

## Die 10 Vollkommenheiten - 7 Entschlusskraft

Vollkommenheit Nr. 7, mit der wir uns heute zum dritten und abschließenden Mal genauer beschäftigen, heißt auf Pali **Adhiṭṭhāna**. Auf Deutsch kann man diese Vollkommenheit mit den Begriffen Entschlusskraft und Entschlossenheit sowie Entschiedenheit übersetzen.

### Die Aspiration

Für die 10 Vollkommenheiten hat Bhikkhu Bodhi jeder Eigenschaft inspirierende Verse zugeordnet - diese Verse geben einen Überblick über den Inhalt und die Übung der jeweiligen Vollkommenheit. Für die Vollkommenheit der Entschlusskraft lauten diese:

*„Möge ich unwiderruflich und unerschütterlich in meiner Entschlossenheit sein, dem Weg des Buddhas [dem Weg der Befreiung] zu folgen; Leben für Leben, ohne mich jemals von Faulheit, Angst oder Zweifel von diesem Weg abbringen zu lassen; bis ich das Ziel der Befreiung verwirklicht habe.“*

### Übersicht: Entschlusskraft

#### Transformation des Geistes

Für buddhistische Praktizierende ist die wichtigste Übung oder Kultivierung auf dem Weg der Befreiung die Transformation des Geistes: Die Transformation des Geistes hängt von unserem Willen ab. Unser Wille ist unsere aktive Geisteskraft, die unseren Geist lenken, formen und ausrichten kann. Wille formt und beeinflusst alle anderen Aspekte unseres Geistes. Im Buddhismus ist Entschlossenheit der Prozess, unseren Willen aktiv auf die Transformation unseres Geistes auszurichten.

Dieser Willensakt ist eine bewusste Entscheidung, das zu tun und zu kultivieren, das zwar schwer zu verwirklichen ist, jedoch gleichzeitig zu unserem eigenen Wohl und zum Wohle Anderer ist. Wir entscheiden uns bewusst für diesen Weg und bemühen und üben uns darin, stabil und kontinuierlich auf diesem Weg zu gehen.

Entschlossenheit ist eine Qualität, deren Bedeutung / Wichtigkeit der Buddha selbst immer und immer wieder ganz besonders deutlich machte. Der Buddha erläuterte oft das große positive Potential der Transformation des Geistes, dass in unserem Willen steckt.

#### Die 3 Fahrzeuge

Um die unterschiedlichen Bedeutungen oder Ebenen der Entschlossenheit auf dem buddhistischen Weg zu verdeutlichen, hat Bhikkhu Bodhi sich der Aufteilung nach den 3 Fahrzeugen bedient.

1. Das Fahrzeug der menschlichen Tugend [siehe Entschlusskraft Teil 2]
2. Das Fahrzeug der persönlichen Befreiung [siehe Entschlusskraft Teil 2]
3. Das Fahrzeug der universalen Befreiung / Buddhaschaft

Im **Fahrzeug der menschlichen Tugend** übt man sich kontinuierlich und beständig darin, sein Verhalten ethisch und moralisch rein zu halten. Zusätzlich übt man sich bewusst in heilsamen menschlichen Tugenden und Eigenschaften [die 5 Achtsamkeitsübungen, die

10 heilsamen Handlungen, Großzügigkeit, Hilfsbereitschaft usw.], die auf das Wohl nicht nur unserer Selbst, sondern auch anderer Menschen und Lebewesen ausgerichtet sind. Diese Entschlossenheit / diese Übung führt zu einem dazu, dass man im gegenwärtigen Leben eine Person ist, der Menschen natürlicherweise Vertrauen, Dankbarkeit, Respekt, Wohlgesinnung und Warmherzigkeit entgegenbringen. Zum anderen bewirkt ein reines, ethisches und ein auf das Wohl Aller ausgerichtetes Verhalten zu einer Wiedergeburt als Mensch oder himmlisches Lebewesen - Wiedergeburtbereiche, die als erstrebenswert<sup>1</sup> und angenehm bezeichnet werden.

Im **Fahrzeug der persönlichen Befreiung** sind die zu kultivierenden Entschlossenheiten durch die 4 Edlen Wahrheiten vorgegeben:

**1. Leid / Unzufriedenheit des Lebens / Existenz muss vollständig verstanden werden**

Man beschließt, ein tiefes Verständnis der Realität von Körper und Geist zu entfalten - ein Verständnis, dass durch seine Tiefe zur Überwindung von Leid / Unzufriedenheit beiträgt.

**2. Ursachen für Leid / Unzufriedenheit müssen vollständig aufgelöst werden**

Man beschließt, den Geist von den inneren Ursachen des Leidens zu befreien: Schritt für Schritt reduzieren und transzendiert man die destruktiven Geistesfaktoren wie Gier, Hass, Verblendung und die ihnen untergeordneten Befleckungen / Negativitäten des Geistes.

**3. Befreiung von Leid muss vollständig verwirklicht werden**

Man beschließt, das höchste Glück und den höchsten Frieden in sich zu verwirklichen: Nirvana, Erleuchtung, Befreiung.

**4. Der zur Befreiung von Leid führende Weg muss vollständig kultiviert werden**

Man beschließt den Edlen Achtfachen Pfad zu üben, zu entfalten, zu kultivieren, bis das Ziel des Weges verwirklicht wurde.

Diese 4 Entschlossenheiten des Fahrzeuges der persönlichen Befreiung wurden letzte Woche bereits im Detail beschrieben.

