

Grundlagen des Buddhismus - 16 - Wiedergeburt & Karma Teil 3

Letzte Woche haben wir die Gesetzmäßigkeit von Karma und seinen Resultaten bereits etwas genauer kennen gelernt. Wir haben uns hierbei besonders mit der **Ursachen-Seite** dieser Gesetzmäßigkeit beschäftigt - also mit den **unheilsamen und heilsamen Absichten** unserer willentlichen Handlungen.

Vereinfachte Definition von Karma

- Wir handeln stets mit spezifischer willentlicher Absicht [Cetanā]
- Jede willentliche Handlungen ist eine Ursache für ein zukünftiges Resultat
- Jedes Resultat entspricht seinem Wesen nach der Absicht der auslösenden Handlung
- Karma = eine willentliche, absichtsvolle Handlung [körperlich, sprachlich, geistig]
- Karmische Frucht = das Resultat einer absichtsvollen Handlung

Gegenwärtiges Handeln bestimmt die Zukunft

- Handlungen im Hier und Jetzt erzeugen Karma
- *Nur im Hier und Jetzt* haben *wir allein* Einfluss auf unsere Zukunft / zukünftigen Leben
- *Niemand* kann *ohne unsere willentliche Beteiligung* auf unser Konto *für uns* Karma zeugen
- Die Resultate unserer gegenwärtigen Handlungen beeinflussen u.a.
 - **Form / Art einer Wiedergeburt**
 - **Lebensbedingungen** einer neuen Geburt / Existenz
 - **Gewohnheitsmäßige Tendenzen** einer neuen Geburt
 - **Zahllose weitere Ereignisse** / Erfahrungen im Leben

Unheilsame und Heilsame Absichten > Handlungen > Karmas > Resultate

- **Unheilsam:** Spirituell / Geistig / Moralisch-Ethisch unzutragliche / verwerfliche Handlung
- **Heilsam:** Spirituell / Geistig / Moralisch-Ethisch verdienstvolle Handlung
- **Resultate:** entsprechen in ihrer Art / in ihrem Wesen der Absicht, die der auslösenden Handlung zugrunde lag.

Für diejenigen, die neu hinzu gekommen sind, wäre es gut, erst die vorherigen Teile zum Themengebiet Wiedergeburt und Karma bzw. auch der anderen vorherigen Videos des Kurses anzuschauen - damit man ein volleres Bild bekommt.

Die Auswirkungen von Karma / willentlichen Handlungen

Nachdem wir uns also letzte Woche vor allem die Karma erzeugende Seite von unheilsamen und heilsamen Absichten angeschaut haben, fangen wir nun an, uns die **Resultat-Seite der Gesetzmäßigkeit karmischer Konsequenz** zu betrachten.

Karma - also jede einzelne unserer gegenwärtigen willentlichen Handlung - hat im Grunde **zwei wesentliche Wirkungsbereiche**, in denen sich seine Resultate niederschlagen:

Der Unmittelbar geistig-psychologische Effekt einer willentlichen Handlung /Karma

- Die unmittelbare Auswirkung, die eine Handlung von Körper, Sprache und Geist auf unseren gegenwärtigen Geist und damit auch auf die Ausrichtung unseres Lebens hat

Der eigentliche karmische Effekt nach der Gesetzmäßigkeit karmischer Konsequenz

- Willentliche Handlungen erzeugen karmische Samen / Potentiale, die unter gewissen Bedingungen Resultate in der Zukunft / zukünftigen Leben hervorbringen können.

Der unmittelbare geistige Effekt Karmas

Karma - also eine gegenwärtige Handlung - ist zunächst einmal deshalb von Bedeutung, da jede einzelne unserer willentlichen Handlungen - jeder Gedanke, jedes Wort, jede Entscheidung - **von Moment zu Moment die Qualität / die Farbe / den Geschmack unserer Persönlichkeit / unseres Charakters formt und beeinflusst** - also immer auch eine direkte Wirkung / **Einfluss auf unseren gegenwärtigen Geist** hat.

Jede Handlung kann zur Gewohnheit werden

Und *jede* willentliche Handlung hat das **Potential**, sich **durch Wiederholung** und Regelmäßigkeit **zu einer geistigen Tendenz**, zu einer **Gewohnheit zu entwickeln**. Jede einzelne - wenn auch erst mal einmalige - willentliche Handlung hat das Potential, sich zu wiederholen, sich in Zukunft erneut zu manifestieren.

