



Dolpo Tulku Rinpoche Belehrungen

Acht Punkte zu Karma

Vortrag von Dolpo Tulku Rinpoche

Deutsch-Amerikanischen Institut (DAI), Heidelberg, am 22. November 2011

Zunächst möchte ich mich für die Möglichkeit, hier im DAI über Karma zu sprechen, von Herzen bedanken. In ganz Europa ist diese Stadt für ihre schöne Umgebung und hervorragenden akademischen Leistungen bekannt. Gleichzeitig möchte ich mit einem tibetischen TASHI DELEK alle Freunde, alle Damen und Herren, die heute Abend gekommen sind und damit ihr Interesse für dieses tiefgründige Thema zeigen, begrüßen.

Über ‚Karma‘ zu sprechen, fällt mir deshalb nicht besonders schwer, da ich zum einen in die Himalaya Kultur des Dolpo hineingeboren wurde, dort aufgewachsen bin und die Worte Buddha Shakyamunis zu diesem Thema eigentlich nur wiederholen muss; zum anderen habe ich über viele Jahre buddhistische Philosophie studiert. Dennoch hatte ich bisher durchaus Schwierigkeiten, dieses Thema einem Publikum mit westlichem Hintergrund, westlicher Tradition und Kultur zu erklären und insbesondere denjenigen mit einer atheistischen Lebenssicht. Ich habe mich deshalb bemüht, mit Unterstützung von Lehrern, Freunden und Studenten, mein Verständnis der westlichen Kultur und Gepflogenheiten zu vertiefen und den Begriff *Karma* sowie seine Bedeutungen noch einmal zu untersuchen. Vor diesem Hintergrund will ich nun mein Bestmögliches geben, um ‚Karma‘ mithilfe geeigneter und passender Beispiele zu erklären, die sowohl den westlichen Lebensstil einbeziehen als auch Atheisten zugänglich sein sollen.

Wie im Titel angedeutet, möchte ich das Thema in acht Punkte untergliedern: So wird es erstens besser verständlich, zweitens können Zweifel bezogen auf Karma leichter ausgeräumt werden, und nicht zuletzt soll drittens eine detailliertere Erklärung des Karma-Konzepts sowie seiner zugrunde liegenden Philosophie gegeben werden und nicht nur eine grobe Skizzierung.

Diese acht Punkte lassen sich wie folgt benennen:

1. Ursprung des Karma-Konzepts
2. Erklärungen Buddhas zu Karma
3. Die Natur des Karma
4. Missverständnisse bezüglich Karma
5. Klassifizierungen von Karma

6. Der sichtbare Ausdruck von Karma
7. Die Beziehung zwischen Karma und Dharma
8. Wege, das Gesetz von Karma anzuerkennen

1. Ursprung des Karma-Konzepts

Die Wurzeln des Karma-Gedankens gehen im Grunde bis zu den Anfängen der menschlichen Zivilisation zurück und entwickelten sich später in den Religionen weiter. Im Verlauf der zivilisatorischen Entwicklung haben die Menschen nun ganz unterschiedliche Erfahrungen in Bezug auf Glück und Leid gemacht. Daraus entstanden ganz unterschiedliche äußere Umgebungen, die ihrerseits ganz verschiedene körperliche Konstitutionen hervorbrachten. Infolgedessen entstanden die vielfältigen Strukturen und Kapazitäten des Gehirns, woraus sich wiederum verschiedenartige geistige Begabungen und Neigungen entwickelten. Gleichzeitig zwangen die ungleich verteilten lebensnotwendigen Ressourcen die menschlichen Gemeinschaften zu der Frage, woher denn diese Verschiedenartigkeiten stammten, was schließlich zu einem Erkennen und Verstehen von Karma führte. Und da die Frage nach der Ungleichheit menschlicher Lebensumstände und Lebenserfahrungen seit Anbeginn der Zivilisation besteht, können wir sagen, dass sich entlang dieser Frage auch das Verständnis von Karma entwickelte.

Nehmen wir als Beispiel die Vorbereitungen, die wir heute treffen müssen, um morgen etwas zu essen zu haben. Die morgige Mahlzeit hängt von unseren heutigen Bemühungen von Körper, Sprache und Geist ab; wenn wir uns also heute nicht darum kümmern, werden wir morgen nichts zum Essen haben. Dieses Wissen an sich beinhaltet bereits die Sicht von Handeln als Ursache und Frucht des Handelns als Wirkung.

Um folglich unsere Träume und Wünsche für die Zukunft erfüllen zu können, ist es notwendig, schon heute bestimmte Vorkehrungen zu treffen, Gegebenheiten zu verbessern und Umstände zu entwickeln, entsprechend unserer individuellen Lebensumstände, der Zeit und unserer Erfahrungen. Dieses Konzept gibt es, wie gesagt, im Prinzip seit Beginn der Zivilisation, und es symbolisiert bereits die grundlegende Philosophie von Karma. Basierend auf diesem Konzept, entfalteten sich innerhalb der verschiedenen Religionsphilosophien nach und nach immer ausführlichere Erläuterungen bezüglich verschiedener Aspekte von Karma, wie beispielsweise vergangene und zukünftige Leben.

Der Hinduismus, der auf eine Geschichte von mehr als 3.500 Jahren zurückblicken kann, war unter den bekannten großen Religionen die erste, in der wir Erklärungen zu Karma finden können. Der Buddhismus besteht, nach Buddhas Eingehen ins Mahaparinirvana, seit etwa 2.600 Jahren.

Buddha lehrte über Karma auf andere Art als der Hinduismus; er zeigte zunächst die Widersprüchlichkeit auf, die darin besteht, Karma einerseits anzuerkennen, andererseits aber von einem Schöpfer auszugehen, der immerwährend, aus sich selbst hervorgehend, unveränderlich und unabhängig sei. Folgt man der Sichtweise Buddhas und versucht, Karma tiefgründig und detailliert zu verstehen, erweist sich der Glaube an eine Schöpferinstanz als in sich nicht schlüssig. Aus diesem

Grund sehen Buddhas Anhänger in der Sicht von Karma ohne Schöpfergott eine neue Interpretation des damaligen Karma-Konzepts.

Jeder einzelne jedoch sollte selbst für sich herausfinden und analysieren, ob diese Betrachtungsweise zutreffend ist oder nicht. Da ich mich als Schüler Buddhas verstehe und dem Buddhismus verbunden fühle, und vielleicht auch, weil ich nach den tieferen Ursachen geforscht habe, erschließt sich mir das Karma-Konzept ohne einen Schöpfer als das logischere. Um dies nachzuweisen, möchte an dieser Stelle nicht nur die Worte Buddhas zitieren, sondern ein Beispiel anführen, das im Allgemeinen von allen akzeptiert werden kann.