## **Das Fahrzeug der universalen Befreiung**

Heute geht es um das Fahrzeug der universalen Buddhaschaft / Erleuchtung / Befreiung.

### **Der Weg des Bodhisattvas**

Wer den Weg der universalen Befreiung mit starker Entschlossenheit betritt, kultiviert und geht, nennt man einen Bodhisattva - man hat sich Verwirklichung der Buddhaschaft zum Vorsatz genommen. In einem Bodhisattva ist die Entschlossenheit, Buddhaschaft zu realisieren damit der Hauptantrieb / die Hauptmotivation.

---

<sup>1</sup> Das menschliche Leben wird den himmlischen Wiedergeburtbereichen gegenüber sogar als noch kostbarer bezeichnet. Denn die menschliche Wiedergeburt kann u.U. genau das richtige Gleichgewicht aus Freud und Leid für uns bereit halten, sodass wir uns mit der Befreiung von Leid tiefer auseinander setzen wollen bzw. können. Ist viel zu viel körperliches oder geistiges Leid gegeben, finden wir kaum körperlich oder innerlich Raum / Gelegenheit, uns überhaupt mit dem buddhistischen Weg der Befreiung auseinander zu setzen. Ist jedoch viel zu viel Wohlbefinden vorhanden - wie es in vielen der himmlischen Lebensbereiche der Fall ist - dann kann es sein, dass unser Geist dort sich von den zahllosen angenehmen Sinnesfreuden derart ablenken und benebeln lässt, dass wir keinen wirklichen Anlass haben, über Vergänglichkeit, Leid oder Befreiung zu reflektieren, geschweige denn den Weg der Befreiung weiter zu üben / kultivieren.

## **Persönliche Befreiung und Universale Befreiung**

Dieser Weg erwächst aus und beinhaltet in sich auch alle Übungen, Lehren und Weisheit des Fahrzeug der persönlichen Befreiung. Darüber hinaus jedoch besitzt dieses Fahrzeug der Buddhaschaft eine noch viel größere Tragweite / Wirkungsbereich / Umfang. Dies kommt durch das unterschiedliche Ziel, welches dieses Fahrzeug vom Fahrzeug der persönlichen Befreiung unterscheidet.

Die Motivation, welche dem Fahrzeug der universalen Befreiung zugrunde liegt ist nicht der Wunsch nach persönlicher Befreiung. Sondern ein Bodhisattva hat als Motivation / Absicht / Ziel den Wunsch, zahllose andere Lebewesen auf ihrer Suche nach einem Weg der Befreiung von Leid zu unterstützen und zu begleiten.

Man möchte hierzu alle notwendigen Fähigkeiten und Qualitäten in sich entfalten und vervollkommen, die nötig sind, um zahllose Lebewesen auf dem Weg der Befreiung / dem Weg zum ultimativen Frieden [Nirvana] zu etablieren.

Die einzige Person, die so tatsächlich in der Lage ist, mit aller Klarheit, Weisheit und Mitgefühl den Weg der Befreiung in seinem gesamten Umfang / in seiner Gesamtheit aufzuzeigen, ist ein Buddha, ein vollkommen Erwachter.

## **Der universale Stellenwert eines Buddhas**

Dadurch bekommt die Erleuchtung eines Buddhas nahezu kosmische oder universale Bedeutung / Stellenwert: Die Einzigartigkeit der Qualität und des Umfangs seiner geistigen Klarheit, seiner Weisheit und seines Mitgefühls sowie die Einzigartigkeit seiner Errungenschaft im Bezug auf den Weg der Befreiung, macht den Buddha nicht „nur“ einfach zu einem spirituellen Weisen. Ein Buddha ist, durch seine Funktion, den Weg der Befreiung zu enthüllen und weiter zu geben, ein „Lehrer der Welt“.

Seine Absicht, Erleuchtung zu realisieren war ja nicht nur motiviert, um sich selbst zu befreien oder sich selbst zu helfen. Seine Absicht war es, die Tore der Befreiung für das Wohl und die Befreiung *aller* Lebewesen zu öffnen. Dieses bedingungslose Mitgefühl, diese universale Absicht zum Wohle aller Lebewesen den Weg der Befreiung zu suchen, zu finden und zu lehren, sind die Aspekte, die die Bedeutung / den Stellenwert eines Buddhas ausmachen.

## **Die Hauptfunktion eines Buddhas**

Die Hauptfunktion eines Buddhas ist es, den Weg der Befreiung / den Weg des Dharma aus eigener Kraft und ohne die Hilfe anderer Erleuchteter *wiederzuentdecken* und dann zu lehren, weiterzugeben und für viele noch kommende Generationen wieder zugänglich zu machen - und das zu einer Zeit, in der das Wissen um diesen Weg der Befreiung ganz in Vergessenheit geraten ist.

Ein Buddha etabliert so den Dharma, den Weg der Befreiung, in der Welt. Er lehrt diesen Weg der Befreiung im Detail, in all seiner Tiefe und hilft damit zahllosen Lebewesen, Nirvana / Befreiung von Leidenskreisläufen / Wiedergeburtsschleifen zu realisieren.

## **Die vollkommene Verwirklichung des Dharma**

Um dieses große Ziel vollständig verwirklichen zu können, muss ein Buddha den Dharma, den Weg der Befreiung vollkommen und in seiner Gesamtheit kultivieren / meistern. Jeder Aspekt des Weges, jedes Detail der Realität unseres Geistes, die komplizierten und tiefen Mechanismen von Ursache und Wirkung, Karma und seinen Resultaten, muss ein Buddha vollständig verstehen.