Jede willentliche Handlung hinterlässt in unserem Geist einen Abdruck, welcher der Beginn einer neuen geistigen Tendenz sein kann. Wenn sich willentliche Handlungen wiederholen, **formen** sie dadurch **allmählich unseren Charakter**. Unser Charakter, unser Wesen, unsere Persönlichkeit - so kann man sagen - ist daher nichts anders als die Summe / das Ergebnis / die **Quersumme all unserer willentlichen Handlungen** von Körper, Sprache und Geist - also all unserer angesammelten Karmas.

Wenn wir bswp. stets den 10 Unheilsamen Handlungen nachgeben, dann formen wir nach und nach, Handlung für Handlung, einen habgierigen, übelwollenden und unwissenden / verblendeten / geistesgetrübten Charakter, dem das Wohl anderer nicht wichtig ist.

Wenn wir allerdings aktiv und bewusst auf die 10 Unheilsamen Handlungen verzichten sowie aktiv und bewusst die 10 heilsamen Gegenstücke kultivieren, dann formen wir nach und nach, Handlung für Handlung, einen eher großzügigen, hilfsbereiten, mitfühlenden, warmherzigen Charakter, der sich selbst, seine Mitmenschen und seine Umwelt mit Weisheit und Geistesklarheit betrachtet.

Veränderung braucht Zeit - beginnt aber in jedem Moment

Natürlich kommen aber **Veränderungen** in unseren Gewohnheiten, Charakterzügen und Tendenzen **nicht über Nacht**: Gewohnheiten, die über einen langen Zeitraum entwickelt und gefestigt wurden, **brauchen** auch **ihre Zeit**, um wieder weich zu werden und sich auflösen zu können. Das Aufbauen heilsamer Tendenzen und Gewohnheiten vollzieht sich also langsam, **Schritt für Schritt** - *Aber* es vollzieht sich eben *nur*, indem wir unsere willentlichen Handlungen, unsere Karmas, **im gegenwärtigen Moment** ändern.

Das heißt: Auch wenn sich der Abschluss einer vollständigen Gewohnheitsänderung nicht von Jetzt auf Gleich vollziehen kann - **der Beginn einer solchen Veränderung** jedoch **liegt** genau dort, **im gegenwärtigen Moment** - also im Grunde von Jetzt auf Gleich. Wir stehen in **jedem Moment** an einer **Weggabelung**, an der wir den **weiteren Verlauf** unserer **Charakterentwicklung** immer wieder aufs Neue ausrichten und justieren können.

Sobald wir beginnen, unsere Gedanken- und **Handlungsmuster zu verändern** und wenn wir unsere Bemühungen **kontinuierlich** aufrecht erhalten, werden wir nach und nach eine destruktive Gewohnheit nach der anderen auflösen können und heilsamen Gewohnheiten kultivieren. **Am Anfang** fühlen sich unsere Bemühungen vielleicht schwer / **etwas hölzern** an - aller Anfang ist schwer, wie beim Fahrradfahren. Aber mit der Zeit sammeln wir **Erfahrungen**, machen uns mit der Übung heilsamer willentlicher Handlungen vertraut.

Einer der großen tibetischen Gelehrten und Heiligen - **Shantideva** - sagt: „**Es gibt nichts, das durch Gewöhnung nicht leichter würde.**“¹ Mit der Zeit also werden wir weniger Überwindung oder Bemühung brauchen, um unsere willentlichen Handlungen von Körper, Sprache und Geist von unheilsamen Absichten frei zu halten und für das Wohl unserer Selbst und der Lebewesen um uns herum zu wirken.

Über die Zeit hinweg wird die Veränderung unserer Gewohnheiten auch unseren Charakter verändern. Nach und nach werden Warmherzigkeit, Weisheit und Tugend ein wichtiger **Bestandteil unseres Wesens / Charakters** - und dann wird es sich auch natürlich anfühlen. Und mit dieser Veränderung unseres Charakters, verändert sich dann auch, was wir als unser „Wesen“ oder „Ich-Gefühl“ wahrnehmen. Und so **verändert** sich auch **die Wahrnehmung / Erfahrung unseres Lebens** und der Welt um uns herum hin **zum Heilsamen**, Warmherzigen, Weisen.

