



BLUMENAU

ALLE ARTEN VON KARMA

Die Zusammenhänge zwischen unseren Handlungen
und ihren Folgen, gemäß dem Buddha

Ins Englische übersetzt von
Geshe Michael Roach
mit **Dr. Eric Wu und Yan Tang**

Aus dem Englischen ins Deutsche
übersetzt von Joana Prather

Lektoriert von Eva Balzer



*Mit freundlicher Unterstützung
von Ute Rodrian und
der Firma Automakler 4 Ringe GmbH,
Attersee, Österreich*

DIE DIAMANTSCHNEIDER-KLASSIKER BUCHREIHE

Diese Buchreihe ist eine Sammlung von 108 wichtigen Büchern, die der Welt helfen sollen, ein neues Modell für äußereren und inneren Wohlstand und Frieden zu entdecken. Die Reihe umfasst Werke aus vier Bereichen.

Um Tibetisch, Sanskrit und Chinesisch gekürzte Ausgabe
1. Auflage Dezember 2024
EditionBlumenau
www.editionblumenau.com
ISBN 978-3-9823962-4-8

Titel der amerikanischen Originalausgabe:
All the Kinds of Karma.

The correlations between our actions & their consequences, according to the Buddha
Copyright © 2022 Geshe Michael Roach & Dr. Eric Wu. Alle Rechte vorbehalten.
Band 93 der Diamantschneider-Klassiker Buchreihe
Diamond Cutter Press
6490 Arizona Route 179A
Sedona, Arizona 86351
USA

Copyright der deutschen Ausgabe: © 2024 EditionBlumenau, Thierstein
Das Werk ist urheberrechtlich geschützt.

Sämtliche, auch auszugsweise Verwertungen bleiben vorbehalten.

Titel-Illustration und Diamantzeichnung: Yasmin Jessen, www.yasminjessen.de
Layout: Silvia Engelhardt

Wir freuen uns auf Ihren Besuch:
www.editionblumenau.com

- 1) Wegweisende Übersetzungen der großen spirituellen Klassiker des alten Asiens, die von 2500 v. Chr. bis etwa 1700 n. Chr. reichen. Viele dieser Werke wurden noch nie zuvor übersetzt. Diese Übersetzungen von den alten Originalen ins Englische werden von einer internationalen Gruppe von Übersetzern am *Sedona College of International Management* (SCIM) in Arizona, USA, angefertigt. Wir nennen uns selbst die „Mixed Nuts“, weil wir unterschiedliche nationale Wurzeln haben und immer mit viel Spaß und Freude an diese wertvolle Arbeit herangehen. Unsere Partner auf der ganzen Welt übertragen diese Übersetzungen in weitere moderne Sprachen – unter anderem in das moderne Chinesisch, Französisch, Russisch, Deutsch, Arabisch, Indonesisch, Vietnamesisch und Spanisch.
- 2) Beliebte Bücher, die sich damit beschäftigen, wie diese alten Weisheiten im modernen Leben für Erfolg im Geschäftsleben, für persönliche Beziehungen, für Gesundheit, Glück und für die Schaffung einer besseren Welt eingesetzt werden können. Wir sind uns bewusst, dass die Originaltexte vermutlich schwierig zu verstehen sind und es nicht leicht ist, die Inhalte auf das moderne Leben anzuwenden. Diese Bücher sollen dabei helfen, diesen Transfer reibungslos zu gestalten.
- 3) Bücher, die aus Kurshandbüchern für die 36 Kurse des *Asian Classics Institutes* (ACI) erstellt wurden. Diese bestehen aus 6.800 Seiten Originalübersetzungen der alten spirituellen Klassiker Asiens, die als Kurse für diejenigen zusammengestellt wurden, die ein diszipliniertes Studium und die Praxis dieser kostbaren Weisheit durchführen möchten.

4) Bücher, die aus den Programmhandbüchern für die 12 Level des persönlichen und geschäftlichen Erfolgstrainings des *Diamond Cutter Institutes* (DCI) erstellt wurden. Diese Handbücher umfassen insgesamt 1.800 Seiten mit Ideen und Konzepten aus den alten Klassikern, aus denen praktische Werkzeuge gemacht wurden, die in der Anwendung im täglichen Leben sehr hilfreich für Menschen aller Nationen und Glaubensrichtungen sind.

INHALTSVERZEICHNIS

<i>Einführung</i>	13
Über Stifte und Samen	15
Über die Relieftafeln von Borobodur	21
<i>Alle Arten von Karma</i>	
Die Zusammenhänge zwischen unseren Handlungen und ihren Folgen, gemäß dem Buddha	25
<i>Titel und Verneigung</i>	27
Wie die Unterweisung gegeben wurde	28
Die Arten von Karma, die unser Leben verkürzen	28
Die Arten von Karma, die unser Leben verlängern	31
Die Arten von Karma, die Krankheiten verursachen	33
Die Arten von Karma, die Krankheiten verhindern	34
Die Arten von Karma, die dich unattraktiv machen	34
Die Arten von Karma, die dich attraktiv machen	35
Die Arten von Karma, dass du wenig Macht besitzt	37
Die Arten von Karma, dass du große Macht besitzt	38
Die Arten von Karma, dass wir in einer benachteiligten Gesellschaftsschicht geboren werden	39
Die Arten von Karma, dass wir in einer wohlhabenden Gesellschaftsschicht geboren werden	40
Die Arten von Karma, die dich arm machen	41
Die Arten von Karma, die dich reich machen	42
Die Arten von Karma, dass du wenig Weisheit besitzt	43
Die Arten von Karma, dass du große Weisheit besitzt	44