Ein Buddha muss alle Fähigkeiten kultivieren, die es ihm ermöglichen, den Geist jedes Lebewesens in all seiner Komplexität und Differenziertheit verstehen zu können - denn nur dann ist ein Buddha in der Lage, wirklich allen Wesen in den jeweiligen Lebenssituationen die besten / nützlichsten Ratschläge / Anleitungen geben zu können, um ihnen helfen zu können, auf ihrem Weg zur Befreiung von Leid voran zu kommen.

### **Der ideale Lehrer**

Ein Buddha ist durch diese seine Fähigkeit, Lebewesen in ihrer jeweiligen Lebenssituation abzuholen, der ideale Lehrer - er sieht genau, welche geistigen Voraussetzungen und Potentiale in einem Lebewesen zum gegenwärtigen Zeitpunkt vorhanden sind und kann dann jedem Lebewesen individuell auf dessen Fähigkeiten und Umstände zugeschnitten Rat und Anleitung an die Hand geben.

Dieses meisterhafte Geschick des Buddhas, Lebewesen auf ihrem Weg der Befreiung zu unterstützen, ist die Grundlage für das Phänomen, in denen manche Schülerinnen und Schüler des Buddhas allein durch eine mündliche Unterweisung des Buddhas die ersten Stufen der Befreiung verwirklichen konnten.

Natürlich waren diese besonderen Schülerinnen und Schüler auch von ihrem eigenen Karma bereits sehr fortgeschrittene Übende - sie haben sicherlich bereits viele Leben an Übung hinter sich gehabt und es brauchte nur noch ein paar Sonnenstrahlen der Weisheit eines Buddhas, um den Lotus der Weisheit in ihrem Herzen zum Blühen zu bringen.

Dennoch, nur ein vollkommener Lehrer wie ein Buddha ist in der Lage, das Potential der Lebewesen derart tief erkennen, verstehen und dann unterstützen zu können.

## **Der lange Weg des Bodhisattvas**

Die Befreiung / Erleuchtung eines Buddhas hat also auf diese Weisen eine viel größere Reichweite, eine viel tiefergehende und langfristiger nachklingende Wirkung, im Vergleich mit der Befreiung / Erleuchtung des Fahrzeugs der persönlichen Befreiung - die Befreiung von Schülerinnen und Schülern, Nachfolgern eines Buddhas.

Die Erleuchtung eines Buddhas benötigt unvorstellbar mehr Bemühung / Vorbereitung, ein weitaus höheres Maß an Einsicht, Weisheit, Mitgefühl und spiritueller Vollkommenheit. Die Karriere eines Bodhisattvas - die Karriere, die also später in Buddhaschaft mündet / endet - hat daher eine weitreichende, universale Bedeutung nahezu kosmischen Ausmaßes:

### **Entschlossenheit und Geduld kosmischen Ausmaßes**

Der Lehre des Buddhas nach, müssen all diejenigen, die Erleuchtung verwirklichen wollen - sei es nun persönliche Befreiung oder Buddhaschaft - heilsame Geistesqualitäten über

viele Leben hinweg, Schritt für Schritt kultivieren. Diese heilsamen Geistesqualitäten tragen zur Kultivierung und zum Aufbau unseres spirituellen Potentials bei, welches später in der Realisierung von Erleuchtung / Befreiung zum Ausdruck kommt.

Das Ausmaß, der Anspruch, die Größe dieser heilsamen Geistesqualitäten, die ein Bodhisattva kultivieren muss, um universale Befreiung / Buddhaschaft zu verwirklichen, ist jedoch unvorstellbar höher, im Vergleich zu den nötigen Bemühungen und Anforderungen des Fahrzeugs der persönlichen Befreiung.

Um vollkommene Befreiung / Buddhaschaft zu verwirklichen, kultivieren Bodhisattvas die notwendigen Qualitäten über unvorstellbar lange Zeiträume hinweg - Millionen von Äonen [Sanskrit: *kalpa*; Pali: *kappa* = Weltperiode] um alle geistigen Faktoren zu perfektionieren, die ultimativ in Buddhaschaft münden.

### **Sinnbild: Die Wellen des Ozeans**

Manchmal wird in den Überlieferungen die enormen Bemühungen eines Bodhisattvas anhand eines Sinnbilds verdeutlicht:

Stellen wir uns einen Mensch vor, der am Strand vor einem riesigen Ozean steht. Dieser Mensch beobachtet, wie eine Welle an den Strand heran rollt und sich sanft im Sand verliert. Schon kommt die nächste Welle, die der Mensch ebenfalls beobachtet. Welle für Welle beobachtet der Mensch, wie das Wasser die Küste erreicht.

Jede dieser Wellen steht für ein Äon, eine kosmische Weltperiode. Der Ozean bringt unvorstellbar, nahezu unendliche Abfolgen von Wellen hervor, die der am Strand stehende Mensch beobachtet.

Für einen Bodhisattva, der sich auf den langen und mühseligen Weg der Buddhaschaft zum Wohle aller Wesen gemacht hat, ist jedes Äon / jede kosmische Weltperiode nur eine weitere dieser Wellen, die aufkommt, sich dem Stand nähert und wieder vergeht. Millionen dieser kosmischen Zeitalter bemüht sich ein Bodhisattva darin, die Vollkommenheiten [Pāramītas] zu kultivieren / vervollkommen.