Achtsamkeit und kontinuierliche Übung

Der Buddha legte daher sehr großen Wert darauf, **Achtsamkeit** zu üben: Achtsamkeit ist immer auf etwas gerichtet. Achtsamkeit ist nicht ein alleinstehender geistiger Faktor. Wir sind achtsam im Bezug auf unseren Körper. Wir sind achtsam im Bezug auf unsere Gedanken, Absichten, Gefühle usw. Wenn wir uns darin üben, Achtsamkeit **im Bezug** auf unsere eigenen willentlichen **Handlungen / Entscheidungen** zu kultivieren, werden wir uns mehr unserer eigenen Handlungen **und deren Resultate** bewusst. Und wir haben jetzt ja gesehen, dass jede unserer Handlungen, jede unserer Entscheidungen ein enormes Potential hat - einmal im Bezug auf unseren Geist und Charakter im Hier und Jetzt und dann noch wie später vorgestellt im Bezug auf die Resultate karmischer Samen. Daher also ist Achtsamkeit hier ein wichtiges Werkzeug, um uns **immer wieder bewusst** für die **Richtung zu entscheiden**, in die wir das **Schiff unseres Geistes** auf dem **Ozean des Lebens** navigieren wollen.

Der **Buddha vergleicht den Prozess** einer langsam aber kontinuierlichen Veränderung hin zum heilsamen Handeln und hin zu heilsamen Gewohnheiten mit einem **Gefäß**, das sich **auch tropfenweise mit Wasser füllt**.² Man sollte daher die tropfenweise, langsam aber **stetige Übung heilsamer Handlungen nicht unterschätzen / geringschätzen**. Denn jede einzelne heilsame Handlung / Wort / Gedanke trägt in sich das enorme Potential, sich über die Zeit hinweg in eine starke und kraftvolle Gewohnheit der Weisheit und des Mitgefühls zu entwickeln - unter der Voraussetzung, dass sie kontinuierlich gepflegt wird.

Jetzt ist es März, bald ist der **Frühling** da und die **Gartensaison** geht wieder los: Wenn wir junge Pflanzen und Blumen pflegen und zum wachsen bringen wollen, müssen wir auch hier vor allem **regelmäßig in angemessenem Maße gießen, düngen und pflegen**. Eine Badewanne voll Wasser und Dünger einmal im Jahr ist nicht hilfreich :) In gleicherweise braucht die Kultivierung des Geistes kontinuierliche, der eigenen Kapazität angemessene Übung - **ohne Überforderung, aber auch ohne Unterforderung**, die kein wirkliches Wachstum möglich macht. Der **Dalai Lama** spricht oft davon, wie wichtig kontinuierliche Übung ist, auch wenn „wenig“ sein sollte - und er spricht davon, wie wichtig eine wirkliche **langfristige Sicht & Übung** ist. Manche Resultate zeigen sich erst nach vielen Jahren kontinuierlicher Übung. Der Spruch „**Steter Tropfen höhlt den Stein**“ trifft es wirklich genau. Wir brauchen einen langen Atem, **Geduld & Vertrauen** in diesen Weg.

¹ Bodhisattvacharyavatara - Die Lebensführung im Geiste der Erleuchtung

² Dhammapada 122

Der eigentliche karmische Effekt

Dies sind also die unmittelbaren psychologischen / geistigen Effekte / Wirkungen, die jede einzelne unserer willentlichen Handlungen auf uns selbst, auf unseren Charakter, auf unsere Persönlichkeit haben.

Der zweite Wirkungsbereich unserer willentlichen Handlungen / Karmas bezieht sich auf ihre Fähigkeit, **in der Zukunft** in Form von **Resultaten / Wirkungen** heranzureifen. Die Qualität eines solchen Resultates hängt stets mit der moralischen / absichtsvollen Qualität des Karmas / der Handlung zusammen, die als Ursprung dieses Resultat bewirkt hat.

Ein universelles moralisches Gleichgewicht

Jede willentliche Handlung erzeugt so etwas wie einen karmischen Samen - ein Same, der das Potential in sich trägt, in der Zukunft zu einem Resultat heranzureifen. Die moralische / absichtsvolle Qualität der karmischen Resultate korrespondiert immer mit der moralischen / absichtsvollen Qualität der ursprünglichen Absicht - sie entsprechen also dem ethisch-moralischen Geschmack / Wesen der ursprünglichen willentlichen Handlung.