Die Arten von Karma, die zu einer Geburt in den Höllenreichen führen	45	Die Arten von Karma, die uns erst Glück und später Leid bringen	81
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt als Tier führen	46	Die Arten von Karma, die uns erst Leid und später Glück bringen	82
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt im Reich des Herrn des Todes führen	49	Die Arten von Karma, die uns erst Glück bringen und später noch mehr Glück	83
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt als Beinahe-Vergnügenwesen führen	50	Die Arten von Karma, die uns erst Leid und später noch mehr Leid bringen	84
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt als Mensch führen	51	Die Arten von Karma, reich zu sein aber nicht gern zu teilen	84
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt als Vergnügenwesen im Reich der Begierde führen	52	Die Arten von Karma, arm zu sein aber gern zu teilen	85
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt als Vergnügenwesen im Formreich führen	52	Die Arten von Karma, sowohl reich als auch großzügig zu sein	85
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt als Vergnügenwesen im formlosen Reich führen	53	Die Arten von Karma, bei denen dein Leben endet, bevor dein Karma endet	86
Die Arten von Karma, die begangen aber nicht gesammelt werden	54	Die Relieftafeln von Borobodur	89
Die Arten von Karma, die gesammelt aber nicht begangen werden	55		
Die Arten von Karma, die begangen und gesammelt werden	55	Die Geschichte vom Vater, der der Fisch war	124
Die Arten von Karma, die begangen und doch nicht begangen, und gesammelt und doch nicht gesammelt werden	56	Die Arten von Karma, bei denen dein Karma endet, bevor dein Leben endet	127
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt in den Höllenreichen führen, dich dann aber weiterziehen lassen, wenn das Karma erschöpft ist	57	Die Arten von Karma, bei denen sowohl dein Karma als auch dein Leben endet	127
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt in den Höllenreichen führen, dich dann aber weiterziehen lassen, wenn dieses Leben zur Hälfte beendet ist	58	Die Arten von Karma, bei denen weder dein Leben noch dein Karma endet	128
Die Arten von Karma, die zu einer Geburt in den Höllenreichen führen, dich dann aber gleich weiterziehen lassen	59	Die Arten von Karma, bei denen es dir körperlich gut aber mental nicht gut geht	128
Die Arten von Karma, die definitiv zu einer bestimmten Art von Wiedergeburt führen	60	Die Arten von Karma, bei denen es dir mental gut aber körperlich nicht gut geht	129
Die Arten von Karma, bei denen eine bestimmte Art von Wiedergeburt nicht sicher ist	61	Die Arten von Karma, bei denen es dir sowohl körperlich als auch mental gut geht	130
Die Arten von Karma, die an einem Ort begangen werden und dann an einem anderen reifen	62	Die Arten von Karma, bei denen es dir sowohl körperlich als auch mental nicht gut geht	131
Die Geschichte der Krone der Messer und Lehren über unsere Eltern	62	Die Arten von Karma, die zu einer Geburt in den niederen Reichen führen, aber mit einem schönen Körper	132
		Die Arten von Karma, die zu einer Geburt in den niederen Reichen führen, mit keinem schönen Körper	132

Die Arten von Karma, die zu einer Geburt in den niederen Reichen führen, mit schlechtem Mundgeruch	133	Zehn Vorteile, wenn du einen Lehrerthron darbringst	161
Die Pfade von Karma mit den zehn schlechten Taten	134	Zehn Vorteile, wenn du Schuhe darbringst	162
Die Pfade von Karma mit den zehn guten Taten	138	Zehn Vorteile, wenn du ein Gefäß darbringst	163
Probleme, die durch Töten entstehen	140	Zehn Vorteile, wenn du Speisen darbringst	164
Probleme, die durch Stehlen entstehen	141	Zehn Vorteile, wenn du eine Transportmöglichkeit darbringst	165
Probleme, die durch sexuelles Fehlverhalten entstehen	142	13 Vorteile, wenn du eine Unterkunft darbringst	166
Probleme, die durch Lügen entstehen	143	Zehn Vorteile, wenn du Getränke darbringst	170
Probleme, die durch den Konsum von Rauschmitteln entstehen	144	Zehn Vorteile, wenn du das häusliche Leben verlässt	171
Zehn Vorteile, wenn du deine Handflächen vor dem Herzen zusammenbringst, um einen Heiligenschrein zu ehren	147	Zehn Vorteile, wenn du in einem Kloster für Nonnen oder Mönche lebst	172
Zehn Vorteile, wenn du dich verbeugst, um einen Heiligenschrein zu ehren	148	Zehn Vorteile, wenn du dein Essen wie ein Bettler bekommst	173
Zehn Vorteile, wenn du einen Heiligenschrein sauber machst, um ihn zu ehren	149	Zehn Vorteile, wenn du deine Ängste überwindest	174
Zehn Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein Parasols darbringst, um ihn zu ehren	150	Wie die Unterweisung endete	175
Zehn Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein Glocken darbringst, um ihn zu ehren	151	<i>Anhänge</i>	177
Zehn Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein Banner darbringst, um ihn zu ehren	152	Anhang A Die 35 Probleme, die durch den Konsum von Rauschmitteln entstehen	178
Zwölf Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein schöne Kleidung darbringst, um ihn zu ehren	153	Anhang B Die Arten von Stolz	182
Zehn Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein Blumen darbringst	154	Bibliografie der ursprünglich auf Sanskrit geschriebenen Werke	185
Zehn Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein Blumengirlanden darbringst	156	Bibliografie der ursprünglich auf Tibetisch geschriebenen Werke	188
Zehn Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein schöne Lichter darbringst	157	Bibliografie der auf Englisch verfassten Werke	190
Zehn Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein duftende Cremes darbringst	158	Liste von Publikationen	190
Zehn Vorteile, wenn du einem Heiligenschrein Musik darbringst	159		
18 Vorteile, wenn du einen Heiligenschrein errichtest	160		



EINFÜHRUNG



ÜBER STIFTE & SAMEN

Stell dir einen leeren Raum vor, mit einer bequemen Couch und einem eleganten, kleinen Holztisch. Das Einzige, was auf dem Tisch liegt, ist ein Stift.

Die Tür öffnet sich und ein Mensch kommt herein, gefolgt von seinem Hund.

Der Mensch und der Hund nähern sich dem Tisch und schauen im selben Moment auf den Gegenstand, der darauf liegt.

Der Mensch sieht einen Stift.

Der Hund sieht etwas zum darauf herumkauen.

Wer von beiden hat Recht? Es braucht nur einen kurzen Moment, um zu erkennen, dass beide Recht haben, sowohl der Mensch als auch der Hund. Denn der Mensch kann das Ding auf dem Tisch als Stift benutzen, um einen Brief zu schreiben. Und der Hund kann denselben Gegenstand als Kauspielzeug sehen und darauf herumkauen.

Nehmen wir nun an, der Hund und der Mensch verlassen den Raum und lassen den Gegenstand auf dem Tisch liegen.

Was liegt in diesem Moment auf dem Tisch?

Da weder Mensch noch Hund im Raum sind, müssen wir mit den Schultern zucken und sagen, dass das Ding auf dem Tisch noch nichts ist. Es wartet darauf, entweder ein Stift oder ein Kauspielzeug zu werden. Was von beidem es wird, hängt davon ab, wer in den Raum kommt.