### **Das große Mitgefühl**

Es gibt hierzu einen sehr schönen Vers aus dem Anfang des *Samantapāsādikā* - eines Kommentartextes aus dem 5. Jahrhundert des Gelehrten Buddhaghosa:

*„Vor ihm, der für Millionen von unermesslichen kosmischen Weltperioden seine Zeit und Energie verwendet hat, um alle notwendigen, äußerst anstrengenden und mit vielen Schwierigkeiten und Mühsal verbundenen Übungen für das Wohlbefinden der Welt und der Lebewesen zu verwirklichen - vor ihm, dem großen Mitfühlenden, verneige ich mich in Dankbarkeit, Respekt und Hochachtung“* Buddhaghosa, Samantapāsādikā

Dieser Vers unterstreicht erneut die Motivation, die hinter der Praxis und Übung eines Bodhisattvas steht: Die Motivation ist großes Mitgefühl [mahākaruṇā].

Großes Mitgefühl ist die Unfähigkeit, das Leid anderer Lebewesen ignorieren zu können. Durch großes Mitgefühl ist ein Bodhisattva derartig vom Leid anderer Lebewesen berührt, dass er seine eigene Befreiung / Erleuchtung aufschiebt und hinten anstellt, bis er seine

Fähigkeiten, anderen Lebewesen auf dem Weg der Befreiung helfen zu können, zur Vollkommenheit und Perfektion gebracht hat. Durch großes Mitgefühl ist es des Bodhisattvas Wunsch, andere Lebewesen aus dem Ozean des Leidens zu befreien - auch wenn dies für ihn selbst bedeutet, immer wieder unvorstellbares Leid und Schwierigkeiten durchlaufen zu müssen, über unvorstellbare Zeiträume hinweg.

### **Die Entschlossenheit eines Bodhisattvas**

Um das Fahrzeug der universalen Buddhaschaft zu betreten, als Bodhisattva den Weg bis an sein Ende zu gehen und ein vollkommen erleuchteter Buddha zu werden, reicht Mitgefühl alleine nicht aus. Man muss sich vollständig darüber im Klaren sein, dass man tatsächlich nur als vollkommen erleuchteter Buddha den Lebewesen von größtmöglichem Nutzen sein kann.

Diese Klarheit muss das Mitgefühl eines Bodhisattvas jederzeit begleiten. Denn diese Klarheit verhilft dem Bodhisattva dabei, nicht auf halber Strecke den Weg abubrechen und sich mit geringeren Ergebnissen des Weges oder mit der eigenen Befreiung im Sinne der persönlichen Befreiung zufrieden zu geben.

### **Mitgefühl und Entschlossenheit entfalten Bodhicitta**

Wenn ein Bodhisattva beides in sich vereint - das große Mitgefühl, zum Wohle aller Lebewesen Erleuchtung entgegenzustreben und das Wissen und den Willen, diesen langen und beschwerlichen Weg tatsächlich bis an sein Ende zu gehen - dann entsteht das, was in der buddhistischen Lehre *bodhicitta*<sup>2</sup> genannt wird: Die feste, fokussierte Entschlossenheit, Buddhaschaft zum Wohle und zum Nutzen aller Lebewesen zu verwirklichen. Im Grunde ist also Bodhicitta mit die stärkste / höchste Form der Vollkommenheit der Entschlusskraft.

### **Der schmale Grat zwischen Saṃsāra und Nirvāṇa**

Der Weg zur vollkommenen Buddhaschaft ist extrem lang und mit vielen Schwierigkeiten und Hindernissen verbunden. Entschlossenheit spielt hier daher die wichtigste Rolle:

Ein Bodhisattva verpflichtet sich dazu, für die Dauer seiner Kultivierung des Herzens, für zahllose Äonen im Kreislauf der Wiedergeburten zu verweilen - ohne dabei persönliche Befreiung zu verfolgen. Zugleich muss ein Bodhisattva aber darauf achten, nicht durch weltliche / samsarische Verstrickungen vom Weg der Buddhaschaft abzukommen.

Bodhisattvas müssen also einerseits stabil genug in der Übung der Enthaltensamkeit / des Verzichts verweilen, um sich nicht in Saṃsāra zu verlieren. Andererseits müssen sie im Kontakt mit Saṃsāra bleiben, um geduldig und mitfühlend alle notwendigen Übungen und Qualitäten zu meistern, die zur Realisierung von Buddhaschaft notwendig sind. Daher ist der Weg eines Bodhisattvas hin zur Buddhaschaft ein äußerst schmaler Grat:

Auf der einen Seite locken unendliche Angebote weltlicher Aktivitäten, Ablenkungen und Vergnügungen. Auf der anderen Seite lockt die persönliche Befreiung, die dem Bodhisattva vorzeitig den finalen Frieden von Nirvana geben könnte - aber in beiden Fällen würde das finale Ziel der Buddhaschaft unerreicht bleiben.

---

<sup>2</sup> *bodhi* = Erleuchtung / Buddhaschaft; *citta* = Geist; zusammen vereinfacht *Erleuchtungsgeist* oder genauer *der auf die Verwirklichung von Erleuchtung / Buddhaschaft zum Wohle aller Wesen ausgerichtete Geist*

## Die Bodhisattva-Gelübde

Was den Bodhisattva dazu befähigt, diesen schmalen Grat zu gehen, ist erneut die Eigenschaft der Entschlossenheit / Entschlusskraft. Die Entschlossenheit eines Bodhisattvas drückt sich in Form von Gelöbnissen / Verpflichtungen / Gelübden aus.