Nehmen wir das Steuern eines Fahrzeugs: Wir sollten, während wir fahren und lenken, die Verantwortung zu Hundert Prozent übernehmen, die Geschwindigkeit kontrollieren, vor allem, wenn wir anhalten oder abbiegen, den Verkehrsregeln und -zeichen folgen und dergleichen mehr. Würden wir nur auf die Drei Juwelen, auf Gott, die Elemente oder eine Schöpferinstanz vertrauen, um Auto zu fahren, würden wir unser Ziel wohl nicht erreichen. Wenn wir außerdem noch die Geschwindigkeit überschreiten, weil wir uns auf höhere Kräfte verlassen, besteht die Gefahr eines Unfalls. Wir müssen also selbst bei unserem Tun die Verantwortung voll und ganz übernehmen; darum halte ich das Konzept von Ursache und Wirkung ohne einen Schöpfergott für vernünftig.

2. Erklärungen Buddhas zu Karma

Buddha lehrte den Dharma auf der Grundlage von Karma. Als herausragender Lehrer erklärte er die Bedeutung von Karma anhand verschiedener Beispiele. So sprach er davon, dass das Verhältnis einer Handlung zu seiner Wirkung eine der essenziellen Wahrheiten innerhalb der Wahrheit sei. Denn sie beruht auf der Natur der unausweichlichen gegenseitigen Bedingtheit aller Phänomene. Wenn alle Bedingungen bzw. Ursachen vollständig zusammengefügt sind, ist das Heranreifen von deren Wirkung unausweichlich, selbst wenn dies nicht immer wünschenswert für uns ist. Umgekehrt gilt, wenn die Ursachen nicht vollständig sind, können sie auch nicht heranreifen, so sehr wir dies vielleicht wollen. Folglich sprechen wir von einer grundsätzlichen gegenseitigen Abhängigkeit. Die Handlungen von Körper, Rede und Geist nun sind ein spezifischer Ausdruck dieser gegenseitigen Abhängigkeit, die als Karma bezeichnet wird.

Niemand, ob gesellschaftlich hoch oder niedrig gestellt, mächtig oder schwach, mit oder ohne Unterstützung, kann die Beziehung zwischen positiven und negativen Handlungen sowie deren entsprechende positive oder negative Ergebnisse umgehen oder beeinflussen. Aus diesem Grund lehrte Buddha dies als die *unfehlbare Wahrheit der wechselseitigen Abhängigkeit*.

In einer der Sutras sagt Buddha:

Die Handlungen aller Wesen

Gehen nicht verloren, auch nicht in einhundert Kalpas;

Wenn das Aufeinandertreffen (von Ursachen und Umständen) und die richtige Zeit kommen,

Werden sie unausweichlich zur Reifung gelangen.

Die Wirkung ausgeführter Handlungen wird also unabwendbar heranreifen, selbst nach einer unermesslich langen Zeitspanne. Es gibt folglich keine Handlung, die nicht zur Reifung gelangen wird. Zuweilen mag es vielleicht so scheinen, als führten unheilsame Handlungen wie Diebstahl, Raub oder Tötung zu zeitlich begrenzten günstigen Resultaten, letztendlich jedoch wird dadurch das eigentliche Ziel des jeweiligen Lebens verfehlt.

Buddha führte in diesem Zusammenhang das Beispiel eines hoch am Himmel fliegenden Vogels an, dessen Schatten am Boden verschwunden zu sein scheint, als hätte er keinen mehr. Doch sobald der Vogel beginnt, erneut Richtung Erde zu fliegen, taucht gleichzeitig auch sein Schatten wieder auf. Dies bedeutet, selbst wenn das Ausführen negativer Handlungen kurzfristig Wohlergehen bringen mag, ist es dennoch unausweichlich, dass uns die Konsequenzen dieser Handlungen über kurz oder lang einholen werden.

Darum warnte Buddha davor, das Gesetz von Ursache und Wirkung zu missachten; in einem der Sutras steht:

*Nimm die kleinen Missetaten nicht so leicht
Weil Du denkst, sie seien harmlos.
Selbst der kleinste Feuerfunke
Kann nach und nach einen ganzen Berg Heu entflammen.*

Wenn wir also, obgleich uns die Beziehung zwischen Ursache und Wirkung bewusst ist, glauben, ein bestimmtes Verhalten, Wort oder ein Gedanke sei harmlos und werde schon keinen Schaden anrichten, handeln wir so, als leugneten wir diese Beziehung. Folglich gewöhnen wir uns an viele, wenn auch kleine negative Handlungen, die nichtsdestotrotz sowohl uns selbst als auch anderen schaden – vergleichbar einem winzigen Feuerfunken, der in Berührung mit Heu, dennoch einen Berg davon restlos niederbrennen kann. In gleicher Weise kann auch die kleinste negative Tat großen Schaden nachsichziehen.

Deshalb heißt es weiter:

*Betrachte die kleinen guten Taten nicht für selbstverständlich,
Weil Du denkst, sie seien nutzlos.
Selbst die kleinsten Wassertropfen
Können mit der Zeit ein riesengroßes Gefäß füllen.*

Wenn wir glauben, es hätte nur Sinn, große und bedeutsame tugendhafte Handlungen auszuführen, nicht jedoch die kleinen, weniger bedeutsamen, weil sie keinen maßgeblichen Nutzen hätten, so fehlt uns auch das Engagement für die großen Taten und genauso wenig gelingt es uns, kleine anzusammeln. Letztendlich laufen wir Gefahr, für die Zukunft nichts erreicht zu haben. Wir sollten also fortschreitend viele kleine Verdienste ansammeln, so dass wir am Ende fähig sind, auch große Tugenden zu verwirklichen – vergleichbar vielen kleinen Wassertropfen, die ganz allmählich ein großes Gefäß füllen können. Genauso sollten wir sämtliche tugendhaften Handlungen ausführen, die kleinen wie die großen.

Dies schließt jenen Teil ab, in dem Buddha innerhalb der Sutras über Karma lehrte.

3. Die Natur des Karma

Die Natur des Karma beinhaltet alle Handlungen von Körper, Sprache und Geist. Darüber hinaus gibt es eigentlich nichts weiter zu sagen. Die Natur des Feuers beispielsweise ist es, Hitze zu erzeugen und zu brennen. Damit ist im Prinzip alles gesagt.

Bezogen auf eine Person nun, ist ihr oder sein Verhalten Karma. Kurz gesagt, jeder Mensch ist Schöpfer seines eigenen Karmas. Und wenn wir das Verhalten genau bestimmen wollen, so gibt es auf nichts anderes hinzuweisen, als auf die eigenen Handlungen von Körper, Sprache und Geist. So gesehen sind Karma, Verhalten und die Handlungen von Körper, Sprache und Geist dasselbe.

Im Rahmen der verschiedenen buddhistischen Schulen versteht die Schule bzw. das ‚Fahrzeug der Hörer‘ (Shravakas) die drei Handlungen von Körper, Rede und Geist in gleicher Weise als Karma. Die Schulen des Bodhisattva-Fahrzeugs erklären dagegen, dass die Handlungen von Körper und Sprache denen des Geistes folgen, weswegen für sie der Geist an oberster Stelle steht. Sie akzeptieren ausschließlich die Handlungen des Geistes als Karma. Es gibt also innerhalb des Buddhismus zwei unterschiedliche Sichtweisen zum Verständnis von Karma. In den Lehreden Buddhas wird die Aktivität des Geistes als ‚*der geistige Zustand des Wollens*‘ bezeichnet. Grundsätzlich jedoch betrachten alle Buddhisten die Handlungen von Körper, Sprache und Geist als Karma.

