

S.64 Zusammenfassung in Sichtweise und Meditation

Worum geht es nun beim Studium und bei der Meditation im Buddhismus? Um zum einen das volle Potenzial in uns zu entfalten und zum anderen nicht mehr unfreiwillig von unseren Erlebnissen mitgerissen zu werden, ist es notwendig, die Natur unseres eigenen Geistes zu erfahren, den Erleber selbst. Alles andere bedeutet, nur die Bilder im Spiegel des Geistes auszutauschen. Allein die Erfahrung des Spiegels selbst, der Natur des Geistes, ermöglicht es, Befreiung und Erleuchtung zu erreichen. Diese Erfahrung ist das Ziel jeder Beschäftigung mit dem Dharma. Der Begriff »Dharma« bedeutet ja »wie die Dinge sind«, und das Ziel von Buddhas Lehre ist allein diese unmittelbare und ungetäuschte Erfahrung der Wirklichkeit. Ob man nun den Dharma studiert oder darüber meditiert, ob man immer mehr Zusammenhänge versteht oder das, was man gelernt hat, in der Meditation anwendet, es betrifft immer das eigene Verständnis. Es geht darum, dass man die Dinge mehr und mehr begreift, nachvollzieht und zu einer unmittelbaren Erfahrung macht. Daher sagte der große Gelehrte und Meditationsmeister Topga Rinpoche bei einem Studienkurs: »Man braucht beide Standbeine, einerseits das Standbein des Studiums, des Lernens, denn wenn man nicht weiß, worum es geht, worüber soll man dann meditieren? Und man braucht andererseits das Standbein der Meditation unbedingt, denn wenn man nicht meditiert, wofür sollte man dann studieren?« Es geht also darum, diese beiden Aspekte miteinander zu vereinen, weil sie beide notwendig sind, um eine echte Erfahrung zu ermöglichen.