Gelöbnisse sind im Grunde ausformulierte Entschlossenheit, die man in ihrer ausformulierten Form sich immer wieder im Bewusstsein vergegenwärtigt. Man versucht, in den alltäglichen Handlungen, diese Entschlossenheiten präsent zu halten und in die Handlungen einfließen zu lassen. Jede Erinnerung an solche Verpflichtungen / Gelübde, erneuert und stärkt die Entschlossenheit dahinter und hilft dem Bodhisattva dabei, seine Übung zu vertiefen und zu stabilisieren.

### Die 4 Großen Gelöbnisse

Die klassische Mahayana-Tradition, welche besonders viel Wert auf den Bodhisattva-Weg legt, hat viele verschiedene Formulierungen der Bodhisattva-Gelübde. Am bekanntesten sind die 4 Großen Gelöbnisse:

1. Die fühlenden Lebewesen sind unendlich - ich gelobe, sie alle zu retten.
2. Die Verunreinigungen des Geistes sind unendlich - ich gelobe sie aufzulösen.
3. Die Lehren des Dharma sind unendlich - ich gelobe, sie alle zu kultivieren.
4. Der Weg der Buddhaschaft ist unvergleichlich - ich gelobe ihn, zu verwirklichen.

Bhikkhu Bodhi hat diese traditionelle Reihenfolge umgeändert in:

1. ... geloben, alle Wesen zu retten.
2. ... geloben, alle Verunreinigungen des Geistes aufzulösen.
3. ... geloben, Buddhaschaft zu verwirklichen
4. ... geloben, alle dazu notwendigen Lehren / Wege zu kultivieren.

Diese Reihenfolge macht für ihn mehr Sinn: Man will alle Wesen retten. Dazu muss man alle eigenen Verunreinigungen auflösen. Und nur als Buddha kann man wirklich den Lebewesen helfen. Und Buddhaschaft kann man nur verwirklichen, wenn man alle dazu notwendigen Lehren / Wege kultiviert.

### 1. Die fühlenden Lebewesen sind unendlich - ich gelobe, sie alle zu retten.

Wie bereits erläutert ist die Bodhisattva-Karriere von **großem Mitgefühl** angespornt und angetrieben - der große Wunsch, anderen Lebewesen dabei zu helfen, sich von ihrem Leid endgültig zu befreien und im ultimativen Frieden von Nirvana anzukommen.

Die Liebe und das Mitgefühl von Bodhisattvas ist derart umfangreich, dass sie ab einem bestimmten Grad ihrer Kultivierung keine Schwierigkeiten mehr haben, selbst den eigenen Körper oder das eigene Leben für das Wohl / den Nutzen anderer Lebewesen zu geben.

Und der Ausblick auf die eigene Befreiung im Sinne von Buddhaschaft ist für Bodhisattvas nicht mehr mit eigenen Bedürfnissen oder Sehnsucht nach Freiheit verbunden, sondern ist nur noch ultimatives Mittel und Zweck für die Hilfe und Begleitung anderer Lebewesen auf dem Weg der Befreiung.

Während des langen Weges zur Buddhaschaft, versuchen Bodhisattvas ihren eigenen gegenwärtigen Kapazitäten nach, anderen Wesen den Weg der Befreiung / des Dharma vorzustellen und sie auf dem Weg hin zur Befreiung von Leid zu begleiten / anzuleiten.

Sie geben ihre **Zeit und Energie für den Dharma** um die damit verbundenen heilsamen Qualitäten und Übungen weiter zu geben und zu teilen - dadurch helfen sie interessierten Lebewesen dabei, sich mit der Transformation unheilsamer Gewohnheiten und Eigenschaften sowie der Kultivierung heilsamer Geistesqualitäten zu beschäftigen und erste Schritte hin Richtung Befreiung von Leid zu tun.

Aus dem großen Mitgefühl heraus sind Bodhisattvas in der Lage, die eigene, persönliche Befreiung hinten an zustellen, um zunächst alle Faktoren der Buddhaschaft zu kultivieren. Dies befähigt sie dazu, tatsächlich das Ziel eines erleuchteten Buddhas zu erreichen und dann die höchste Funktion der Buddhaschaft zu erfüllen: Die Realisierung und Lehre des Dharma in all seiner Tragweite und Tiefe; die Begleitung und Unterstützung zahlloser Wesen auf dem Weg der Befreiung bis hin zur Erleuchtung / Nirvana.

Das Gelöbnis, zahllose Lebewesen zu befreien, erinnert den Bodhisattva immer daran, nicht aufzugeben bis das **ultimative Ziel der Buddhaschaft** erreicht ist - denn effektiv kann er ja nur den Lebewesen wirklich größtmöglich helfen, wenn er selbst die vollkommene Entfaltung aller Qualitäten eines Buddhas erreicht hat.

## **2. Die Verunreinigungen des Geistes sind unendlich - ich gelobe sie aufzulösen.**

Auch wenn ein Bodhisattva das ultimative Ziel erst erreicht, wenn er alle notwendigen Eigenschaften zur vollkommenen Reife gebracht hat, heißt das nicht, dass Bodhisattvas bis dahin arglos oder bedenkenlos mit den destruktiven und unheilsamen Eigenschaften des Geistes umgehen.