Das Wort *karma* bezeichnet im Sanskrit die Aktivitäten von Körper, Sprache und Geist, während sie im Tibetischen und in den Sprachen der Himalaya-Region mit dem Wort *las* beschrieben werden. Beide Begriffe jedoch drücken gleichermaßen die Bedeutung der drei Handlungen in den jeweiligen Sprachen aus. Verwenden wir nun das Wort *Karma* gegenüber einer Person, die kein Sanskrit versteht, kann dessen Bedeutung wie auch die der „Natur des Handelns“ nicht wirklich transportiert werden. Da es also in der deutschen Sprache keinen vergleichbaren Begriff für *Karma* gibt, und *Karma* kein deutsches Wort ist, kann es seine Bedeutung einer deutschsprachigen Person eigentlich nicht vermitteln. Aus diesem Grund gibt es immer wieder Leute, die sich ein eigenes Verständnis von Karma zurechtlegen, das indes im Widerspruch steht zur Lehre von Ursache und Wirkung.

2008 besuchte ich während eines Australieneaufenthaltes mit ein paar Freunden ein gutes Restaurant, um dort abendzuessen. Meine Freunde hatten bereits dem Besitzer von mir erzählt, und als wir dort eintrafen und uns der Inhaber begrüßte, bat er mich: *„Bitte, gib mir doch ein gutes Karma für mein Restaurant!“* Lachend tat ich so, als könne ich ihm dieses geben, und begrüßte ihn ebenfalls. Während des Essens überlegte ich mir, dass ich ihm wohl noch eine Erklärung geben sollte, denn erstens besitze ich kein gutes Karma, das ich ihm zum Erfolg seines Restaurants hätte geben können, und zweitens trage ich als ein Vertreter der Karma-Philosophie Verantwortung für ein rechtes Verständnis.

So sagte ich zu ihm, dass ich generell kein gutes Karma als solches für einen reibungslosen Betrieb gastronomischer Einrichtungen geben könne. Ich könne diesen Wunsch nicht nur deshalb nicht erfüllen, erklärte ich weiter, weil ich gar nicht die Fähigkeit dazu habe, sondern vor allem, weil der Erfolg oder Misserfolg eines Restaurants in erster Linie von der Kunst des Koches abhängt und

davon, wie es geführt sei und ob das Personal – mit Körper, Sprache und Geist – angemessen mit den Gästen umgehe. Diese drei Handlungen seien es, auf denen der Erfolg seines Restaurants beruhe. Und da dies so sei, könne *ich* ihm kein gutes Karma geben, sondern er selbst könne nur eines tun – nämlich gut und überlegt handeln.

Missverständnisse dieser Art entstehen, weil die ursprüngliche Bedeutung eines Begriffs nicht oder nur sehr schwer in eine andere Sprache übertragen werden kann. Um folglich die exakte Bedeutung eines Wortes zu erfassen, sollte man die eigene Sprache verwenden. Ich denke, dass *Karma* im Deutschen am besten mit *Handlung* übersetzt werden sollte. Denn die Sankritworte *Karma* und *Karmachari*, das tibetische *Las* und *Las byed pa* sowie die deutschen Worte *Handlung* und *Handelnder* haben die gleiche Bedeutung. Wenn wir also für *Karma* das deutsche Wort *Handlung* verwenden, können wir seine Bedeutung leichter verstehen.

Nun könnte die Frage auftauchen: „*Was genau sind Handlungen des Körpers, der Rede und des Geistes?*“ Es sind dies, wie erwähnt, alle Handlungen, die wir mittels unseres Körpers, unserer Sprache und unseres Geistes ausführen.

Wenn in unserem Restaurantbeispiel *Karma* mit dem Wort *Handlung* übersetzt und auch in diesem Sinne verwendet worden wäre, hätte der Wirt wohl alle seine Aufgaben als Karma verstanden. Höchstwahrscheinlich hätte er dann nicht gesagt „*Bitte, gib mir gutes Karma!*“, weil er durch seine jahrelange Erfahrung als Gastronom selbst am besten weiß, was zum Erfolg beiträgt und was nicht. Noch einmal zusammengefasst: Die Worte *Karma*, *Las* und *Handlung* beschreiben sämtliche Tätigkeiten, die mit Körper, Sprache und Geist ausgeübt werden. Diese drei Handlungen, die auch die drei ‚Tore‘ genannt werden, sind damit zugleich die Natur oder Essenz von Karma. Davon unabhängig kann Karma und seine Essenz nicht weiter erklärt werden.

4. Missverständnisse bezüglich Karma

Wenn man über die Missverständnisse hinsichtlich Karma spricht, ist es hilfreich, auch die negative Seite zu betrachten; die positiven Aspekte hatte ich ja bereits angesprochen. Wenn wir schließlich über beide Aspekte – positive wie negative – gründlich nachdenken, können wir die Bedeutung von Karma leichter verstehen. Deshalb möchte ich nun einige missverständliche Betrachtungsweisen hier vorstellen.

1. Manche Menschen empfinden Karma auf der einen Seite und die Praxis der Zufluchtnahme auf der anderen als in sich widersprüchlich. Ein Grund mag darin liegen, dass sie glauben, die Objekte der Zuflucht würden uns grundsätzlich schützen, ganz unabhängig von unseren Handlungen bzw. unserem Karma. Denn wären wir abhängig von Karma bzw. unseren Handlungen, so ihre Begründung, besäßen folglich die Zufluchtobjekte keine Macht, uns zu beschützen. Auch einige der Gelehrten sind der Ansicht, Karma und Zuflucht seien einander entgegengesetzt. Auf den ersten Blick mag dies so erscheinen, doch wenn wir genauer hinsehen und detaillierter analysieren, wird deutlich, dass darin kein Widerspruch liegt. Wenn wir soziale Begebenheiten studieren, Arbeitsverläufe oder verschiedene Lebensweisen, können wir die Bedeutung und Relevanz noch deutlicher erkennen.

Nehmen wir als Beispiel einen Touristen, der ein fremdes Land bereist: Er benötigt hierfür zumeist einen Reiseführer; befolgt er aber dessen Anweisungen nicht, wird er vermutlich kaum seinen Weg zu den gewünschten Zielen finden, selbst wenn er weiß, dass es sie gibt. Daher wäre es für ihn ratsamer, sich an das zu halten, was der Reiseleiter vorschlägt.