Genau dieses „darauf-warten-etwas-zu-werden“ ist das, worauf sich das Wort „Leerheit“ in den alten Schriften bezieht. Leerheit ist kein schwarzes Loch oder Bedeutungslosigkeit. Es bedeutet lediglich, dass die Dinge und Menschen um uns herum die ganze Zeit darauf warten, das zu werden, was

derjenige sieht, der den Raum betritt. Was sie werden, ist also „abhängig“ von der Person, die den Raum betritt.

Und dieses „abhängig sein“ ist das, worauf sich der schwierige buddhistische Begriff „abhängiges Entstehen“ bezieht. Wenn niemand im Raum ist, ist das Ding auf dem Tisch nichts. Es wird entweder zu einem Stift oder zu einem Kauspielzeug, je nachdem, wer den Raum betritt.

Wie funktioniert das genau, wenn der Mensch als erstes den Raum betritt?

Er geht auf den Tisch zu und schaut nach unten. In diesem Moment wird das undefinierte Stock-ähnliche Ding auf dem Tisch innerhalb eines Bruchteils einer Sekunde zu einem Stift. In diesem Moment bricht tief im Inneren des menschlichen Geistes ein winziger Samen auf, aus dem ein winziges, leuchtendes Bild eines Stiftes hervorkommt.

Schneller, als der Mensch es überhaupt wahrnehmen kann, legt sich dieses Bild über den undefinierten Gegenstand und umhüllt ihn, so dass das Ding auf dem Tisch für den Menschen wie ein Stift aussieht.

Wäre der Hund als erster in den Raum gekommen, wäre der Gegenstand zu einem Kauspielzeug geworden, denn der Hund hat andere Samen in seinem Geist: Samen, die sich zu einem Bild eines Kauspielzeuges öffnen.

Weder der Mensch noch der Hund sind sich dessen bewusst, wie Samen sich öffnen und Bilder erzeugen, die den Gegenstand „umhüllen“ und ihn in einen Stift oder ein Kauspielzeug verwandeln. Auf diese Weise entstehen alle Dinge und Menschen um dich herum – bereits dein ganzes Leben lang. Jedoch geht das so schnell, dass die meisten von uns nie erkennen werden, woher sie wirklich kommen.

Wie sind diese Samen in unseren Geist gelangt?

Jedes Mal, wenn wir etwas sehen, hören oder denken, hinterlässt dieses Sehen, Hören oder Denken einen Abdruck im weichen Ton unseres Geistes, so wie der Hund einen Fußabdruck hinterlässt, wenn er über weiche, nasse Erde läuft. Innerhalb weniger Stunden „härtet“ dieser Abdruck im Ton aus, wie ein Fußabdruck in der Sonne.

Dieser gehärtete Abdruck (man könnte es auch einen „Eindruck“ nennen) verwandelt sich in einen geistigen Samen. Da wir in jeder Stunde eines Tages Tausende von solchen Eindrücken haben, pflanzen wir jeden Tag Tausende von Samen in unserem Geist.

Eindrücke, die wir hinterlassen durch das, was wir tun, sagen oder sogar nur über andere Menschen denken, sind besonders klar und verwandeln sich in entsprechend starke geistige Samen. Wenn sich diese Samen in unserem Geist öffnen und Bilder hervorbringen, die sich über Gegenstände legen, dann sehen wir als Ergebnis Dinge und Menschen in unserem Leben, die uns glücklich oder unglücklich machen.

Wenn all das, was wir bisher gesagt haben, tatsächlich stimmt, dann können wir mit etwas Übung lernen, bewusst Samen für die kommenden Monate und Jahre unseres Lebens zu pflanzen. Theoretisch ist das so, als würden wir uns überlegen, welche Arten von Obst und Gemüse wir in Zukunft essen wollen, und diese dann in unserem Garten anpflanzen.

Wenn du dich schon einmal als Gärtner versucht hast, sind dir beim Öffnen der Samenpackungen bestimmt schon einmal Samen durcheinandergeraten. Daher weißt du wahrscheinlich, wie schwierig es ist zu erkennen, welche Samen eine bestimmte Art von Blume hervorbringen und welche eine andere. Nur ein sehr erfahrener Gärtner kann die Form und Farbe der richtigen Samen erkennen.

Das ist der Grund für das Sutra, das wir hier in diesem Buch für dich übersetzt haben. Ein junger Mann namens Shuka begegnete Lord Buddha in einem Garten in der Nähe der alten indischen Stadt Shravasti. Der Buddha erklärte sich bereit, ihm zu zeigen, wie man die richtigen Samen pflanzt, um in den kommenden Monaten und Jahren ein erfülltes Leben zu haben. (Dies ist übrigens derselbe Garten, in dem Lord Buddha das berühmte Diamantschneider-Sutra lehrte).

Wir können dem jungen Mann über die Schulter schauen, diesem Gespräch zuhören und lernen, wie wir uns ein wunderbares Leben pflanzen können. Die Liste der Samen, die im Sutra aufgeführt ist, ist zeitlos. Ebenso zeitlos sind die Ziele, die sie verwirklichen, denn sie beinhalten alles, was wir uns jemals wünschen könnten.

Der vorliegende Band gehört zu einer Sammlung von Manuskripten, die vom „Mixed Nuts“-Übersetzungsteam für die Diamantschneider-Klassiker-Reihe alter Weisheitsschriften übersetzt wurde.

In dieser Reihe versuchen wir zum einen, wichtige Werke aus jeder großen Denkschule des alten Asiens auszuwählen. Zum anderen bemühen wir uns darum, diese Übersetzungen in eine logische Reihenfolge zu bringen. Das

heißt, die ersten beiden Werke der Reihe sind großartige klassische Kommentare zu zwei der wichtigsten Bücher in der Geschichte Asiens: dem Diamantschneider-Sutra und dem Herz-Sutra. Beide Werke wurden bereits ins Deutsche übersetzt und sind bei der Edition Blumenau erhältlich.

Diese beiden Sutras sind für den weiteren Verlauf entscheidend, da sie im Detail erläutern, warum das Ding, das auf dem Tisch liegt, „leer“ ist, bis entweder der Hund oder der Mensch den Raum betritt.

Diese beiden Lehren enthalten jedoch keine konkrete Auflistung der spezifischen Samen, die wir pflanzen müssen, um einen Stift zu erschaffen oder ein erfolgreiches Leben zu führen. Diese Aufgabe übernimmt das vorliegende Werk „Alle Arten von Karma“. Inzwischen hast du sicher erkannt, dass das Wort „Karma“ sich auf geistige Samen bezieht, die wir durch die Art und Weise, wie wir andere Menschen behandeln, pflanzen.