- **Jede unheilsam motivierte Handlung kehrt früher oder später zu uns zurück:**
In Form von unangenehmen, leidvollen Resultaten.
- **Jede heilsam motivierte Handlung kehrt früher oder später zu uns zurück:**
In Form von angenehmen, wünschenswerten Resultaten.

Karmische Konsequenz ist eine universell wirksame Gesetzmäßigkeit, aus deren Perspektive betrachtet, in unserem Universum also so etwas wie eine Art moralisches Gleichgewicht zu existieren scheint: Eine Art Balance zwischen all den vielen moralisch-signifikanten Handlungen und den Situationen, in denen sich die Ausübenden der Handlungen wiederfinden - **grob vereinfacht** gesagt und **auf lange Sicht betrachtet**.

Ein hoch-komplexer, organischer Prozess

Wie letzte Woche bereits am Anfang des Kurses vorgestellt: Die Gesetzmäßigkeit von Karma und seinen Resultaten ist eine äußerst **komplexe Sache**. Denken wir nur kurz daran, wie **viele Lebewesen** in jedem Moment neue willentliche Handlungen und damit karmische Handlungen erzeugen. Wenn eine Person uns gegenüber sitzt und eine willentliche Handlung ausübt, erzeugt diese Person für sich **neues Karma**. Für uns jedoch ist dieses Ereignis die **Frucht** eines vergangenen Karmas, welches wir selbst in der Vergangenheit erzeugt haben. Und **jede Situation** stellt uns erneut vor die Frage, wie wir reagieren und mit welchen Absichten und Motivationen wir unseren Weg weiter gehen. Die **unzähligen beteiligten Lebewesen** und deren **Entscheidungen**, die **unzähligen Faktoren** und **Ereignisse** in der Welt und um uns herum - sie alle sind in einem unvorstellbar **komplexen Netz der Bedingtheit** und der gegenseitigen Abhängigkeit verbunden; beeinflussen einander; triggern einander; schaffen neue Bedingungen, unter denen manche karmische Samen keimen und Resultate hervorbringen können, die dann ihrerseits wieder zu willentlichen Reaktionen vieler Beteiligten führen können usw. usf.

Karma ist daher kein simpler, aber vor allem auch **kein mechanischer Prozess**. Karma ist **willentliches Handeln**. Und Wille / Absichten sind **Teil unseres Geistes**. Und diese willentlichen, absichtsvollen Handlungen wiederum sind Teil unseres psychophysischen Organismus, Teil **eines Lebewesens**. Karma ist damit also eine **organische Angelegenheit** und keine mathematische Gleichung.

Karmische Samen und Potentiale

Wie es mit Lebewesen und organischen Phänomene nun mal ist, so gibt es auch im komplexen Zusammenspiel karmischer Prozesse **unterschiedliche Möglichkeiten, Variationen**, die **unter bestimmten Bedingungen** auftreten können.

Das Sinnbild des Samen

Prinzipiell hat jedes Karma - jede willentliche Handlung - **die Tendenz**, in der Zukunft in Form eines Resultats / einer Wirkung **heranzureifen**. **Aber nicht jedes Karma** muss zwangsläufig zu einer Wirkung heranreifen. Um dies zu verstehen, greift man für gewöhnlich auf den **Vergleich mit Pflanzensamen** zurück

Karma können wir uns wie Pflanzensamen vorstellen. **Samen können keimen** und als Resultat eine Pflanze und entsprechende Blüten und Früchte hervorbringen - unter den **notwendigen Bedingungen**: Erst wenn *alle* für das Keimen, Heranwachsen und Reifen der Pflanze notwendigen Bedingungen zusammen kommen. Wenn nicht alle notwendigen Bedingungen zusammenkommen, können die Samen nicht keimen - aber die Samen **können weiterhin ihr Potential bewahren**, bis eines Tages die rechten Bedingungen doch einmal zusammen kommen sollten - und dann können die Samen keimen. Aber ein **Same kann auch zerstört werden** - dann kann aus ihm keine Pflanze mehr entstehen, **selbst wenn die Bedingungen dafür zusammenkommen sollten**.³

Allgemein ist jedoch sehr wichtig zu verstehen: **Karmische Samen** haben grundsätzlich als ihre **wesentliche Eigenschaft**, dass sie auf eine Gelegenheit hin **drängen**, unter deren Bedingungen sie **keimen und heranreifen** können - genau wie Pflanzensamen keimen und **wachsen wollen** und in der Natur **selbst unter schwierigsten Bedingungen versuchen, zu wachsen, sich zu entfalten**. Karma hat **von Natur aus** eher die **Tendenz, zu reifen** und **zu keimen**!

