen, freundlich zu den anderen zu sein. So verschafft man sich den freien Raum für die eigene Existenz.

Seine Heiligkeit sagte einmal scherzhaft: „Nachdem ich so viele Jahre gelebt habe, habe ich festgestellt, dass viele Menschen sehr wenig weltliche Weisheit besitzen. Sie haben nur ihr eigenes Wohlergehen im Kopf. Das ist keine gute Strategie. Wenn sich z. B. ein junger Mensch in einen anderen verliebt, tut er alles, um diesen anderen zu besitzen, einschließlich der Einschränkung von dessen Freiheit. Das Ergebnis ist oft kontraproduktiv. Andere wählen vielleicht eine andere Methode, indem sie die Person, die sie lieben, von ganzem Herzen unterstützen, und ihr helfen, wo sie nur können. Die geliebte Person wird am Ende sehr wahrscheinlich die Zuneigung akzeptieren und annehmen. Wenn wir Dharma studieren und nicht erkennen, wie wichtig eine tugendhafte Persönlichkeit ist, und nicht versuchen, gute Eigenschaften zu kultivieren, werden wir in unserer Praxis keine Erleuchtung erlangen können.“

2. Das Verdienst der Aufrechterhaltung einer tugendhaften Persönlichkeit

Dies sind die reinen Verhaltensregeln, um ein guter Mensch zu sein,
Dies sind auch die geschickten Mittel aller Buddhas der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft,
Und dies ist die Essenz der vier Wege der Magnetisierung,
Das solltet ihr, alle meine Schüler, niemals vergessen!

a. Das Verdienst der Aufrechterhaltung einer tugendhaften Persönlichkeit

Aus der säkularen Perspektive betrachtet ist die tugendhafte Persönlichkeit ein Synonym für einen guten Menschen. Aus der transzendentalen Perspektive ist die tugendhafte Persönlichkeit das geschickte Mittel für alle Buddhas der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft, um die Buddhaschaft zu erlangen. Es ist auch die Essenz der vier Wege der Magnetisierung, denen Bodhisattvas folgen. Alle Buddhisten sollten sich dies vor Auge halten und niemals vergessen.

„Verhaltensregeln für Menschen“ sind die grundlegenden Prinzipien, die das Leben eines anständigen Menschen bestimmen. Während der Blütezeit des Buddhismus in der tibetischen Geschichte hat König Songtsän Gampo die *Sechzehn Verhaltensregel*

eines guten Menschen für sein Volk aufgestellt.[11] Darunter gehörte zum Beispiel Hingabe an die Drei Juwelen zu entwickeln, den heiligen Dharma zu suchen und zu praktizieren, Pietätvoll gegenüber den Eltern zu sein, ehrlich und tolerant zu sein und so weiter.

Eine tugendhafte Persönlichkeit zu haben wird nicht nur als Regel für das weltliche Leben angesehen, sondern auch als Leitfaden für das buddhistische Leben. Um Buddha zu werden ist sie eine geschickte Methode für alle Buddhas der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft. Während der kausalen Phase war jeder Buddha ein guter Mensch gewesen. Ein böser Mensch kann nicht mal Arhart oder Bodhisattva werden, von einer Buddhaschaft ganz zu schweigen.

Selbst wenn wir die Errungenschaften ihrer Verwirklichung und Erleuchtung beiseite lassen, können wir auch leicht feststellen, dass die wahrhaft erleuchteten Meister in Bezug auf ihr persönliches Charisma äußerst attraktiv sind. Ich selbst bin in meinem Leben vielen großen spirituellen Lehrern gefolgt und habe mich auf sie verlassen, und die Anziehungskraft ihrer Worte und Taten übersteigt die Vorstellungskraft der gewöhnlichen Menschen. Diese

---

[11] Diese sechzehn Richtlinien werden als menschliche Werte (*mi chos*) bezeichnet, im Gegensatz zur buddhistischen Ethik mit ihrem Kodex der zehn Tugenden (*dge bcu*).

großen Lehrer haben aufgrund ihrer tugendhaften Persönlichkeiten einen einzigartigen Zustand jenseits der säkularen Welt erreicht.

Tugendhafte Persönlichkeiten sind auch „die Essenz der vier Methoden der Magentisierung“. Diese beinhalten folgende Kriterien: (i) Freigebigkeit, um andere zum Mitgefühl und zum Empfang der Wahrheit zu führen; (ii) sanfte Worte sprechen, mit demselben Ziel; (iii) anderen von Nutzen zu sein, mit demselben Ziel; (iv) mit anderen gemeinsam zu arbeiten und sich an sie anzupassen, um sie in die Wahrheit zu führen. Dies sind die vier Hauptmethoden der Bodhisattvas, um den fühlenden Wesen von Nutzen zu sein. Diese Methoden sind für die tugendhaften Persönlichkeiten die Grundlage. Hat man eine tugendhaften Persönlichkeit, ist man bereit, zu schenken, angenehme Worte zu sprechen, anderen zu helfen und mit ihnen gemeinsam etwas zu unternehmen und sich an sie anzupassen, um sie zur Erleuchtung zu führen.

b. Der Herzensratschlag Seiner Heiligkeit

Aus den oben genannten Gründen gab Seine Heiligkeit folgenden Herzensratschlag: „Alle meine Schüler, die ihr Vertrauen in mich habt, ihr sollt niemals vergessen, tugendhafte Menschen zu sein, sowohl jetzt als auch in der Zukunft. Wenn es euch nicht einmal gelingt, ein ordentlicher Mensch zu sein, werden andere spirituelle

Fähigkeiten so wenig wachsen und gedeihen können wie ein Baum ohne Wurzeln."