Diese ersten drei Übersetzungen unserer Reihe helfen uns zu verstehen, wie unsere geistigen Samen die Dinge und Menschen um uns herum erschaffen. Aufmerksame Leser können dieses Bücher-Trio verwenden, um sich im Handumdrehen ein glückliches und erfolgreiches Leben zu gestalten.

An dieser Stelle möchten wie uns bei einigen der Personen bedanken, die diese Arbeit möglich gemacht haben. Die Inspiration für das Projekt kam aus Österreich von Norbert Holzinger und Renate Scheidenberger. Sie baten unser Team, bedeutende Werke zu übersetzen, die sich mit den sogenannten „karmischen Korrelationen“ befassen: Wenn du etwas tust, dann wird diese Tat als gleiches Ergebnis zu dir zurückkommen.

Einige dieser Zusammenhänge sind offensichtlich, wie: Töte einen anderen und du wirst selbst nur ein kurzes und von Krankheit geprägtes Leben haben. Andere Zusammenhänge sind jedoch weniger offensichtlich. So kommt gemäß der alten Korrelationslisten die Verschmutzung unserer Luft und unserer Gewässer daher, dass wir die Beziehungen anderer nicht respektieren.

Es ist daher unbedingt notwendig, dass wir bei der Arbeit mit geistigen Samen einen erfahrenen Gärtner konsultieren. Im vorliegenden Buch „Alle Arten von Karma“ haben wir den bedeutendsten karmischen Gärtner der Geschichte an unserer Seite: Lord Buddha. Es gibt aber auch noch ein zweites berühmtes Werk mit dem Titel „Die Krone aus Messern“, geschrieben vor ca. 1.000 Jahren von dem indischen Meister Dharma Rakshita.

Die „Krone“ liefert eine weitere umfassende Liste, welche konkrete Handlungen welche spezifischen Resultate in unserem Leben erschaffen. Zusammen mit dem vorliegenden Sutra erhalten wir somit einen perfekten Katalog für die Arbeit mit Samen, mit dem wir uns ein glückliches und erfolgreiches Leben entwerfen und pflanzen können.

Wir freuen uns sehr, dass unser Mixed Nuts Kollege Seiji Arao Takahashi derzeit einen ausführlichen Kommentar zu diesem Werk fertigstellt. Er soll demnächst auf Englisch als Begleitband zum vorliegenden Buch erscheinen. Wir danken Norbert Holzinger und Renate Scheidenberger sehr für ihre fortgesetzte finanzielle Unterstützung dieses Projekts und dafür, dass sie uns ermutigt haben, dieses Werk mit karmischen Korrelationen zu übersetzen.

Wir möchten den Mitgliedern des Sanskrit-Teams der Asian Legacy Library (ALL) für ihre Unterstützung bei der Suche und Bearbeitung der Sanskrit-Originalversionen des hier vorgestellten Sutras danken. Diese Engel sind Aisha Skoufalos Nguyen, Vimala Sperber, Christina Kasica, Miroj Shakya, John Campbell, Nour Ibrahim sowie Santosh Dwivedi, dem Leiter der Archivierungsstelle für alte Texte der Bibliothek in Varanasi, Indien.

Die Archivierungsstelle der Asian Legacy Library in Indien unter der Leitung der unbezwingbaren Sunam Lhamo waren es auch, die die wichtigste Übersetzung des Textes aus dem Tibetischen gefunden und digitalisiert haben. Wir sind ihr und ihrem Team unendlich dankbar für ihre enorme Hingabe und harte Arbeit. All das wäre ohne John Brady, dem langjährigen Direktor der Asian Legacy Library und seiner jahrzehntelangen einfühlsamen und kompetenten Leitung nicht möglich gewesen. Auch ihm gebührt großer Dank.*

Des Weiteren möchten wir dem Leiter unserer Mixed Nuts-Übersetzergruppe, Nick Lashaw, sowie den anderen Mitgliedern seines Management-Teams danken: Ben Kramer und unserer unglaublichen Lektorin Bets Greer. Unsere Mixed Nuts Übersetzerkollegen haben uns sehr unterstützt, und wir danken ihnen für ihre unermüdliche Arbeit.

Weiterer Dank gebührt Elizabeth van der Pas und Katey Fetchenier, den Direktorinnen des Verlags *Diamond Cutter Press*, der die Diamantschneider-Klassiker-Reihe herausbringt.

* Anmerkung der deutschen Übersetzer: Wenn du dieses großartige und wichtige Projekt unterstützen möchtest, kannst du das hier tun: www.diamantklub.com

Wir möchten uns auch bei den Menschen bedanken, die die Übersetzungen der englischsprachigen Ausgaben unserer Reihe in andere moderne Sprachen der Welt betreuen und sich daran beteiligen. Sie sind zu zahlreich, um sie einzeln zu nennen. Unser besonderer Dank gilt Ben Ghalmi, unserem Französischspezialisten, der auch bei einer früheren Übersetzung des Sutras ins Französische unschätzbare Unterstützung geleistet hat, Rosa van Grieken, Leiterin des spanischen Teams, Silvia Engelhardt von der Edition Blumenau, die die Sekundärübersetzungen weltweit betreut, Peter und Maria Mörtl, die Übersetzungen in Deutsch und Russisch ermöglichten, sowie Stanley Chen & Alison Xiaoping Zhou von der Pure Gold Translation Company in Shenzhen, China.

Unser Arbeit wäre nicht möglich ohne die Unterstützung unserer wunderbaren Sponsoren auf der ganzen Welt, die ebenfalls zu zahlreich sind, um alle persönlich zu nennen. Unser Team möchte an dieser Stelle jedoch im Besonderen Dr. Eric Wu und seinen Assistentinnen Yan Tan und Yiyi Chen danken. Ebenso geht unser Dank an Tim Lowenhaupt, Jasmine Yao und Yaoli Hsu für ihre Unterstützung bei der Organisation, an John & Carol Foley, Michael Charae und Summer Moore, Vivian Wang & Jenny Wang einschließlich ihren Teams und an Brigitte Mayr für die Erledigung zahlloser Aufgaben für die Fertigstellung dieser Arbeit.

Du kannst die Arbeit unseres Übersetzungsteams unter *DiamondCutter-Classics.com*, live mitverfolgen. Hilf uns, die Übersetzungen zu verbessern, indem du uns einen Kommentar hinterlässt. Wenn dich auch andere Übersetzungen interessieren, besuche die Webseite der Diamond Cutter Press unter *DiamondCutterPress.com*. Dort findest du auch Informationen über Übersetzungen in andere moderne Sprachen.