Und **trifft ein Karma auf die notwendigen Bedingungen**, unter denen es reifen könnte, **dann wird es keimen** und seine entsprechenden Wirkungen / Resultate bewirken. Aber **trifft ein Karma nun nicht auf die notwendigen Bedingungen**, dann kann / wird es auch **nicht heranreifen**.

Es ist nun sehr wichtig zu verstehen, dass unser gegenwärtiges Da-Sein - unsere **Gedanken**, unsere **sprachlichen Handlungen**, unsere **körperlichen Handlungen**, unsere **Denkmuster**, unsere **Gewohnheiten**, unsere **Lebenseinstellungen** usw. - all dies hat einen **Einfluss** darauf, **in welcher Weise** unser vergangenes **Karma heranreift**.

Manches vergangenes Karma ist von solch hoher **Intensität**, dass es **zwingend** heranreifen muss - den Wirkungen solchen Karmas können wir nicht entkommen, egal was wir tun. Aber der **größte Anteil** unseres vergangenen Karmas wird in seinem Potential des Heranreifens **beeinflusst / gesteuert durch** unsere **gegenwärtiges Leben**.

Unheilsames Beispiel: Wenn wir im Hier und Jetzt ein achtloses, rücksichtsloses Leben führen, schaffen wir dadurch die notwendigen Bedingungen für vergangenes *unheilsames* Karma, heranzureifen. Und gleichzeitig machen wir es dadurch unserem vergangenen *heilsamen* Karma nicht nur schwer, zu keimen oder heranzureifen - es kann sogar geschehen, dass durch die Intensität gegenwärtiger unheilsamer Lebensweisen das ein oder andere heilsame Karma zerstört oder aufgelöst wird.

³ Nidānasutta, Aṅguttara Nikāya 34

Heilsames Beispiel: Auf der anderen Seite: Wenn wir uns im Hier und Jetzt bemühen, ein Leben mit Weisheit, Warmherzigkeit, Mitgefühl und Hilfsbereitschaft zu leben, geschieht das Gegenteil. Wir schaffen die Bedingungen, die unser vergangenes *heilsames* Karma benötigt, um in Form von angenehmen Resultaten heranzureifen. Und gleichzeitig machen wir es unserem vergangenen *unheilsamen* Karma schwer, zu keimen - und es kann sogar geschehen, dass durch die Intensität gegenwärtiger heilsamer Lebensweisen das ein oder andere unheilsame Karma zerstört oder aufgelöst wird.

Das Sinnbild des Salzkristalls

Mit dem Sinnbild des Salzkristalls versucht der Buddha zu verdeutlichen, dass ein und **dieselbe Handlung**, von **unterschiedlichen Personen** ausgeführt, unter Umständen auch zu **unterschiedlich intensiven Resultaten** führen kann:

Stellen wir uns eine Person von **böswilligem, unaufrichtigem, geizigen Charakter** vor, eine Person, die nur wenig Weisheit und Mitgefühl besitzt und die von Gewohnheit aus bereits viele unheilsame Handlungen / Karmas getätigt hat. Stellen wir uns weiter vor, diese Person unheilsamen Charakters begeht nun eine weitere, allerdings eher **geringfügig unheilsame Handlung**.

Stellen wir uns eine Person von **gutwilligem, aufrichtigem, warmherzigen Charakter** vor, eine Person, die bereits Weisheit und Mitgefühl kultiviert hat und die von Gewohnheit aus bereits viele heilsame Handlungen / Karmas getätigt hat. Stellen wir uns weiter vor, diese Person heilsamen Charakters begeht nun **genau die gleiche**, eher geringfügig **unheilsame Handlung**.

Für die **Person unheilsamen Charakters** kann unter Umständen (!) selbst diese geringfügig unheilsame Handlung **äußerst intensiv schmerzvolle Resultate** hervorbringen.

