

ÜBER GRUND, PFAD UND FRUCHT



Bild: [Himalayan Art Resources](#)

Liebe Freunde nah und fern,

wie immer hoffe ich, dass ihr gesund und glücklich seid, denn heute beginnt das westliche neue Jahr. In meinen Botschaften zum Guru Rinpoche Tag in diesem Jahr werde ich mit euch allen eine Reihe von Belehrungen über den Grund, den Pfad und die Frucht, und über die Sichtweise, die Meditation und das Verhalten teilen.

Der große Meister Gampopa fasste den Grund, den Pfad und die Frucht in diesen Worten zusammen:

Die Ursache ist die Buddha-Natur;
Die Unterstützung ist der kostbare menschliche Körper;
Die Bedingung ist der spirituelle Lehrer;
Die Methode sind dessen mündliche Anweisungen;
Die Frucht ist der perfekte Körper eines Buddhas.
Die Aktivität ist der nicht-konzeptuelle Nutzen für die Wesen.

Das erste, das wir also verstehen müssen, wenn wir den Dharma praktizieren, ist, dass alle Wesen die Buddha-Natur haben. Das bedeutet, dass ihr Geistesstrom von der gleichen Natur ist wie der des Buddha, und dass das Herz des Buddha in jedem von uns wohnt. Dennoch brauchen wir die Bedingungen, um diese Essenz der Buddhaschaft, die in uns vorhanden ist, zu verwirklichen, ansonsten bleibt sie verborgen.

Die erste Voraussetzung, die wir brauchen, ist die Unterstützung durch den kostbaren menschlichen Körper. Das ist nicht lediglich ein menschlicher Körper. Ein kostbarer menschlicher Körper ist einer, der dem Dharma begegnet ist, den Wunsch verspürt, zu praktizieren, einen spirituellen Lehrer getroffen hat und die Möglichkeit hat, den Dharma zu praktizieren. Dies sind alles notwendige Bedingungen.

Der Pfad ist dann die Methode, die in den mündlichen Unterweisungen gelehrt wird, wie zum Beispiel die Vier Dharmas des Gampopa. Mein gütiger Wurzelguru Tulku Uryen Rinpoche erklärte, dass der erste Dharma, „Möge sich mein Geist dem Dharma zuwenden.“, der Praxis der vier Gedanken, die den Geist verändern, entspricht. Der zweite, „Möge meine Dharmapraxis zum Pfad werden.“, entspricht den vier vorbereitenden Übungen. Der dritte, „Möge der Pfad die Verwirrung klären.“ entspricht den Stufen der Entstehung und Vollendung. Der vierte, „Möge Verwirrung als Weisheit aufsteigen.“ entspricht Mahamudra und der Großen Vollendung oder der Praxis der Natur des Geistes. Alle Methoden des Pfades sind innerhalb dieser vier eingeschlossen.

Die Frucht ist der perfekte Körper eines Buddha, denn dies ist der Pfad, der zur höchsten Buddhaschaft führt. Das ist ein wesentlicher Punkt.

Schließlich ist die Aktivität ein nicht-konzeptueller Nutzen für die Wesen. Wenn wir uns auf dem Pfad üben, entwickeln wir Bodhicitta und erkennen die nicht-konzeptuelle ursprüngliche Weisheit. Durch die Kraft dieser beiden, Methode und Weisheit, sowie durch unsere Bestrebungen entwickeln wir Stabilität in der ursprünglichen Weisheit. Mit dem Segen des Buddha werden wir schließlich in der Lage sein, mühelos im Zustand der

Unteilbarkeit von Methode (großem Mitgefühl) und ursprünglicher Weisheit zu verweilen, Tag und Nacht, ohne Unterschied zwischen der Meditationssitzung und der Nachmeditation. Wenn man kontinuierlich in diesem Zustand verweilen kann, ist dies die Frucht der Buddhaschaft: spontan vorhandener, nicht-konzeptueller Nutzen für alle Wesen.

Kurz gesagt, der Grund ist die Buddhanatur, die in unserem Geistesstrom vorhanden ist. Der Pfad ist der kostbare menschliche Körper und die Methoden, die der spirituelle Meister lehrt. Die Frucht ist die vollkommene Buddhaschaft, was bedeutet, die Natur des Geistes zu verwirklichen und sich niemals von der Einheit von Methode und Weisheit zu trennen.

Was die Aktivität betrifft, so ist sie die eigentliche Essenz der Lehren des Buddha. Wenn man dies gut versteht, kann man auf dem Pfad nicht auf Abwege geraten. Ihr seht, es gibt keinen Grund zur Eile, oder zu versuchen, so schnell wie möglich Erfahrung und Verwirklichung zu erlangen. Was zählt, ist, dass ihr richtig und aufrichtig praktiziert.

Als mein lieber Vater Chokling Rinpoche in der Vergangenheit in Hongkong lehrte, bat ihn die Schüler, über die Große Vollendung zu lehren. Bei dieser Gelegenheit sagte er ihnen: "Wenn ein authentischer Schüler authentische Belehrungen von einem authentischen Meister innerhalb einer authentischen Linie erhält, dann kommt mit der authentischen Praxis ein authentisches Ergebnis." Bitte denkt daran, dass alle diese Elemente notwendig sind.

Mit all meiner Liebe und meinen Gebeten für ein glückliches neues Jahr,

Sarva Mangalam.

A handwritten signature in blue ink, consisting of a series of loops and curves, characteristic of a Tibetan Buddhist's signature.

Phakchok Rinpoche