ÜBER DIE RELIEFTAFELN VON BOROBODUR

In der Nähe der Stadt Muntilan in Zentraljava, Indonesien, befindet sich das prächtige pyramidenartige Bauwerk Borobudur. Es wurde im 7. Jahrhundert aus über einer Million großen Steinblöcken errichtet und umfasst mehr als 2.500 in den Fels gehauene Relieftafeln, auf denen Szenen aus einigen der größten buddhistischen Klassiker zu sehen sind.

Wir haben großes Glück, das an dieser Pyramide auch 160 Tafeln erhalten sind, die sich stark an dem hier übersetzten Sutra orientieren. Diese besonderen Tafeln sind einzigartig, da sie Teil der ersten (und damit untersten) Ebene des Bauwerks waren. Diese Ebene wurde irgendwann vollständig zugeschüttet, offenbar um den Einsturz des Bauwerks zu verhindern.

Diese verborgene untere Ebene wurde zufällig wiederentdeckt. Um 1890 wurden die Tafeln einzeln freigelegt, damit man sie fotografieren konnte. Die Fotografien wurden von Kassian Cephas (1845–1912) angefertigt, einem indonesischen Innovator, der Hoffotograf des örtlichen Sultanats war. Er nutzte die Kameratechnik seiner Zeit und fertigte damit Aufnahmen an, die vielen der heutigen Bilder überlegen sind. Nach Fertigstellung seiner Aufnahmen wurden die Tafeln wieder abgedeckt, und sie sind seither so belassen worden.

Im Laufe der Jahrzehnte wurden verschiedene Anstrengungen unternommen, um jedes Foto mit dem ihm zugehörigen Abschnitt in unserem Sutra in Verbindung zu bringen. In den meisten Fällen folgen die Schnitzereien eng dem Text, so dass wir eine bildliche Darstellung vieler der in der Übersetzung beschriebenen Handlungen und ihrer karmischen Folgen sehen können. Die Bemühungen, die Tafeln mit dem Text in Verbindung zu bringen, wurde oftmals dadurch erleichtert, dass der vor über 1.000 Jahren für die Schnitzereien Verantwortliche glücklicherweise seine Erinnerungen über das, was abgebildet werden soll, auf vielen Tafeln eingeritzt hat.

Die Kunstfertigkeit in diesem alten Bauwerk ist außergewöhnlich. Sie zeigt eine Sensibilität und Sinnlichkeit, wie sie seitdem selten zu finden ist. Wie wir aus dem Sutra ersehen können, werden karmische Samen in unserem Geist durch die Handlungen gepflanzt, die wir körperlich, verbal und sogar nur in unseren Gedanken begehen. Die Bildhauer bewiesen ungeheure Kreativität bei ihren Versuchen, all diese Feinheiten in Stein zu meißeln. Wie kann man z. B. ein tiefes Missverständnis darüber abbilden, woher unsere Welt kommt?

Bei nahezu allen Tafeln haben wir die Untersuchungen früherer Experten geprüft und beschlossen, ihnen mit nur wenigen Ausnahmen zu folgen. Unser besonderer Dank gilt Ven. Anandajoti, einem westlichen Mönch der Theravada-Tradition, der einen Großteil seines Lebens dem Studium und der Fotografie von Borobodur und zahlreichen anderen Monumenten gewidmet hat. Er reagierte sofort auf unsere Bitte um Unterstützung und teilte seine Erfahrungen mit uns.

Aus dem Studium seiner neuen Übersetzung desselben Sutras und der dazugehörigen Tafeln konnten wir viele Erkenntnisse gewinnen. Ven. Anandajotis hervorragende Arbeit findet sich auf seiner Webseite unter photodharma.net. Seine Veröffentlichungen über Borobodur (einschließlich der über dieses Sutra) können über die Webseite <https://shopee.co.id/cindysutantio> bezogen werden.

Unsere Übersetzer nutzen die Tafeln des Borobodur-Denkmales schon seit über 30 Jahren. Obwohl die für dieses Buch verwendeten Schnitzereien aufgrund ihrer langjährigen Verschüttung besonders gut erhalten sind, besteht das Material aus einem porösen Eruptivgestein, das sich nur schwer fotografieren lässt. Das führt dazu, dass die meisten gedruckten Abbildungen nur schwer zu erkennen sind und einen unschönen grauen Farbschleier haben, was unserer Meinung nach die hohe Qualität der Kunstwerke beeinträchtigt.

Um dein Leseerlebnis zu verbessern, ohne gleichzeitig den Preis des Buches in die Höhe zu treiben, haben wir uns für eine alternative Methode entschieden. Wir haben aus den Originalfotografien eine Strichzeichnung abgeleitet, indem wir zunächst ein digitales Rendering erstellt und es dann manuell nachgearbeitet haben. Diese Aufgabe wurde von unserer Design-Direktorin Gina Rivera und ihrem Team durchgeführt. Wir möchten Ihnen für die unzähligen Arbeitsstunden danken, die sie für diese und andere unserer Publikationen aufgewendet haben.

Noch ein letzter, wichtiger Hinweis, damit du die Schnitzereien von Borobodur wirklich zu schätzen weißt. Erinnern wir uns daran, dass die Tafeln für buddhistische Pilger gedacht waren, die als Teil ihrer spirituellen Praxis heilige Stätten umrundeten. Dabei gingen sie im Uhrzeigersinn um einen Tempel oder eine Stupa herum und sahen dabei die heiligen Bilder zu ihrer Rechten.

Die 160 Tafeln unserer Reihe waren also so positioniert, dass sie der Person, die sie umrundet, eine fortlaufende Geschichte erzählen. Wie es die Tradition

will, beginnt die Geschichte im Osten und endet, wenn wir wieder an ihrem Ausgangspunkt angelangt sind.

Das Besondere ist die Anordnung der Tafeln. Sie zeigen zuerst die ursprüngliche Handlung, die wir unternehmen, um einen bestimmten Samen zu pflanzen. Am anderen Ende der Tafel ist dann das karmische Ergebnis abgebildet, das wir von dem Samen erwarten können. Wenn wir diese Zusammenhänge zwischen unseren Taten und den entsprechenden Ergebnissen verstehen, halten wir den Schlüssel zur Erschaffung einer perfekten Welt in unseren Händen: ein *Mandala*. Und es ist keinesfalls Zufall, dass die über eine Million Steinblöcke des Borobodur in exakt der traditionellen Form eines Mandalas angeordnet sind.

Die Bildhauer setzten noch ein weiteres Mittel ein, um uns zu helfen, die dargestellten Zusammenhänge zu verstehen. Fast immer wird die ursprüngliche Handlung von ihrer karmischen Auswirkung durch einen Baum getrennt. Dies ist eine traditionelle Darstellung von Ursache und Wirkung. Ein Same wächst zu einem Baumstamm mit Ästen heran, aus denen Blüten spritzen, die schließlich zu Früchten werden.