Für die **Person heilsamen Charakters** kann unter Umständen (!) die gleiche geringfügig unheilsame Handlung **kaum wahrnehmbare / sehr schwache Resultate** hervorbringen.

Verantwortliche Faktoren: Welche Faktoren wirken sich auf die Intensität eines karmischen Resultates unheilsamer Handlungen aus? Unter Anderem sind dies:

- Wie tief sind **Weisheit und Verständnis** der Person?
- Wie ist das Verhältnis von unheilsamem und **heilsamem Karma / Potential**?
- Wie viele **äußerst intensiv unheilsame Handlungen** wurden bereits erzeugt?
- Empfindet die Person **aufrichtiges Bedauern** für die begangene Handlung?
- Liegt **aufrichtiges Bemühen** vor, die begangene Handlung zu **bereinigen**?
- Liegt **aufrichtiges Bemühen** vor, sich wieder **auf den rechten Kurs** zu bringen?

Wenn eine Person in ihrem Herzen bereits viel Weisheit kultiviert hat und so vorrangig heilsame Handlungen / Karmas erzeugt hat und in diesem gegenwärtigen Leben keine äußerst intensiv unheilsamen Handlungen getätigt hat, dann kann es dennoch sein, dass sie einmal eine geringfügig unheilsame Handlung begeht. Wenn diese Person dann aber erkennt, dass die Handlung sich selbst oder Anderen Leid erzeugt hat, kann sie mit Weisheit die Handlung aufrichtig bedauern / bereuen. Im Zuge dessen wird sie sich darum bemühen, die Handlung zu bereinigen und sich wieder auf den rechten Kurs zu bringen.

Wenn eine Person aber *gewohnt ist*, unheilsame Handlungen zu tätigen - dann ist eine geringfügig unheilsame Handlung mehr oder weniger für eine solche Person keinen Gedanken wert. In einer solchen Person ist nur wenig Einsicht / Verständnis / Klarheit bezüglich der ethischen Natur der eigenen Handlungen vorhanden. Und im Laufe des gegenwärtigen Lebens hat diese Person unheilsamen Charakters nur wenig heilsames karmisches Potential erzeugt - vielleicht wurden sogar einige intensiv unheilsame Handlungen begangen. Eine solche Person mag kaum Gedanken von Reue oder Bedauern empfinden, solange keine Einsicht in die Natur von Ursache und Wirkung vorhanden ist. Daher wird eine solche Person auch keine Bereinigung der erzeugten Probleme und auch keinen Kurswechsel bemühen.

Das Sinnbild: Stellen wir uns nun vor, wir lösen einen Salzkristall oder einen Esslöffel Salz in einem kleinen Glas mit warmem Trinkwasser auf - das Wasser wird sofort ungenießbar. Lösen wir einen gleich großen Salzkristall in einem großen, weiten Gewässer wie einem Fluss oder einem See auf, so werden wir das Salz kaum noch schmecken oder ausmachen können - und in einer Badewanne mit Trinkwasser würden wir vielleicht ein wenig Salz schmecken, aber es würde uns kaum etwas ausmachen.

Eine Person, die kaum Weisheit entwickelt sowie sich kaum in heilsamen Handlungen geübt hat, kann man **mit einem kleinen Glas Wasser vergleichen**. Die nur kleine Menge an Wasser ist die kleine Menge an Weisheit und heilsamem Karma. Selbst kleine Mengen Salz [unheilsamen Handlungen] fallen hier bereits stark ins Gewicht.

Eine Person, die allerdings sich in Weisheit und Verständnis übt, heilsames Karma erzeugt und sich um eine heilsame, warmherzige Lebensführung bemüht, kann man hier **mit einer größeren Menge Wasser vergleichen** - viel heilsames karmisches Potential wurde erzeugt, die geringfügig unheilsame Handlung kann nicht so schwer ins Gewicht fallen - und wird sogar im Idealfall direkt mit Weisheit untersucht, als solche erkannt, bereut und aufgegeben bzw. mit bewusstem Entschluss auch in Zukunft gemieden.

Kann man karmische Samen zerstören oder abschwächen?

Welche karmischen Samen tatsächlich Zerstörbar sind, darüber gibt es unter den buddhistischen Traditionen **unterschiedliche Ansichten**: Manche Traditionen gehen davon aus, dass manche **besonders intensiv unheilsamen Handlungen** / Karmas **unausweichlich** sich in schmerzhaften / **leidvollen Resultaten** niederschlagen werden. Andere wiederum sind der Ansicht, dass es durchaus die Möglichkeit gibt, **auch solche Karmas zu zerstören**, zu **reinigen** oder zumindest **deutlich abzuschwächen**.