Sie sind sich der großen Gefahr der einzelnen geistigen Verunreinigungen sowie der Vorteile, diese zu überwinden, stets bewusst. Sie üben sich ständig darin, die Verunreinigungen des Geistes zu überwinden und zu transzendieren. Sie üben sich im **Zähmen und Meistern des eigenen Geistes**. Sie üben sich in der Beruhigung und Vertiefung des Geistes in Meditation [Jhānas].

Das Gelöbnis Verunreinigungen des Geistes aufzulösen, bezieht sich hier nicht *nur* auf den eigenen Geist - ein Bodhisattva versucht immer auch **anderen Wesen zu helfen**, ein klares Verständnis für die heilsamen und unheilsamen Faktoren des Geistes zu erhalten. Sie helfen ihrer gegenwärtigen Fähigkeiten nach auch Anderen dabei, unheilsamen Eigenschaften des Geistes heilsam zu begegnen. Dieses tun sie, indem sie den Weg des Dharma lehren, weitergeben und interessierte Wesen auf diesem Weg begleiten.

Bodhisattvas müssen im Bezug auf die Verunreinigungen des Geistes nicht nur die groben destruktiven Eigenschaften von Gier, Hass, Verblendung, Neid, Stolz usw. transformieren und auflösen. Sie müssen den **Geist vollständig von Negativität und Unwissenheit befreien**. Um das umfangreiche Wissen / Verständnis eines vollkommenen Erleuchteten in sich kultivieren zu können, müssen Bodhisattvas selbst die subtilsten geistigen Hindernisse / Anhaftungen / Illusionen des Geistes überwinden / auflösen, die sie auf ihrem Weg zur Buddhaschaft aufhalten / behindern.



### 3. Der Weg der Buddhaschaft ist unvergleichlich - ich gelobe ihn, zu verwirklichen.

Das Leitprinzip eines Bodhisattvas ist immer die Verwirklichung von Buddhaschaft. Für diejenigen, die das Fahrzeug der persönlichen Befreiung gehen, ist der Buddha in seiner Essenz ein Lehrer, der bestmögliche **Führer / Wegweiser entlang des Weges**. Für den Bodhisattva aber ist der Buddha nicht *nur* der Wegweiser entlang des Weges, sondern **gleichzeitig auch das Ziel des Weges selbst**.

Daher bewahren Bodhisattvas das Bild / die Darstellung des Buddhas so oft wie möglich in ihrem Bewusstsein / vor ihrem inneren Auge. Sie begegnen dem Buddha in seiner erleuchteten Vollkommenheit mit Dankbarkeit, Respekt und Hochachtung. Sie preisen und loben die vervollkommenen Qualitäten des Buddhas und meditieren über die körperliche und geistige Form eines Buddhas, wenn sie die Exzellenz / Erhabenheit / Vollkommenheit der Qualitäten und Aktivitäten der Buddhas reflektieren.

#### Die 3 Hauptaspekte eines Buddhas

Die geistigen Qualitäten / Eigenschaften eines Buddhas sind sehr zahlreich und in ihrem Umfang und in ihrer Tiefe unvorstellbar. In ihrer Essenz entwachsen die vielen Qualitäten eines Buddhas aus drei Hauptaspekten:

##### 1. Makellose Reinheit

Entwächst aus der Auflösung aller destruktiven, unheilsamen Geisteseigenschaften.

##### 2. Vollkommene Weisheit

Mit der die Buddhas alle Phänomene in ihrer Tiefe und Tragweite verstehen können.

##### 3. Großes Mitgefühl

Mit dem die Buddhas unaufhörlich für das Wohl aller Wesen wirken und arbeiten.

Durch das stetige **Reflektieren über die guten Eigenschaften der Buddhas**, stabilisieren und stärken Bodhisattvas ihre Bodhisattva-Gelöbnisse immer weiter, bis diese Gelöbnisse unerschütterlich fest und standhaft werden.

Egal wie lange es dauern mag, egal welche Hindernisse sich auch in den Weg stellen mögen - der Bodhisattva gelobt, vollkommene Buddhaschaft für das Wohl der Welt und der Lebewesen zu verwirklichen.

### 4. Die Lehren des Dharma sind unendlich - ich gelobe, sie alle zu kultivieren.

Um Buddhaschaft zu verwirklichen, muss ein Bodhisattva alle notwendigen Übungen und Qualitäten kultivieren, die für die Entfaltung vollkommener, universaler Erleuchtung notwendig sind. Diese Übungen / Qualitäten sind viele Listen von Eigenschaften, die allesamt Inhalt eigener Kurse sein könnten.

Die folgenden Qualitäten und Listen werden auch immer im Fahrzeug der persönlichen Befreiung kultiviert - allerdings dort „nur“ bis zum Grad der persönlichen Befreiung unter Anleitung eines Buddhas / Lehrers. Ein Bodhisattva kultiviert alle diese Qualitäten bis zum Grad der Vollkommenheit. Die folgenden Listen und Eigenschaften sind ein Einblick in die breit gefächerte Vollkommenheit des erleuchteten Geistes eines Buddhas. Die Eigenschaften sind für einen kurzen Überblick vereinfacht aufgeführt.

## Die 37 Faktoren der Erleuchtung [Bodhipakkhiyādhammā]

### Die 4 Grundlagen der Achtsamkeit [cattāro satipaṭṭhānā]

- Achtsamkeit auf den Körper
- Achtsamkeit auf Gefühle
- Achtsamkeit auf geistige Zustände
- Achtsamkeit auf geistige Qualitäten / Geistesobjekte

### Die 4 Rechten Bemühungen / Anstrengungen [cattāro sammappadhānā]

- Noch nicht entstandene unheilsame Handlungen<sup>3</sup> vermeiden.
- Bereits entstandene unheilsame Handlungen aufgeben / auflösen.
- Noch nicht entstandene heilsame Handlungen ins Leben rufen.
- Bereits entstandene heilsame Handlungen erhalten / festigen.