Während sich dir also diese Zusammenhänge erschließen, denke daran, dass du die Abbildungen von rechts nach links „lesen“ musst, und nicht von links nach rechts, wie wir es in unserer Schriftsprache gewohnt sind. Stell dir vor, du gehst im Uhrzeigersinn um das Denkmal herum. Dabei siehst du auf jeder gemeißelten Tafel zuerst die Szene auf der rechten Seite. Wenn du weitergehst, erreichst du den Baum und dann auf der linken Seite der Tafel, das karmische Ergebnis.

Bei den Bildern von Borobodur in diesem Buch zeigen wir manchmal ein gesamtes Panel von rechts nach links. Manchmal teilen wir die Szene auf, um die einzelnen Zeichen deutlicher hervorzuheben. Achte immer auf den Baum (oder manchmal auch einen halben Baum), um Ursache und Wirkung zu identifizieren.

Haben wir erst einmal diese Zusammenhänge zwischen unserem Handeln und dem, was uns in dieser Welt widerfährt, verstanden, können wir endlich die Welt erschaffen, die wir uns wünschen: eine Welt, in der kein Lebewesen mehr leiden muss.



ALLE ARTEN VON KARMA

Die Zusammenhänge
zwischen unseren Handlungen
und ihren Folgen,
gemäß dem Buddha



TITEL UND VERNEIGUNG

- [1] In der Sprache Indiens ist diese Lehre als *Karma Vibhanga* bekannt.¹
- [2] In der Sprache Tibets wird diese Lehre *Le Nampar Jepa* genannt.²
- [3] Hier beginnt die erste Unterteilung des Textes.³
- [4] Ich verneige mich vor allen Buddhas und Bodhisattvas.⁴

¹ *Karma Vibhanga*: Die vorliegende Übersetzung basiert auf der tibetischen Version des Textes, da wir davon sicher wissen, dass sie vollständig ist. Um inhaltliche Textfragen zu klären, haben wir uns auch die Version auf Sanskrit und auf Chinesisch angesehen. Einzelheiten zu den verwendeten Ausgaben befinden sich im Bibliografie-Eintrag S8, KL00338. Wir haben Abschnittsnummern in eckigen Klammern und kleinerer Schrift hinzugefügt, um das Aufsuchen eines bestimmten Textabschnitts zu erleichtern.

² *Die Lehre wird genannt*: Auf Englisch heißt sie *All the Kinds of Karma*.

³ *Erste Unterteilung des Textes*: Die hier vorgenommene „Unterteilung“ (*bam-po* auf Tibetisch), ist keine thematische Unterteilung, sondern eine Unterteilung der Textmenge, ähnlich der Zählung von Bytes in einem digitalen Text, die bei der Erkennung von Auslassungen oder Ergänzungen gegenüber dem Original hilft.

⁴ *Ich verneige mich*: Es war früher Brauch, dass Gelehrte, die alte buddhistische Texte aus dem Sanskrit ins Tibetische übersetzten, sich vor unterschiedlichen heiligen Personen oder Objekten verneigen, um dem Leser zu signalisieren, um welches Thema es in dem Werk geht. Zu Beginn eines Werkes, das zum Bereich der auf Gelübden basierenden Moral gehört, wird sich der Übersetzer vor der Allwissenheit verbeugen. Zu Beginn eines Werkes, das zum Höheren Wissen gehört, verneigt er sich vor Glorreicher Sanfter Stimme. Und zu Beginn eines Werkes, das in den Bereich der Sutras gehört, verneigt er sich vor den Buddhas und Bodhisattvas. Diese Zeile ist nicht im ursprünglichen Sutra enthalten, findet sich jedoch in unserer Ausgabe. Wie der Katalog zur Lhasa-Ausgabe des Kangyurs ebenfalls anmerkt (auf f. 25b, B14, KL04568), gibt es zu dieser Version kein Kolophon, das die Übersetzer benennt. Die alternative Version enthält jedoch einen und listet als Übersetzer die indischen Pandits Jinamitra, Danashila und Munivarma auf, zusammen mit dem tibetischen Meisterübersetzer Bande Yeshe De.

Wie die Unterweisung gegeben wurde

[5] Einst hörte ich diese Worte.

[6] Der Eroberer verweilte im Park von Anatha Pindada, der sich in den Gärten von Prinz Jeta in der Nähe der Stadt Shravasti befand.

[7] Hier sprach der Eroberer Folgendes zu einem jungen Brahmanen namens Shuka.

[8] Junger Brahmane, ich werde dich all die Arten von Karma lehren. Höre gut zu und merke sie dir.

[9] „Oh Eroberer, das werde ich tun“, antwortete der junge Mann, setzte sich und hörte aufmerksam zu. Dann sprach der Eroberer diese Worte zu ihm:

[10] Junger Brahmane, ich lehre die Menschen, wie ihre Handlungen zu Karma werden. Ich lehre sie, wie ihre Geburt durch Karma verursacht ist. Ich lehre sie, wie sie in der Gerechtigkeit ihres Karmas leben, indem sie genau das bekommen, was sie verdienen. Und nun werde ich dich lehren, was du in Zukunft tun solltest und warum es sinnvoll wäre, die karmischen Korrelationen zu kennen und zu befolgen.

[11] Lass mich dir erklären, junger Mann, wie Karma funktioniert. Karma erschafft die Unterschiede zwischen Menschen. Es bringt einige Menschen in höhere Gesellschaftsschichten, andere in mittlere und wieder andere in die untersten.

Die Arten von Karma, die unser Leben verkürzen

[12] Es gibt Arten von Karma, die unser Leben verkürzen. Ich werde sie hier für dich auflisten:

- [13] • Ein Lebewesen töten.
• Sich darüber freuen, dass jemand ein Lebewesen getötet hat.
• Positiv darüber sprechen, wenn jemand ein Lebewesen tötet.
- [14] • Etwas tun, damit Menschen, die du nicht magst, sterben.
• Positiv darüber sprechen, wenn jemand, den du nicht magst, stirbt.
- [15] • Einen Schwangerschaftsabbruch verursachen.
• Positiv darüber sprechen, wenn jemand einen Schwangerschaftsabbruch vornimmt.
- [16] • Einen Altar errichten, auf dem Lebewesen wie Wasserbüffel, Kühe, Schweine, Hühner oder andere Kreaturen geopfert werden.⁵
- [17] • Tiere opfern, weil man glaubt, dass man damit seinen Nachkommen oder anderen Menschen helfen kann, oder um diese Menschen vor Schaden zu bewahren.
- [18] Ich werde dir eine Geschichte erzählen, die als Beispiel für all dies dienen soll. Einst lebte ein Mönch in Kasmarya⁶, einer Stadt hier in Indien. Der Mönch hatte bereits den Zustand eines Feindzerstörers erreicht.⁷ Eines Tages saß er auf der Veranda eines der hiesigen Häuser und genoss den Tag.