Da wir uns da in unserer Position nicht völlig sicher sein können, schlage ich vor, wir fokussieren uns auf die Anweisungen des Buddhas und damit auf das aktive Kultivieren heilsamer Qualitäten :) Es wird also wieder deutlich, warum der Buddha uns empfiehlt, **nicht nur unheilsame Handlungen zu meiden**, sondern gleichzeitig auch immer sich bemühen **aktiv positives Potential / Eigenschaften / Handlungen zu erzeugen** und zu kultivieren - so kann sich unser positives Potential mehr und mehr zu einem großen, weiten Gewässer entfalten und gleicht nicht mehr einem kleinen Glas Wasser.

Die zeitliche Verzögerung des Heranreifens von Karma

Ein weiterer Aspekt Karmas ist, dass erzeugte karmische Samen unserer willentlichen Handlungen **zu unterschiedlichen Zeiten zu Resultaten heranreifen können** - und dass dieses Heranreifen **nicht auf unser gegenwärtiges Leben beschränkt** ist: denn Karma **kann auch in zukünftigen Leben heranreifen** und Resultate hervorbringen. Es können beispielsweise die folgenden 3 Arten des Heranreifens unterschieden werden:

1. Karma, das nur in diesem gegenwärtigen Leben heranreifen kann

Kommen die notwendigen Bedingungen zum Heranreifen eines solchen Karmas nicht in diesem gegenwärtigen Leben zustande, verliert das Karma die Fähigkeit, heranzureifen.

2. Karma, das nur im nächsten Leben heranreifen kann

Kommen die notwendigen Bedingungen zum Heranreifen nicht im nächsten Leben zustande, verliert dieses Karma die Fähigkeit, heranzureifen.

3. Karma, das entweder im übernächsten oder in einem der darauf folgenden Leben heranreifen kann

Dieses Karma ist das stärkste von den dreien - es behält seine Fähigkeit heranzureifen für die gesamte Dauer unseres weiteren Da-Seins im Kreislauf der Wiedergeburten. Egal, wie viele Äonen seit dem Erzeugen dieses karmischen Samens vergangen sein mögen - der Same behält sein Potential, unter den notwendigen Umständen zu keimen und ein mit der Qualität der ursprünglichen Handlung einhergehendes Resultat hervorzubringen.

Karma kann also mit deutlich zeitlicher Verzögerung Heranreifen. Dies kann uns dabei helfen, eine scheinbare Diskrepanz in der Gesetzmäßigkeit von Karma besser zu verstehen:

Die „Vermeintliche Diskrepanz“ von Handlungen und Resultaten

Manchmal können wir in unserem Leben äußerst warmherzige, aufrichtige, rechtschaffene und **tugendhafte Menschen** beobachten, die in ihrem Leben trotzdem von wirklich großen **Schicksalsschlägen** und Leiderfahrungen heimgesucht werden. Gleichzeitig können wir äußerst böswillige, selbstsüchtige und mitunter sogar **kriminelle Menschen** beobachten, die in ihrem Leben mit den meisten ihrer destruktiven und kriminellen Handlungen davon kommen konnten und vielleicht darüber hinaus sogar **viele „Erfolge“** verzeichnen konnten, viel **Macht und Besitz** angehäuft haben und tatsächlich sehr viel sinnliche Annehmlichkeiten erfahren haben. Die Frage kommt auf: **Wie kann das sein?** Ist hier das Gesetz karmischer Konsequenz aufgehoben oder umgangen worden?

Die Antwort ist die eben erklärte zeitliche Verzögerung, mit der unterschiedliche vergangene Karmas heranreifen. Es liegt also keine Diskrepanz vor zwischen den gegenwärtigen Handlungen und den heranreifenden Resultaten der Person - sondern die hier beschriebenen Handlungen und Resultate müssen voneinander getrennt betrachtet werden:

Das Leid, welches eine **tugendhafte Person** erfährt, ist das **Resultat vergangenen unheilsamen Karmas** - wenn die Person tatsächlich ihr gesamtes Leben in Tugend, Wohlwollen und Großzügigkeit verbracht hat, kann das erfahrene Leid auch von Karmas aus vorherigen Leben stammen. Die **tugendhaften gegenwärtigen Handlungen** der Person - und das ist wirklich wichtig - **sind von den erfahrenen Leid-Resultaten unabhängig** zu betrachten. Die **tugendhaften, heilsamen Handlungen** der Person, sind allesamt als die **karmischen Samen** heilsamer Handlungen angelegt und werden unter den notwendigen Bedingungen **definitiv angenehme Resultate** hervorbringen!