### Die 4 Grundlagen geistiger / spiritueller Kraft [cattāro iddhipādā]

- Heilsames Streben / Wille
- Energie / Tatkraft
- Bewusstsein
- Die Kraft / Fähigkeit der Analyse / Unterscheidung / Untersuchung

### Die 5 spirituellen Fähigkeiten <sup>4</sup>

- Vertrauen
- Energie / Tatkraft / Willenskraft
- Achtsamkeit
- Konzentration
- Weisheit / Einsicht

### Die 5 Kräfte <sup>4</sup>

- Vertrauen
- Energie / Tatkraft / Willenskraft
- Achtsamkeit
- Konzentration
- Weisheit / Einsicht

### Die 7 Faktoren der Erleuchtung

- Achtsamkeit
- Untersuchung der Phänomene / Dharmas
- Energie / Tatkraft
- Freude
- Stille / Ruhe
- Konzentration / Vertiefung
- Gleichmut

### Der Edle Achtfache Pfad

- Rechte Sicht
- Rechte Absicht
- Rechte Sprache
- Rechtes Handeln
- Rechter Lebenserwerb
- Rechte Bemühung
- Rechte Achtsamkeit
- Rechte Konzentration

<sup>3</sup> *Handlung* bedeutet hier alle gedanklichen / geistigen, sprachlichen und körperlichen Aktivitäten.

<sup>4</sup> Im Samyutta Nikaya 48.43 erklärt der Buddha, dass die 5 spirituellen Fähigkeiten und die 5 Kräfte ein und dasselbe sind. Er verdeutlicht dies anhand eines Sinnbildes: Wenn das Wasser eines Flusses auf eine Insel trifft, die in der Mitte des Flusses liegt, teilt sich an dieser Stelle der Fluss in zwei Strömungen auf - jedoch sind beide Strömungen gleichzeitig immer noch ein und derselbe Fluss. In den Kommentaren steht hierzu noch: Wenn diese 5 Qualitäten aktiv genutzt werden, um heilsamen Einfluss zu nehmen, nennen wir sie die 5 spirituellen Fähigkeiten. Sind die 5 Qualitäten unerschütterlich gegenüber ihnen entgegengesetzten destruktiven Faktoren, dann nennen wir sie die 5 Kräfte.

## Die 10 Vollkommenheiten [dasa pāramī]

Die 10 Vollkommenheiten, die wir in diesem Kurs besprechen, sind ja wie in der Einführung erläutert Eigenschaften, die ein Bodhisattva bis hin zur Vollkommenheit kultivieren muss, um das Ziel der Buddhaschaft zu realisieren. Die 10 Vollkommenheiten werden von einem Bodhisattva auf dem Weg zur Buddhaschaft auf 3 Ebenen kultiviert. Daher müssen Bodhisattvas nicht nur 10, sondern 30 Vollkommenheiten, vollständig kultivieren. Die 3 Ebenen sind im Folgenden am Beispiel der Großzügigkeit verdeutlicht:

### Die gewöhnliche Ebene der Vollkommenheiten [pāramī]

- zB. Geben von materiellen und nicht-materiellen Dingen zum Wohle Anderer

### Die außergewöhnliche Ebene der Vollkommenheiten [upa pāramī]

- zB. Geben von eigenen Körperteilen zum Wohle Anderer

### Die höchste Ebene der Vollkommenheiten [paramattha pāramī]

- zB. Geben des eigenen Lebens zum Wohle Anderer

## Die meditativen Vertiefungen [jhāna]

Auch die unterschiedlichen Meditationsstufen müssen Bodhisattvas meistern bis zu einem Punkt, an dem sie ohne Schwierigkeiten von einer in die andere Stufe wechseln können, so wie wir vielleicht ein Kleidungsstück wechseln. Sie können jeden Schritt, jede notwendige Bedingung des Geistes in der Entfaltung der Jhānas erläutern und anleiten.

### Die vier feinkörperlichen Jhānas [rūpajjhāna]

Ganz vereinfacht: Die Jhānas schulen geistige Ruhe und Konzentration derart, dass mithilfe dieser Konzentration Körper und Geist auf ihre wahre Realität hin untersucht werden können. Dadurch können sich Einsicht / Weisheit darüber entfalten, wie die Natur der Dinge wirklich ist: Der Praktizierende erfährt und erkennt die universalen Realitäten von Vergänglichkeit, Unvollkommenheit und Ichlosigkeit aller Phänomene. Dadurch lösen sich nach und nach gröbere und feinere Verblendungen / Anhaftungen des Geistes auf bis letztendlich alle Fesseln / Anhaftungen / Unklarheiten des Geistes aufgelöst sind [Nirvāna]

#### • Erstes Jhāna

Durch ein initiierendes kontinuierliches rechtes Bemühen hält der Meditierende die Aufmerksamkeit beim Meditationsobjekt. Als Ergebnis entfalten sich in Körper und Geist intensive Freude, sanfte / ruhige Glückseligkeit sowie Konzentration.