⁵ Ein Altar, auf dem Lebewesen geopfert werden: Die älteren Traditionen in Indien lehrten vor der Ankunft des Buddhas, dass das Opfern von Tieren etwas Spirituelles sei.

⁶ Die Stadt Kasmarya: Das Sanskrit deutet darauf hin, dass die Stadt Kaschmir hieß, die sich wahrscheinlich im heutigen Gebiet mit diesem Namen befand.

⁷ Der Mönch war ein Feindzerstörer: „Feindzerstörer“ ist ein buddhistischer Fachbegriff, der eine Person beschreibt, die eine Ebene erreicht hat, auf der sie die Leere bereits direkt gesehen und diese Erfahrung genutzt hat, um seine Feinde, d. h. seine negativen Emotionen, eine nach der anderen zu zerstören. Diese Ebene bezeichnet das, was wir „Nirwana“ nennen, was wörtlich bedeutet, die Flammen dieser negativen Emotionen „auszulöschen“.

- [19] Direkt vor der Veranda befand sich eine belebte Straße. Der Mönch sah jemanden eine Kuh an einem Seil den Weg hinunterführen. Die Kuh schrie vor Angst. Und der Mönch rief: „Oh nein! Wie kann das sein!“
- [20] Die Menschen, die bei dem Mönch auf der Veranda standen, fragten ihn: „Meister, was hast du? Warum hast du aufgeschrien? Warum riefst du: ‚Wie kann das sein?‘“
- [21] Der Mönch antwortete: „Ich werde es euch sagen, aber lasst uns das unter vier Augen besprechen. Was ich euch sagen werde, ist nichts, was Menschen ohne Glauben hören sollten.“
- [22] Als sie allein waren, vertraute er sich ihnen an: „Die Kuh, die wir da draußen gesehen haben, die so laut vor Angst schrie, als sie die Straße hinuntergeführt wurde, war in ihrem früheren Leben ein wohlhabender Geschäftsmann.“
- [23] Der Kaufmann hatte einen besonderen Altar errichtet, auf dem er einmal im Jahr Tiere opfern ließ. Bei diesen Ritualen wurden viele Kühe getötet. Auf seinem Sterbebett rief der Mann seinen Sohn zu sich und sagte Folgendes zu ihm:
- [24] „Wenn du mich liebst, mein Sohn, dann führe diese jährlichen Opfer auch nach meinem Tod weiter fort.“ Der Sohn antwortete auf diese Bitte mit den Worten: „Natürlich, Vater, ich werde tun, was du sagst.“
- [25] Der Vater starb, und weil er aus Unwissenheit Leben genommen hatte, wurde er als Kuh wiedergeboren, die derselben Familie gehörte. Dann wurde er auf dem Altar getötet und wurde erneut dort wiedergeboren. Und er wurde wieder auf dem Altar getötet. Jetzt gerade wird er zum sechsten Mal geschlachtet.“ Und der Mönch sprach aus Mitleid mit der Kuh die folgenden Worte:

- [26] „Wer hat den Altar errichtet? Du warst es.
Wer hat die Opfer dargebracht? Du hast es getan.
Wer hat so viele Kühe getötet? Du warst es.“
- [27] Der Mönch hatte nicht grundlos laut gerufen, denn niemandem wäre damit geholfen gewesen. Wir sollen hier etwas über das Errichten solcher Altäre lernen, und darüber, dass wir gern einer Schlacht zuschauen, bei der viele Lebewesen, Menschen, Pferde und dergleichen, getötet werden. Und auch über unser Interesse an Kriegssouvenirs.⁸

[28] Im *Sutra über die Dunkelheit* sagte der Eroberer ebenfalls:
Oh Ananda, diejenigen, die die Tat begehen, ein anderes Wesen zu töten, dies regelmäßig und viele Male tun, schaffen die Ursachen für eine Wiedergeburt im Reich der Hölle oder im Reich der Tiere oder im Reich der Hungergeister.⁹

Selbst wenn wir nur gelegentlich ein lebendes Wesen oder auch nur die kleinste Kreatur töten, wird unser Leben dadurch karmisch kürzer, als es sonst gewesen wäre.

Die Arten von Karma, die unser Leben verlängern

- [29] Der Buddha fuhr fort:
Nun gibt es auch Arten von Karma, die unser Leben verlängern.
Hier ist eine Liste:

⁸ *Einer Schlacht zuschauen*: Buddha sagt, dass sogar das Genießen eines Kriegsfilms negative karmische Samen pflanzt, die unser Leben verkürzen.

⁹ *Das Sutra über die Dunkelheit*: Dieses Sutra scheint in der heutigen Zeit nicht mehr vorhanden zu sein. Ananda war ein enger Schüler des Buddhas.

- [30] • Kein Lebewesen töten.
 • Gut von denen sprechen, die nicht töten.
 • Andere dazu ermutigen, nicht zu töten.
 • Auch von denen gut sprechen, die andere ermutigen, nicht zu töten.

- [31] • Menschen schützen, deren Leben in Gefahr ist.
 • Tiere schützen, deren Leben in Gefahr ist, egal ob es sich um Kühe, Schweine, Hühner oder andere Lebewesen handelt.

- [32] • Jedem Lebewesen, das Angst hat und bedroht ist, Trost spenden sowie Sicherheit und Geborgenheit geben.
 • Lernen, Mitgefühl für jedes Lebewesen zu empfinden, das niemanden hat, der es beschützt.

- [33] • Lernen, Liebe für die Kranken, für Kinder und für die Alten zu empfinden.
 • Ihnen mit materiellen Dingen helfen, zum Beispiel mit Lebensmitteln.
 • Liebe für arme Menschen entwickeln und ihnen helfen.
 • Die eigene Anhaftung wie das Anschauen von Berichten oder Darstellungen von Krieg und Gewalt erkennen und damit aufhören.
 • So viel Gutes tun, wie man kann.

- [34] • Tempel oder andere heilige Stätten, die verfallen oder zerstört sind, wieder aufbauen.

