AB 4

ERLEUCHTUNG DRÜCKT SICH IN MITGEFÜHL UND WEISHEIT UND AKTIVITÄT AUS

Auf dem Weg zur Erleuchtung erfährt man zunächst die Befreiung von störenden Gefühlen und einer festen Ich-Vorstellung, danach fallen einschränkende Vorstellungen über die Welt weg, bis die volle Erfahrung der Unbegrenztheit des Geistes verwirklicht ist.

Die dem Geist innewohnenden **Qualitäten** sind zur vollen Entfaltung gebracht. Man nimmt den Geist als leuchtend bewussten Raum wahr, unbegrenzt und unzerstörbar. Daraus resultiert **Furchtlosigkeit.** Im Raum des Geistes kann alles Mögliche erscheinen, vergleichbar mit Wolken, die am Himmel entstehen, verschiedene Formen annehmen und sich wieder auflösen. Dieser spielerische Reichtum wird als **Freude** erlebt. Man erkennt, dass alle Wesen das Potenzial zur Erleuchtung haben und Glück erleben wollen. **Liebe und Mitgefühl** sind ein natürlicher Ausdruck der Erleuchtung.

MITGEFÜHL

Der **Erleuchtungsgeist** (sanskr.: Bodhicitta) ist der Wunsch, zum Wohle aller Wesen Erleuchtung zu erreichen. Diese Einstellung beruht auf der Einsicht, dass man nicht getrennt ist von anderen Wesen und dass das eigene Glück nicht wichtiger ist als das Glück anderer Wesen.

Mitgefühl und die Fähigkeiten, anderen zu helfen, entfalten sich ganz natürlich. Diese Einstellung macht sowohl die Meditationspraxis als auch das Handeln im Alltag sehr kraftvoll. Jede Tat wird zur Handlung eines **Bodhisattvas** (wörtl. „Held des Erleuchtungsgeistes“) und damit zu einem Schritt auf dem Weg zur Erleuchtung.

WEISHEIT

Weisheit beinhaltet das Verständnis von Ursache und Wirkung, das Wissen um Vergänglichkeit, die Erkenntnis der Relativität von Zuschreibungen und entwickelt die Einsicht, dass Erleber, Erlebtes und Erleben – Subjekt, Objekt und Tat – nicht voneinander zu trennen und Teile einer Ganzheit sind. Alles wird überpersönlich erfahren.

AKTIVITÄT

Durch die Verbindung von tatkräftigem **Mitgefühl** und überpersönlicher Weisheit erweitert sich der Handlungsspielraum. Weisheit und Mitgefühl sind so natürlich geworden, dass jede Tat spontan und ohne die dualistische Vorstellung „ich tue etwas mit dir oder für dich“ entsteht und zum Wohle anderer Wesen beiträgt. Vereinfacht gesagt, jede Lage wird exakt erfasst, und die erleuchtete Aktivität tut genau das, was am besten passt.

Buddhas und verwirklichte Lehrer handeln zum Wohle der Wesen. Je nachdem was gebraucht wird, handeln sie befriedend, bereichernd, faszinierend und/oder kraftvoll schützend. Das sind die vier erleuchteten Tatbereiche.

HÖCHSTE WAHRHEIT IST HÖCHSTE FREUDE IST HÖCHSTE EBENE DER FUNKTION

AUFGABEN

1. Erarbeiten Sie sich ein Verständnis der hervorgehobenen Begriffe (Furchtlosigkeit, Freude, Mitgefühl, Weisheit und Aktivität) aus dem obigen Text.
2. Überlegen Sie, ob diese Qualitäten für Sie selbst relevant sind.
3. Können Sie sich vorstellen, dass heutzutage Menschen diesen Weg zu Erleuchtung gehen?