Analog betrachten Buddhisten Buddha als einen Führer, der ihnen den Weg zum eigenen geistigen Frieden zeigt und gleichzeitig die Methoden, mittels derer wir heilsame Handlungen zum Wohle anderer ausführen können. Dies ist die eigentliche Bedeutung der Zuflucht zu Buddha. Bei dieser Zuflucht geben wir aber nicht einfach die gesamte Verantwortung für unser Leben und unsere Zukunft an Buddha ab. Tatsächlich müssen wir siebzig Prozent der Verantwortung selbst übernehmen. Wenn Buddha alleine für das Wohlergehen aller fühlenden Wesen sorgen könnte, wäre dies längst geschehen. Denn ausgestattet mit allesdurchdringendem Mitgefühl, ist er gleich liebevollen Eltern, die aus Fürsorge und Mitgefühl alles tun, um die Lage ihrer Kinder zu verbessern.

Daher lehrte Buddha:

*Buddhas waschen weder schlechte Taten mit Wasser ab
Noch entfernen sie die Leiden der Wesen mit ihren Händen.
Obgleich ihre Verwirklichung nicht auf andere übertragen werden kann,
Befreien sie doch die Wesen mit der Lehre der friedvollen höchsten Wirklichkeit.*

Buddha wusste, dass vollständige Transformation nicht anders erreicht werden kann, als durch Geben des medizingleichen Dharma und das Aufzeigen, wie er praktiziert und angewendet werden kann – vergleichbar einer Anleitung zur Einnahme von Medizin. Die Heilung einer Krankheit hängt nichtsdestotrotz davon ab, ob der Patient seine Medizin richtig einnimmt. Gleichermaßen hängt die Befreiung vom Leiden von dem aufrichtigen Bemühen jedes Einzelnen ab, der Zuflucht nimmt.

Buddha sagte:

Wisse, Nirvana hängt von jedem selbst ab.

Aus diesem Grund akzeptieren Buddhisten Buddha als Wegweiser, der den Pfad aufzeigt, Dharma als den Weg, der vom Leiden befreit, und die spirituelle Gemeinschaft als Freunde und Gefährten auf diesem Pfad. Und in gleicher Weise nehmen sie Zuflucht zu den drei Juwelen. Kurz gesagt: Der Lehrer, der Weg, der (spirituelle) Freund und die eigenen Handlungen stehen in keinem Widerspruch zueinander.

Diese vier Elemente finden sich aber nicht nur in der Dharma-Praxis, sondern auch in oben erwähntem Touristenbeispiel; sie sind zudem Teil der Gesellschaft, wir finden sie in der Arbeitsorganisation und eigentlich in sämtlichen Aufgaben unseres Alltags.

Es stellt sich nun die Frage, welches dieser vier Elemente das wichtigste ist? Die Antwort lautet: Es sind unsere Handlungen. Und da wir mindestens zu 70 Prozent bei allem die Eigenverantwortung tragen, basiert das Konzept von Karma demnach auf logischen Schlussfolgerungen.

2. Es ist falsch zu glauben, Karma stünde nicht in Beziehung zu unserem Körper, unserer Rede oder unserem Geist, sondern sei vergleichbar einer Bank, in der gutes und schlechtes Kapital angelegt ist. Wenn wir verstehen, dass künftige günstige oder ungünstige Lebensumstände vollkommen von unserer gegenwärtigen geistigen Haltung abhängen, also davon, wie wir denken und uns selbst weiterentwickeln, werden wir außer den Bestrebungen unseres Körpers, unserer Sprache und unseres Geistes nichts weiter ausfindig machen können. Das heißt, zusätzlich zu diesen Bestrebungen gibt es kein Karma als solches.

Manche, die zwar das Prinzip von Ursache und Wirkung anerkennen, gehen davon aus, dass gute und schlechte Lebensumstände oder Erfolg und Misserfolg ausschließlich das Ergebnis vergangenen Karmas sind. Auch diese Auffassung ist nicht korrekt, wie in den buddhistischen Schriften durch schlüssige Begründungen widerlegt wird. Denn, wenn alles aufgrund vergangenen Karmas geschähe, wäre es zum Beispiel völlig sinnlos, Vorbereitungen für das heutige Abendessen zu treffen; die Mahlzeit müsste folgerichtig ganz natürlich, ohne jedes eigene Zutun auf dem Tisch erscheinen? Wenn wir also, damit etwas geschieht oder sich ereignen kann, auf gegenwärtige Bemühungen angewiesen sind, ist es auch nachvollziehbar, dass vergangenes Karma alleine nicht ausreicht. Tatsächlich entstehen die Dinge aufgrund von beidem: vergangenem und gegenwärtigem Karma sowie den entsprechenden Bedingungen.

Wollen wir etwas kochen oder anderes tun, sind zum einen gewisse Voraussetzungen, die bereits existieren – die Bedingungen der Vergangenheit – notwendig sowie vorangegangene Bemühungen, die zu diesen Voraussetzungen führten – das Karma der Vergangenheit. Diese beiden Faktoren nennen wir die Bedingungen oder Umstände der Vergangenheit sowie das Karma der Vergangenheit. Zum anderen gibt es Voraussetzungen, die in der Gegenwart geschaffen werden müssen, also gegenwärtige Umstände, sowie entsprechende Bemühungen, diese Voraussetzungen oder Bedingungen zu schaffen und damit das Karma der Gegenwart. Diese beiden Faktoren werden als die Umstände der Gegenwart und als Karma der Gegenwart bezeichnet. Folglich ermöglichen uns erst diese zwei Arten von Karma und Bedingungen, Essen zuzubereiten. Und da diese Regel im Prinzip auf sämtliche Aktivitäten zutrifft, widerlegt sie die Annahme, dass alles, was entsteht oder erscheint, nur auf vergangenem Karma beruht.

3. Manche Menschen glauben, es gäbe nichts, das nicht durch gegenwärtige Anstrengungen erreicht werden könne, und wenn wir die entsprechenden Aufgaben ausführten, könnten wir all unsere Wünsche erfüllen. Darunter gibt es auch viele, die sagen, denjenigen, die glaubten, die Dinge seien von vergangenem Karma abhängig, fehle es an Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen.

Auch das ist eine falsche Ansicht, da sie nicht mit den Tatsachen des Lebens übereinstimmt. Zweifellos brauchen wir Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen, doch wenn wir die gegebenen Realitäten ignorieren, wandeln sich Selbstbewusstsein und -vertrauen schnell in Arroganz und Selbstüberschätzung. Die Ansicht, alles aus eigener Anstrengung erreichen zu können, ist nicht zuletzt einer der Hauptgründe für den eigentlichen Verlust von Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen.

Wenn ich mir beispielsweise als persönliches Ziel setzen würde, Kanzler von Deutschland zu werden, wäre das ein Traum, der niemals in Erfüllung ginge. Der Grund liegt darin, dass ich nun einmal nicht

in Deutschland geboren wurde – bedingt durch mein Karma der Vergangenheit. Und selbst wenn ich in Deutschland als deutscher Bürger geboren worden wäre, wäre es mir, hätte ich gegen die Gesetze des Landes verstoßen, ebenfalls unmöglich, Regierungschef zu werden.