Und **das Glück**, welches die **böswillige, kriminelle Person** erfährt und genießt, ist das **Resultat vergangener heilsamer Karmas**. Doch all das **unheilsame Karma**, welches diese Person **im gegenwärtigen Leben erzeugt**, wird als **karmische Samen** unheilsamer Handlungen angelegt und kann unter den notwendigen Bedingungen in der Zukunft **definitiv unangenehme Resultate** hervorbringen.

Falsche Schlussfolgerungen / Verbindungen

Viele Menschen stellen falsche Verbindungen zwischen bestimmten Handlungen und bestimmten Ereignissen in ihrem Leben her - ohne wirkliche Einsicht in die genauen karmischen Verbindungen zu haben: Wenn eine Person zB **im direkten Anschluss** auf eine wirklich **sehr heilsame Handlung** eine große **einschneidende Krise** erlebt, mag die Person dazu tendieren zu denken: „**Das ist also der Dank dafür, dass ich so großzügig / hilfsbereit / o.ä. war?**“ Hier handelt es sich um eine **falsche Schlussfolgerung** - die Person *glaubt* Zusammenhänge zu sehen, die so nicht vorhanden sind. Die Verbindung zwischen heilsamer Handlung und leidvoller Erfahrung entsteht *nur im Denken* der Person! Die heilsame Handlung der Person ist eine *Ursache*, die wenn sie in der Zukunft reift *definitiv* zu einem *angenehmen Resultat* reifen wird. Die Krise jedoch ist eine *Wirkung*, die ihre Ursachen in *unheilsamen Handlungen* der Vergangenheit hat. Eine heilsame Handlung und eine unangenehme Krise sind im Kontext der Gesetzmäßigkeit karmischer Konsequenz immer als zwei völlig voneinander getrennte Phänomene zu betrachten!

Grobe Orientierung statt präziser Voraussage

Wir sehen also mehr und mehr, dass die Funktionsweisen von Karma und seinen Resultaten derartig komplex und subtil sind, dass es für unseren Alltagsgeist **nahezu unmöglich** ist, **definitive, exakte Voraussagen** darüber zu machen, **wann** genau eine bestimmte Handlung / Karma genau **welches Resultat** in genau **welcher Intensität** bringen wird.

Ein spielerisches und grob vereinfachtes Sinnbild im Bezug auf unsere Fähigkeit, karmische Resultate vorauszusagen kann unsere Fähigkeit der Wettervorhersage sein: Es sind unglaublich viele bedingende Faktoren / Variablen beteiligt und man kann immer nur grobe Tendenzen und etwaige Prognosen erstellen, die in die richtige Richtung deuten - aber wie sich das Wetter dann letztlich auf die Stunde, die Minute oder den Moment hin *wirklich* verhält, können wir nicht exakt voraussehen, da das Zusammenspiel und die Menge der Variablen / Daten einfach viel zu komplex ist.

Was aber können wir mit hundertprozentiger Klarheit sagen?

- Wenn unheilsame Handlungen / Karmas unter den notwendigen Bedingungen zu Resultaten heranreifen, sind diese Resultate *unausweichlich* unangenehm / leidvoll!
- Wenn heilsame Handlungen / Karmas unter den notwendigen Bedingungen zu Resultaten heranreifen, sind diese Resultate *unausweichlich* angenehm / erfreulich!

Die Klarheit darüber, dass unheilsames Karma unangenehme und heilsames Karma angenehme Resultate bringt, sollte uns als Orientierung auf unserem Weg völlig ausreichen.

Nächste Woche gehen wir was die Resultate unserer Handlungen angeht mehr ins Detail. Wir lernen u.a. einige absichtsvolle Handlungen kennen, die der Buddha mit hoher Präzision / Genauigkeit mit ganz spezifischen Resultaten in Verbindung gebracht hat.