#### • Zweites Jhāna

Initiierendes kontinuierliches Bemühen ist nicht mehr notwendig. An dessen Stelle tritt ruhiges, kontinuierliches Verweilen der Aufmerksamkeit auf dem Objekt der Meditation. Freude, Glückseligkeit und Konzentration sind weiterhin präsent.

#### • Drittes Jhāna

Weitere Vertiefung meditativer Ruhe und Klarheit. Ergebnis: Der Faktor intensiver Freude löst sich auf und die ruhige Glückseligkeit und Konzentration vertiefen sich.

#### • Viertes Jhāna

Mit fortschreitender Vertiefung meditativer Ruhe und Klarheit löst sich nun sogar der Faktor der ruhigen Glückseligkeit auf. An dessen Stelle tritt als neuer Faktor die Qualität des perfekten Gleichmuts, weiter zusammen mit dem Faktor Konzentration.

## Die 4 formlosen / nicht-materiellen Jhānas [arūpajhāna]

Die nicht-materiellen / formlosen Jhānas sind vom Buddha für die Verwirklichung von Erleuchtung nicht als notwendig gelehrt worden. Jedoch hat ein Buddha und muss jeder Bodhisattva sie meistern, um Meditierenden Hilfestellung geben zu können, wenn sie sich in diesen ruhigsten aller Meditationszuständen verlieren sollten, an ihnen festhalten oder sie gar fälschlicherweise mit „Erleuchtung“ verwechseln sollten.

- **Fünftes Jhāna**  
Die Vertiefung der „Raumunendlichkeit“
- **Sechstes Jhāna**  
Die Vertiefung der „Bewusstseinsunendlichkeit“
- **Siebttes Jhāna**  
Die Vertiefung der „Nichtsheit“ [Nothingness]
- **Achtes Jhāna**  
Die Vertiefung von „Weder-Wahrnehmung-noch-Nichtwahrnehmung“

## Die 4 Unermesslichen [appamaññā]

Auch genannt: die 4 Himmlischen Verweilungszustände [brahmavihāra]

- **Liebende Güte [mettā]**  
Wohllollen allen Wesen gegenüber. *Mögen alle Wesen glücklich und sicher sein.*
- **Mitgefühl [karuṇā]**  
Tiefes Mitfühlen / Mitempfinden bezüglich Leid. *Mögen alle Wesen frei sein von Leid*
- **Mitfreude [muditā]**  
Sich am Erfolg, Glück, Talent, Freude, Wohlsein Anderer erfreuen / mitfreuen können
- **Gleichmut [upekkha]**  
Gleichmut, Gelassenheit, Losgelöstheit angesichts des ständigen Auf und Abs der Welt.

---

Da die Kultivierung dieser Qualitäten und Übungen sich über zahllose Äonen streckt, ist eine starke Entschlossenheit der Kern, der Antrieb des gesamten Weges.

Bodhisattvas geloben daher: Die Lehren / Übungen / Qualitäten des Dharma sind unermesslich, zahllose, unendlich - ich gelobe, sie alle zu kultivieren.

Dies bedeutet, dass man alle Qualitäten des buddhistischen Weges bis zu ihrer vollsten, tiefsten Entfaltung bringen wird, bis ins kleinste Detail alle Übungen in all ihren Stufen und Vertiefungen in und auswendig kennen und meistern wird.

## Die 4 Entschlossenheiten und die 4 Bodhisattva-Gelübde

Bhikkhu Bodhi hat noch etwas anzumerken, was sehr interessant ist und zu einem besseren Verständnis der Entwicklung / Ausrichtungen der unterschiedlichen Traditionen des Buddhismus beitragen kann:

Betrachten wir einmal die 4 Bodhisattva-Gelübde und die 4 Entschlossenheiten des Fahrzeugs der persönlichen Befreiung gegenübergestellt. Schaut man sich diese beiden Sets nur oberflächlich an, hören sie sich zwar zunächst sehr unterschiedlich an. Wenn wir sie aber genau betrachten, fällt uns auf, dass sie sich vielleicht nur in der Weite oder Tiefe ihrer Motivation unterscheiden.

<b>4 Entschlossenheiten</b> Persönliche Befreiung / Theravāda	<b>4 Bodhisattva-Gelübde</b> Buddhaschaft / Mahāyāna
<b>Leid und Unzufriedenheit</b> müssen verstanden / überwunden werden	Zahllosen Wesen dabei helfen, Leid zu überwinden / sich davon zu befreien.
<b>Ursachen für Leid und Unzufriedenheit</b> müssen aufgelöst werden	Zahllose Verunreinigungen auflösen [in uns selbst & den Wesen dabei helfen]
<b>Befreiung von Leid und Unzufriedenheit</b> verwirklichen [persönliches Nirvāna]	Buddhaschaft zum Wohle aller Lebewesen verwirklichen [universales Nirvana]
<b>Weg der Befreiung [achtfacher Pfad]</b> muss kultiviert werden	Zahllose Lehren / Qualitäten des Dharma zum Wohle Aller vollständig kultivieren.

Man kann also überlegen, ob die 4 Bodhisattva-Gelübde im Grunde eine Erweiterung, Ausweitung oder Vertiefung der 4 Entschlossenheiten sind.

Hiermit ist die Vorstellung der Vollkommenheit der Entschlossenheit / Entschlusskraft abgeschlossen. Egal welches Ziel oder welchen Weg des Dharma wir uns vornehmen, mögen wir den Weg mit Entschlossenheit, Geduld und Tatkraft bis an sein Ende gehen, in all unseren Handlungen und im Einklang mit unseren gegenwärtigen Kapazitäten.