Es ist leicht nachvollziehbar, dass kriminelles Verhalten das Erreichen einer leitenden Stellung verhindert und dass es für verurteilte Kriminelle völlig unmöglich ist, als Kanzler in Deutschland zu amtieren. Manche von uns mögen aber auch denken *„Ich habe einen Fehler gemacht, Künstler geworden zu sein; wenn ich Anwalt wäre, könnte ich viel mehr Geld verdienen.“* Aber anscheinend wurde in der Vergangenheit nicht das notwendige Karma angesammelt, um Jura dann tatsächlich zu studieren.

Jeder von uns durchlebt viele solcher Situationen im Leben, was zeigt, dass nicht alle Ziele ausschließlich durch unsere aktuellen Bemühungen erreicht werden können. Wenn wir hingegen realistisch bleiben, werden wir sicherlich echtes Selbstvertrauen und wahres Selbstbewusstsein entwickeln.

5. Klassifizierungen von Karma

Gibt es zu viele Einteilungen, kann dies schnell zu Verwirrung führen, doch ohne jede Klassifizierung, ist die Sichtweise und Lehre von Karma ebenfalls kaum verständlich. Aus diesem Grund werde ich versuchen, die wichtigsten hier vorzustellen.

Wenn wir Karma auf der Grundlage dessen klassifizieren, was es fördert, sprechen wir von drei Arten, und zwar von Karma des Körpers, der Sprache und des Geistes. Diese kennt man als die drei Handlungen von Körper, Sprache und Geist und werden das Verhalten genannt. Gutes oder schlechtes Verhalten wird also dreifach von den heilsamen oder unheilsamen Handlungen bestimmt.

Unabhängig davon, ob man religiös ist oder nicht, gibt es auch in jeder Gesellschaft Einteilungen in gut, schlecht und neutral. Was wir als „gut“, „schlecht“ oder „neutral“ bestimmen, ist abhängig von der speziellen Gesellschaft, in der wir leben. Wird eine Handlung als positiv betrachtet, ist sie „gut“, gilt sie als negativ, ist sie „schlecht“, und wenn sie weder als positiv noch als negativ eingestuft wird, ist sie „neutral“.

Diese Einteilung wird entsprechend der religiösen Traditionen einer Gesellschaft, ihrer Kultur, ihrer Gebräuche und Gewohnheiten vorgenommen. Nehmen wir ein paar Beispiele: In Indien betrachtet man Essen mit den Händen als gutes Benehmen, während dies im Westen als schlechtes gilt. In Afrika zeigt man Respekt vor anderen, indem man den Blick gesenkt hält, während dies im Westen als respektlos empfunden wird.

In Japan ist das deutliche Aufstoßen nach dem Essen eine höfliche Geste. Es drückt aus, dass der Gast mehr zu sich nahm, als notwendig, weil ihm das Essen so ausgezeichnet schmeckte, worüber freut sich der Gastgeber natürlich sehr freut. Im Westen hingegen gilt lautes Aufstoßen als unhöflich.

Folglich gibt es viele Handlungen von Körper, Sprache und Geist, die wir in unserer eigenen Tradition als gut akzeptieren, während sie in anderen Religionen, Kulturen, Gebräuchen und Traditionen als negativ betrachtet werden. Es ist deshalb wichtig, die Umgangsformen und Werte der eigenen Kultur und Gesellschaft, in der wir leben, zu kennen, nur so können wir uns angemessen verhalten und gut handeln, und es fördert den Respekt anderen Kulturen gegenüber.

Bevor ich zum ersten Mal nach Europa reiste, versuchte ich, die westliche Art zu essen zu lernen. Anfangs, als ich noch damit beschäftigt war, die unterschiedlichen Bestecke zu benutzen, konnte ich das Essen gar nicht mehr schmecken, so sehr war ich mit der Technik, es einzunehmen, beschäftigt. Ein- oder zweimal fiel mir sogar der Löffel aus der Hand, und mein Essen landete im Teller meines Gegenübers. Die chinesische Art mit Stäbchen zu essen lernte ich übrigens mithilfe einer bestimmten Szene aus dem Film „Kung Fu Panda“.

Selbst wenn wir nur ein paar wenige Regeln einer anderen Kultur erlernen, können wir sicher sein, ein gutes Verhältnis mit anderen Menschen aufzubauen, unseren Horizont zu erweitern und Selbstvertrauen zu entwickeln. Dies wurde mir klar, nachdem ich verschiedene Länder bereist, unterschiedliche Menschen getroffen und andere Religionen, Kulturen und Lebensweisen kennengelernt hatte.

Analog der Klassifizierung von gutem, negativem oder neutralem Karma, werden auch in Religion und Philosophie Handlungen in tugendhafte, nicht tugendhafte und neutrale Taten unterteilt. Was wir darunter jeweils verstehen, wird allgemein von einer Gesellschaft benannt, während heilsames, unheilsames oder neutrales Karma entsprechend der Religion(en) unterschieden wird. Was verstehen wir nun unter heilsamem, unheilsamem und neutralem Karma? Unter heilsamen Handlungen verstehen wir jene, die ein gutes Resultat erzielen, und unter Handlungen mit einem negativen Resultat, verstehen wir unheilsame Handlungen; Handlungen schließlich, die ein unbestimmtes Resultat erzielen, also weder heilsam noch unheilsam sind, werden als neutral betrachtet.

Diese eher grobe Erklärung zielt vor allem auf die Bedeutung und ist nicht mit einer detaillierten Definition zu vergleichen, wie wir sie in Buddhas Abhidharma-Lehren finden.

Handlungen können nun noch weiter in zehn heilsame und zehn unheilsame Handlungen differenziert werden. Die zehn unheilsamen Handlungen beinhalten drei Handlungen bezogen auf den Körper, vier bezogen auf die Sprache und drei hinsichtlich des Geistes. Bezogen auf den Körper sind dies: töten, etwas nehmen, das nicht gegeben wurde, und sexueller Verkehr von Ordinierten bzw. unangemessenes sexuelles Verhalten von Laien. Zu Letzterem zählt unter anderem auch Ehebruch, also die körperliche Beziehung mit einer Person, die nicht der eigene Lebenspartner ist. In einigen Kulturen gilt sogar als unangemessenes sexuelles Verhalten, wenn man sich an einem ungeeigneten Platz oder zu einer unpassenden Zeit mit dem eigenen Partner vereinigt. Viele Menschen im Westen sind der Auffassung, der Sexualverkehr sei im Unterschied zu anderen unheilsamen Handlungen doch für beide Partner in der Regel angenehm und schade somit anderen nicht. Deswegen erscheint es ihnen nicht einsehbar, weshalb die sexuelle Vereinigung nicht nur unheilsam, sondern, wie in manchen buddhistischen Schriften beschrieben, gar höchst unheilsam sein sollte. Zusätzlich gibt es auch jene, die wissenschaftlich argumentieren und erklären, dass

Sexualität gut für die Gesundheit sei. So tauchen also eine ganze Reihe Fragen bezüglich dieses speziellen Punktes auf.