In der Vergangenheit beobachteten die geschätzten Kadampa-Meister zunächst die Persönlichkeit eines Schülers, bevor sie ihn als Schüler aufnahmen. Wenn jemand kein anständiger Mensch war, wurde er von den Meistern nicht als Schüler akzeptiert und für ihn gab auch keinen Dharma-Unterricht. Wenn jemand ein guter Mensch war, auch wenn er wenig intelligent war, glaubten die Meister, dass er belehrbar und ein guter Schüler werden könne. Daher spielt eine tugendhafte Persönlichkeit eine entscheidende Rolle, aber nicht die Intelligenz. Der sogenannte gute Mensch heißt nicht, dass der Mensch gut aussieht, dass er eine schöne Stimme und elegante Manieren hat, sondern dass er ein gutes Herz hat.

Es ist nicht ungewöhnlich, dass Menschen Meinungsdifferenzen über einige alltägliche Themen haben. Sogar einige Bhikkhus oder Bhikkhunis in der Sanghagemeinschaft um Buddha herum erlebten diese Art von Problemen. Aber im Großen und Ganzen, egal welcher Schule man folgt, ob man aus dem Mahayana oder dem Vajrayana kommt, muss in der Sanghagemeinschaft Einigkeit und Harmonie herrschen. Dies ist auch ein Ausdruck der tugendhaften Persönlichkeit.

Zusammenfassend hat Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche

in diesem Text vier Hauptinstruktionen angesprochen, nämlich die nicht-duale Weisheit im Kontext der Mahayana- und Vajrayana-Lehren, Bodhichitta, Entsagung und tugendhafte Persönlichkeit. Diese vier Kernunterweisungen sind die weise Zusammenfassung von allen 84.000 Dharma-Methoden in Kombination von Theorie und Praxis. Jeder von uns soll sie fest im Gedächtnis behalten.

Abschluß

Widmung
Kolophon

A. Widmung

Ich widme das Verdienst allen fühlenden Wesen,
Mögen sie den Abgrund von Samsara überwinden.
Mögen alle meine Herzensschüler sich freuen dürfen,
im glückseligen westlichen Reinen Land wiedergeboren zu werden.

Die Verdienste und tugendhaften Wurzeln, die aus dem Verfassen dieser Abhandlung resultieren, werden auf alle fühlenden Wesen übertragen. Mögen sie den schrecklichen Abgrund der sechs Daseinsbereiche des Samsara überwinden. Die Essenz der 84.000 Dharma-Methoden ist in den oben angesprochenen Kernunterweisungen zusammengefasst worden. Möge allen denen,

die Vertrauen in Seine Heiligkeit Jigme Phuntsok Rinpoche und in den Buddhismus haben, große Glückseligkeit im Herzen und Geist entstehen; mögen alle damit verbundenen fühlenden Wesen im westlichen Reinen Land wiedergeboren werden; mögen sie endgültigen Frieden und ewiges Glück erlangen; mögen sie in der Zukunft unermesslich vielen fühlenden Wesen behilflich sein können.

B. Kolophon

> ***Im siebzehnten Zyklus des tibetischen Kalenders und im Jahr der Feuerratte (1996) hatten der Lehrer und die Schüler alle äußeren, inneren und geheimen Hindernisse überwunden. An diesem glückverheißenden Tag feierte Ngawang Lodro Tsungmed den Sieg und sang dieses Lied aus dem Stegreif unter den fast fünftausend monastischen Personen. Sādhu!***

Ein voller Zyklus des tibetischen Kalenders besteht aus sechzig Jahren. Die chronologische Aufzeichnung der tibetischen Geschichte begann im Jahr 1027 nach Christus. Das Jahr, in dem Seine Heiligkeit das „*Lied des Sieges*“ verfasste, war im siebzehnten Zyklus des tibetischen Kalenders im Jahr der Feuerratte (21. September 1996). Wie bereits erwähnt, war dies das Jahr, in dem Seine Heiligkeit ins Institut zurückkehrte, nachdem er alle äußeren, inneren und geheimen Hindernisse überwunden, und ein freudiges Wiedersehen mit all seinen Schülern erlebt hatte. Das Institut arrangierte eine Vajra-Dharma-Unterhaltungsveranstaltung für diesen besonderen Anlass. Dabei wurde die gesamte Erzählung über die Krankheit und Genesung Seiner Heiligkeit aufgeführt, einschließlich einiger Dohas, die ursprünglich vom Ehrwürdigen Dromtönpa und Jamgön Mipham als Segen für Seine Heiligkeit gesungen wurden.

Ngawang Lodro Tsungmed ist der Dharma-Name Seiner Heiligkeit. Er sang das „*Lied des Sieges*“ aus dem Stegreif, umgeben von fast fünftausend monastischen Personen, Sādhu! Sādhu!

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་དྲུག་པ་འདི་དཔེ་ཚའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཚ་དེ་ཅི་འདྲར་
བགོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།།

Nur für nicht-kommerzielle Zwecke