Ein bedeutender Gelehrter, Gendün Chöphel¹, sagte einmal:

*Das Geben von sexuellem Vergnügen an Menschen im Bereich des Begehrens:
Wenn Tugend es nicht bedingt, wie kann es Untugend hervorbringen?*

Der wechselseitige Genuss, der durch den sexuellen Akt erfahren wird, ist nicht an sich als unheilsam zu betrachten, so dass auch das Erzeugen von Liebe, gegenseitiger Unterstützung und Hilfe, die aus diesem Akt entstehen, nicht aufgegeben werden brauchen. Wie im Abhidharma, dem „Dharma-Schatz des Wissens“, erklärt wird, sind vier Ursachen für die körperliche Entwicklung notwendig, nämlich Nahrung, Massage, Schlaf und meditative Konzentration sowie außerdem sexuelle Vereinigung. Meines Wissens sieht das die Ayurvedische Medizin ganz ähnlich.

Jedoch mehr noch als das Fördern von Liebe, wechselseitiger Unterstützung und gegenseitigem Nutzen, hat Sexualität große Macht, negative Emotionen wie Anhaftung, Eifersucht oder schädliche Absichten zu generieren und kann deshalb zu immensem Leid führen. Aus diesem Grund sprach Buddha über gewisse Einschränkungen hinsichtlich des sexuellen Verkehrs.

Generell gibt es in Buddhas Unterweisungen drei Arten von Handlungen, die aufgegeben werden sollten: Erstens Taten, die aus sich heraus schädlich sind; zweitens Handlungen, die mehr unheilsame als heilsame Qualitäten hervorbringen; und drittens solche Handlungen, die innerhalb einer bestimmten Gesellschaft als negativ oder nicht tugendhaft betrachtet werden. Unangemessener sexueller Verkehr gehört nun zu den Handlungen, die deshalb aufzugeben sind, weil dadurch mehr negative als heilsame Qualitäten entstehen.

Unheilsame Handlungen der Sprache sind Lügen verbreiten, entzweiende Worte sprechen, harsche Worte verwenden und unnützes Geschwätz. Unheilsame Handlungen des Geistes sind Habgier, schlechte Absichten und falsche Sichtweise.

Die Bedeutung der letzten Punkte ist im Prinzip leicht nachvollziehbar, weshalb ich nicht näher darauf eingehen werde. Einen wichtigen Aspekt gibt es hier allerdings zu beachten: Die drei Handlungen des Körpers sowie die vier Handlungen der Sprache – also sieben der unheilsamen Handlungen – können mit der richtigen Motivation in heilsame Handlungen umgewandelt werden. Bei den drei unheilsamen Handlungen des Geistes hingegen besteht keine Möglichkeit, sie in ins Positive zu transformieren. Da dies ein wichtiges Thema ist, werde ich die Tiefgründigkeit seiner Bedeutung an anderer Stelle noch deutlicher darlegen, wenn ich über die sichtbaren Ausdrucksformen von Karma spreche.

¹ Gedün Chöphel (1901 - 1951) war ein tibetischer Gelehrter, Künstler, Historiker und Autor

Die Gegenmittel für die zehn unheilsamen Handlungen werden als die zehn heilsamen Handlungen bezeichnet. Sich des unheilsamen Handelns lediglich zu enthalten, bedeutet aber nicht zwingend, damit gleichzeitig die zehn heilsamen Handlungen auszuführen. Denn viele Tiere zum Beispiel können bestimmte unheilsame Handlungen gar nicht begehen, weil sie nicht die Möglichkeit dazu haben. Dennoch können wir nicht davon ausgehen, dass sie damit gleichzeitig heilsame Handlungen ansammeln.

Unter denjenigen Menschen andererseits, die sehr wohl fähig sind, die zehn schädlichen Handlungen auszuüben, gibt es nur wenige, die tatsächlich töten oder in ähnlicher Weise negativ handeln. Dies einerseits, weil die meisten mittlerweile innerhalb moderner Gesellschaften erzogen und ausgebildet werden, andererseits, weil viele durch die bitteren Erfahrungen der großen Kriege des letzten Jahrhunderts ganz selbstverständlich der Gewalt überdrüssig geworden sind. Und nicht zuletzt halten auch die strengen Gesetze vieler Länder die Bevölkerung von kriminellm Tun ab. Dennoch, nur das Unterlassen unheilsamer Handlungen kann nicht zugleich als Ansammlung von Verdiensten betrachtet werden. Oft fehlt schlicht die Gelegenheit, negativ zu handeln. Wenn zum Beispiel die Insassen eines Gefängnisses Verbrechen wie Diebstahl oder etwa Mord nicht begehen, heißt dies nicht notwendig, dass sie davon wirklich Abstand genommen oder sich freiwillig enthalten hätten. Es bedeutet nur, dass sie derzeit einfach nicht die Möglichkeit dazu haben.

Wir können folglich sagen, dass wahre Enthaltbarkeit dann gegeben ist, wenn wir unheilsame Handlungen vermeiden, selbst wenn wir vorübergehenden Nutzen daraus ziehen könnten oder die Möglichkeit hätten, eigene Fehler damit zu vertuschen. Andererseits können wir eben nicht von Enthaltbarkeit sprechen, wenn wir etwas Negatives bloß deshalb unterlassen, weil es keinen Nutzen bringt oder es uns nicht befähigt, unsere Unzulänglichkeiten zu verschleiern.

Das Anwenden der zehn heilsamen Handlungen beinhaltet also mehr, als nur das Vermeiden der unheilsamen Handlungen. Die Erklärungen hierfür gelten im Prinzip für alle anderen positiven Handlungen auch.

Die zehn heilsamen Handlungen lassen sich wie folgt formulieren: Als Gegenmittel zu den drei negativen Handlungen des Körpers sollte man erstens das Leben anderer Wesen schützen, zweitens Großzügigkeit üben und drittens sollten Ordinierte sexuelle Enthaltbarkeit wahren beziehungsweise sich Laien sexuell angemessen verhalten. Als Gegenmittel zu den vier unheilsamen Handlungen der Sprache sollte man zum einen wahrheitsgemäße Worte sprechen, zum zweiten eine verbindende wie drittens freundliche Sprache pflegen und zum vierten sich über Inhalte von Bedeutung unterhalten. Als Gegenmittel zu den drei unheilsamen Handlungen des Geistes sollten wir uns erstens in Zufriedenheit üben, zweitens einen alturistischen Geist entwickeln sowie drittens eine realistische Sichtweise kultivieren.

6. Der sichtbare Ausdruck von Karma

Sichtbarer Ausdruck von Karma meint das In-Erscheinung-Treten unseres Verhaltens. Weil die Äußerungen des Geistes sehr schwer zu erkennen sind, bezieht sich das äußere Erscheinen des Verhaltens auch auf die Ausdrucksformen von Körper und Sprache. Doch auch wenn Körper und

Sprache letztlich unserem Geist folgen, können ihre Ausdrucksformen zuweilen im Gegensatz zu unseren Motiven stehen. In vielen Fällen scheinen die Handlungen von Körper und Sprache nach außen positiv zu sein, doch in Wirklichkeit entpuppen sie sich als negativ, während manche Handlungen negativ erscheinen, aber in Wirklichkeit heilsam sind.

Da meist die verschiedenartigen Erscheinungen des körperlichen und sprachlichen Verhaltens verwirren, wenn sie nicht mit unseren Motiven übereinstimmen, ist es wichtig, die unterschiedlichen Formen des In-Erscheinung-Tretens von Karma zu kennen, um es dann auch richtig einordnen zu können.

Wenn sich eine Mutter zum Beispiel zum Wohl ihres Kindes wütend zeigt und strenge Worte spricht, sieht es oberflächlich so aus, als wäre ihr Ausdruck negativ, doch wenn sich das Kind die Worte seiner Mutter zu Herzen nimmt, können sie ihm künftig helfen, seine Ziele besser zu erreichen.

Nehmen wir ein anderes Beispiel: Sprechen wir freundliche und sanfte Worte, nur um von unserer eigentlichen, gegenteiligen Motivation abzulenken und damit andere zu täuschen, wäre dies eine negative Handlung, verpackt in einen angenehmen Ausdruck.

Innerhalb der oben erwähnten zehn heilsamen und zehn unheilsamen Handlungen können die jeweiligen Handlungen von Körper und Sprache also positive oder negative Erscheinungsformen annehmen, obgleich die zugrundeliegende Motivation gegenteilig sein mag. Die Handlungen des Geistes hingegen erscheinen weder gut noch negativ. Bezogen auf Ausdrucksform und Wirklichkeit gibt es hier keine unterschiedlichen Aspekte, da negative geistige Erscheinungen negative geistige Handlungen darstellen und positive geistige Erscheinungen positive Handlungen.

Obwohl die sieben unheilsamen Handlungen von Körper und Rede zwar grundsätzlich aufgegeben werden sollen, gibt es dennoch Situationen, in denen sie, wie Buddha lehrte, zum Wohl und Schutz anderer eingesetzt werden können: so zum Beispiel das Töten einer einzigen Person, um dadurch sehr vielen Menschen das Leben zu retten; das Stehlen von gebunkerten Nahrungsmitteln Herrschender oder Wohlhabender, um Lebewesen vor Hunger und Durst zu bewahren; Lügen, um andere zu schützen; entzweierende Worte wählen, um sich von Freunden mit schlechtem Einfluss zu lösen; das Verwenden harscher Worte, um aus Fürsorge bestimmte Inhalte deutlicher zu vermitteln, oder das Beteiligen an sinnlosem Geschwätz, um jemandem zu helfen, beispielsweise eine Depression zu überwinden. All dies sind Fälle, in denen anderen durch die Anwendung der als unheilsam klassifizierten Handlungen weit mehr geholfen als geschadet wird.

Demgegenüber gibt es Situationen, in denen tugendhafte Handlungen einzig aus Eigennutz und Eigeninteresse eingesetzt werden: so zum Beispiel wenn Terroristen versuchen, das Leben Krimineller zu retten; wenn finanzielle Mittel zur Verfügung gestellt werden, um damit Verbrechen begehen zu können; wenn zwar über den missbräuchlichen Austausch einzelner Individuen zweier

Parteien der Wahrheit gemäß gesprochen wird, doch nur, um Spaltung und Trennung in einer Gesellschaft zu bewirken, oder wenn nette und harmonische Worte eingesetzt werden, um gerade dadurch Chaos zu verursachen. Diese Handlungen mögen auf den ersten Blick positiv erscheinen, doch letztlich schaden sie einem selbst und allen anderen.

6. Die Beziehung zwischen Karma und Dharma

Um die Beziehung zwischen Karma und Dharma einfach und knapp zusammenzufassen, kann man sagen: Karma ist das Verhalten oder Handeln und Dharma die Methode, mit welcher das Handeln in ein positives transformiert wird. Ohne diese Beziehung hätte auch der Dharma für uns keinerlei Nutzen. Denn unser Leben und unsere Lebensumstände hängen von unserem Verhalten von Körper, Sprache und Geist ab. Wollen wir also etwas ändern, müssen wir fähig werden, unsere Handlungen von Körper, Sprache, Geist zu verändern. Verändern sich diese drei, werden sich auch unser Leben und seine Lebensumstände wandeln. Dadurch können wir erfahren, wie Ursache und Wirkung funktionieren.

Zum Beispiel ändert sich durch Bildung und die allmähliche Zunahme von Erfahrung auch unser Handeln. Das wiederum hat eine entsprechende Wirkung auf unsere Arbeit, unsere Freunde und unser Umfeld.

Auch gemäß der Sichtweise, die von vergangenen und künftigen Existenzen ausgeht, glaubt man, dass wir uns durch Anwendung und Praxis des Dharma, das heißt der Methode, unsere drei Handlungen positiv zu transformieren, im Verlauf der Leben immer weiter verbessern werden. In jedem Fall aber, solange wir nicht bereit oder in der Lage sind, unser dreifaches Handeln zu verändern, macht es auch keinen Sinn, Dharma zu praktizieren. Wir sollten deshalb darauf achten, dass wir mittels der Dharma-Praxis echte Veränderung in uns hervorrufen.

Wichtig ist hier in Erinnerung zu behalten, dass Karma – also die Handlungen von Körper, Sprache und Geist – und das Verhalten das Gleiche sind. Die Beziehung nun zwischen Dharma und Karma zu verstehen, kann für uns hilfreich sein. Deshalb möchte ich noch einmal wiederholen: *Karma* ist das Handeln und *Dharma* bedeutet die Methode, um die Handlungen in heilsame Aktivitäten zu verwandeln, wie beispielsweise Weisheit und Mitgefühl. In dem Maß, in dem wir Weisheit und Mitgefühl als Methoden anwenden, werden wir die Fähigkeit entwickeln, positives von negativem Handeln zu unterscheiden. Daher wird das Sanskritwort *dharma* verwendet; *Dharma* bedeutet *bewahren, beschützen*. „*Was wird bewahrt?*“, werden wir fragen, und die Antwort lautet: Unser Geist wird davor bewahrt, in leidvolle Zustände zu verfallen. Im Tibetischen sprechen wir von *chos*, was *verändern* bedeutet. Und was wiederum wird verändert? Der Geist wird vom Negativen ins Positive gewandelt. Beide Worte, *dharma* und *chos*, beinhalten die Aspekte des Beschützens und des Überwindens.

Wenn wir uns demzufolge vor Leiden schützen wollen, müssen wir unsere negativen Emotionen überwinden. Und durch die Kraft der Transformation unseres Geistes, entsteht Schutz vor weiterem Leiden. Die Methode also, das eigene Handeln und Verhalten auf diese Weise zu verwandeln, ausgestattet mit den zwei Qualitäten des Beschützens und Überwindens, wird Dharma genannt.

Wie Vasubhandhu² sagt:

“Jenes, das unsere Feinde, die negativen Emotionen, überwindet und uns vor dem Fall in die niederen Bereiche schützt, was die zwei Qualitäten des Überwindens und Schützens besitzt, wird “Shastra” (Abhandlung) genannt. Vergleichbares findest Du nicht in anderen Traditionen.“

7. Wege, das Gesetz von Karma anzuerkennen

Viele Leute glauben, Karma anzuerkennen bedeute, vergangene und zukünftige Leben zu akzeptieren. Aus meiner Sicht jedoch ist dies nicht ganz ausreichend. Zwar sind vergangene und künftige Existenzen tatsächlich eine der wichtigsten Grundcharakteristiken, aber sie bilden nur einen Aspekt von Karma und kennzeichnen nicht dessen essenzielle Natur. Und da sie nicht die Natur von Karma ausmachen, können wir daraus auch nicht die Schlussfolgerung ziehen, dass einzig durch Akzeptanz oder Ablehnung vergangener oder zukünftiger Handlungen, damit auch Karma akzeptiert oder abgelehnt wird.

Um also die Grenzlinie zwischen Akzeptanz und Nicht-Akzeptanz von Karma zu bestimmen, sollten wir überprüfen, ob wir seine Grundnatur anerkennen können oder nicht. Es gibt viele, die zwar vergangene und künftige Leben nicht akzeptieren können, aber dennoch ein Verständnis haben für die Natur von Karma, nämlich die Handlungen von Körper, Sprache und Geist, deren Früchte als entsprechendes Resultat in Erscheinung treten.

Folglich sollten wir prinzipiell, wenn wir herausfinden wollen, ob wir Sichtweisen wie Karma oder ähnliche akzeptieren können oder nicht, zunächst untersuchen, ob wir deren Grundlagen anerkennen können oder nicht. Dieses Vorgehen entspricht auch der wissenschaftlichen Dialektik und den Methoden gültiger Schlussfolgerungen.

Auf dieser Basis nun gibt es zahlreiche Möglichkeiten, Karma als Handlungen von Körper, Sprache und Geist anzuerkennen, entsprechend der jeweiligen geistigen Kapazitäten der einzelnen. Wenn zum Beispiel jemand davon überzeugt ist, dass man eine gute Ausbildung braucht, um einen guten Job zu bekommen, heißt das, dass diese Person Karma akzeptiert. Sie anerkennt, dass das Erreichen eines guten Jobs von der gegenwärtigen Bedingung abhängt, eine gute Ausbildung zu erhalten. In diesem Sinne akzeptiert auch jeder Student Karma, der gewissenhaft sein Fach studiert, sei es, um Lehrer, Arzt, Politiker oder Ingenieur zu werden, oder, wie im Bereich buddhistischer Praxis, ein Shravaka Arhat, ein Pratyekabuddha Arhat oder ein Buddha – sie alle anerkennen Karma gemäß ihrem geistigen Horizont. Es lag in Buddhas Absicht, Karma so allgemein verständlich zu machen, dass es auch ohne Konzept vergangener und künftiger Existenzen akzeptiert werden kann. Die Hintergründe dafür sind folgende:

² Indischer Gelehrter, der bekannt durch seine Texte zum Abidharma wurde. Geburts- und Todeszeit sind nicht bekannt

Erstens, in seinen Lehrreden über die Folgen von Handlungen unterteilte Buddha diese in drei Arten, in Karma, dessen Wirkungen in diesem Leben spürbar werden; in Karma, dessen Resultat im nächsten Leben erfahren wird und in Karma, dessen Ergebnis in einem oder mehreren folgenden Leben erfolgt. Der erste Punkt bezieht sich auf die Beziehung zwischen den Handlungen des gegenwärtigen Lebens und deren Auswirkungen, die noch innerhalb dieser Existenz heranreifen werden. Hier ist es nicht notwendig, über das Karma eines nächsten oder mehrerer nächster Leben zu sprechen.

Zweitens, als großer Lehrer trug Buddha auch Sorge für diejenigen, die ihren Lebenssinn in der momentanen Existenz suchten. So zeigte er auch einen Weg zu Glück und Frieden auf für das gegenwärtige Leben und erklärte, dass gegenwärtiges Glück gleichermaßen von unserem Verhalten und Tun, also von unserem Karma von Körper, Sprache und Geist abhängt. Er zeigte eine Methode, wie die gegenwärtigen Aktivitäten in positive Handlungen transformiert werden können. Diese Belehrungen werden auch als weltlicher Dharma bezeichnet. Die Grundlagen des weltlichen Dharma ruhen auf dem Prinzip von Ursache und Wirkung dieser Existenz. Sprechen wir also über Karma, ist es nicht notwendig, es auf ein nächstes Leben zu beziehen.

Grundsätzlich können wir sagen, indem Buddha die unterschiedlichen Ziele der verschiedenen Wesen und Menschen im Blick behielt, lehrte er für diejenigen, die Wohlbehagen in diesem Leben suchen, den weltlichen Dharma; denjenigen, die nach den erhabenen Körpern von Göttern und Menschen in einem nächsten Leben streben, zeigte er das Fahrzeug der Götter und Menschen auf; für diejenigen, die das Zum-Stillstand-Kommen der Leiden in diesem oder in den nächsten Leben ersehnen, lehrte er die Fahrzeuge der Shravakas und Pratyekabuddhas; das Vehikel der Bodhisattvas unterrichtete er jenen, die am Wohl anderer interessiert sind; und in das Tantrayana schließlich unterwies er die, welche die Fähigkeit besitzen, das Wohl anderer schnell und mit Leichtigkeit zu erreichen. Mithilfe dieser Systematik erläuterte der Buddha die verschiedenen Konzepte von Karma entsprechend der geistigen Kapazitäten seiner Schüler.

Was ich in diesem Zusammenhang noch hervorheben möchte ist das, was uns unsere Eltern gerne empfehlen, wenn sie sagen: *“Wenn Du einen echten Freund suchst, verhalte Dich gut. Wenn Du einen gesunden Körper möchtest, betreibe Körperhygiene, und wenn Du eine gute Arbeit wünschst, lerne fleißig in der Schule”*. Hinter solchen Ratschlägen schwingt stets ein Verständnis von Karma und dessen Resultaten mit.

Für ein allgemeines Verständnis von Ursache und Wirkung muss man also nicht unbedingt religiös oder Buddhist sein. Doch um Buddhist zu sein, sollten wir die Handlungen vergangener und künftiger Leben anerkennen.

Als großer Lehrer erklärte Buddha die Bedeutung von Karma anhand zahlloser Beispiele, die sich an den geistigen Voraussetzungen seiner Zuhörer orientierten. In den unterschiedlichen Belehrungen dazu gibt es deshalb viele Ebenen, Karma zu verstehen entsprechend der verschiedenen geistigen Ebenen. Wenn jemand demzufolge eine bestimmte Ebene nicht akzeptieren kann, heißt das nicht, dass er Karma grundsätzlich ablehnt.

Die wesentliche Aussage all dessen ist jedoch, dass Karma die Wurzel allen Glücks bildet und auf seiner Basis die Absichten und Ziele der Wesen erfüllt werden können.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Übersetzt aus dem Tibetischen ins Englische von Khenpo Sonam Tsewang

Übersetzt von Englisch auf Deutsch von Kerstin Mick

Redigiert von Michaela Perkounigg und Daniela Hartmann