[35] Das gleiche Sutra sagt:
 Die Dämonen, die Leben stehlen,
 Können niemals denjenigen schaden,
 Die heilige Stätten wieder aufbauen,
 Die zerstört oder beschädigt waren.¹⁰

- [36] Worte wie diese lehren uns das Karma, wie wir unser Leben verlängern können.

Die Arten von Karma, die Krankheiten verursachen

- [37] Lord Buddha fuhr fort:
 Es gibt Arten von Karma, die dazu führen, dass wir häufig krank werden. Hier ist eine Liste:
 • Verärgert oder wütend sein.
 • Ein anderes Lebewesen schlagen, mit offener Hand oder Fäusten.

- [38] • Glücklich sein, wenn jemand ein Lebewesen mit offener Hand oder mit den Fäusten geschlagen hat.
 • Darüber sprechen, wie gut es wäre, ein Lebewesen zu schlagen, sei es mit offener Hand oder mit Fäusten.¹¹
 • Jemanden dazu ermutigen, dies zu tun.

- [39] • Deine Eltern unglücklich machen oder sie körperlich verletzen.
 • Einen moralischen, ordinierten Menschen unglücklich machen.

- [40] • Glücklich sein, wenn jemand, den du nicht magst, krank wird.
 • Unglücklich sein, wenn jemand, den du nicht magst, sich von einer Krankheit erholt.
 • Einer kranken Person etwas zu essen oder zu trinken zu geben, das ihr schadet.
 • Einer kranken Person etwas zu essen geben, das sie nur schwer verdauen kann und das somit ihre Genesung negativ beeinträchtigt.

- [41] Dies also sind Handlungen, die dazu führen, dass wir häufig krank werden.

¹⁰ *Die Dämonen können ihnen niemals schaden:* Vermutlich bezieht er sich auf das soeben zitierte *Sutra über die Dunkelheit*, obwohl jenes in Prosa und dieses in Versen verfasst ist.

¹¹ *Wie gut es wäre zuzuschlagen:* Es versteht sich, dass dies natürlich auch für militärische oder jede andere Art von Gewalt gilt, die mit Waffen ausgeübt wird.

Die Arten von Karma, die Krankheiten verhindern

[42] Lord Buddha sprach dann:

Es gibt Arten von Karma, die Krankheiten verhindern können. Hier ist wieder eine Liste:

- Niemals ein anderes Lebewesen schlagen, sei es mit offener Hand oder mit Fäusten.
 - Niemals eine andere Person ermutigen, ein Lebewesen zu schlagen, weder mit offener Hand noch mit Fäusten.
 - Niemals gut über das Schlagen eines Lebewesens sprechen, sei es mit offener Hand oder mit Fäusten.
 - Niemals glücklich darüber sein, dass jemand dies getan hat.
- [43]
- Deine Eltern respektieren und ihre Wünsche achten.
 - Den Kranken dienen, egal ob es sich um einen Laien, einen Ordinierten, einen älteren oder einen jüngeren Menschen handelt.
- [44]
- Niemals Genugtuung darüber empfinden, dass jemand, den du nicht magst, erkrankt ist.
 - Nie unglücklich darüber sein, dass sich jemand, den du nicht magst, von einer Krankheit erholt hat.
 - Kranken Menschen Medikamente geben.
 - Nahrung anbieten, die ihnen hilft zu genesen.

[45] Dies sind die Arten von Karma, die Krankheiten verhindern.

Die Arten von Karma, die dich unattraktiv machen

[46] Lord Buddha fuhr fort:

Es gibt Arten von Karma, die dich unattraktiv machen. Hier ist eine Liste:

- Wütend auf ein anderes Lebewesen sein.
- An dieser Wut festhalten.

- Versteckten Groll gegenüber einem anderen Lebewesen hegen.
- Sich über ein anderes Lebewesen ärgern.

[47]

- Schlechte Dinge zu deinen Eltern sagen.

- Schlechte Dinge zu jemandem sagen, egal ob es sich um Laien oder Ordinierte handelt und egal ob sie älter oder jünger sind als du.

[48]

- Verursachen, dass Tempel oder heilige Stätten nicht schön aussehen.

- Dazu beitragen, dass die Umgebung solcher Orte nicht schön aussehen.

[49]

- Lampen oder Lichter löschen, die in einer heiligen Stätte dargebracht wurden.

- Lampen oder Lichter löschen, die einem Heiligenbild dargebracht wurden.

[50]

- Unfreundlich zu einer Person sein, die unattraktiv ist oder schlecht über eine solche Person sprechen.

[51]

- Deine persönliche Hygiene und die Sauberkeit deiner Wohnung vernachlässigen.

[52] All das sind Arten von Karma, die dich unattraktiv machen.

Die Arten von Karma, die dich attraktiv machen

[53] Lord Buddha fuhr fort:

Es gibt Arten von Karma, die dich attraktiv machen. Hier ist eine Liste:

[54]

- Wut gegenüber einem Lebewesen vermeiden.
- Niemals an Wut festhalten.

- Niemals versteckten Groll gegenüber einem Lebewesen hegen.
 - Niemals über ein Lebewesen ärgern.
- [55] • Kleidung verschenken.
- [56] • Die Wände von Heiligschreinen und Tempeln reparieren und erneuern.
- [57] • Attraktive Kochgefäße verschenken.
- [58] • Räucherwerk, duftende Cremes, Kleidung und Schmuck verschenken.
- [59] • Gut über deine Mutter und deinen Vater sprechen.
• Gut über verwirklichte Wesen sprechen.¹²
• Gut über diejenigen sprechen, die ein ethisches Leben führen.
- [60] • Heiligschreine und deren Umgebung sowie Tempel und dein Haus stets sauber halten.
- [61] • Darauf achten, nicht schlecht über ein Lebewesen zu sprechen, das unattraktiv ist.
• Das Gleiche gilt für diejenigen, die älter sind als du, und auch für diejenigen, die jünger sind als du.
- [62] • Auf deine persönliche Hygiene und auf die Sauberkeit deiner Wohnung achten.
- [63] All dies sind Arten von Karma, die dich attraktiv machen.

Die Arten von Karma, dass du wenig Macht besitzt

- [64] Lord Buddha fuhr fort:
Es gibt Arten von Karma, die dazu führen, dass du wenig Macht besitzt. Hier ist eine Liste:
- [65] • Dich weigern zu teilen, was du besitzt.
• Starke Gefühle der Eifersucht hegen.
• Unglücklich sein, wenn andere etwas bekommen, was sie wollen.
- [66] • Glücklich sein, wenn du unfreundliche Dinge zu anderen sagst.
• Schlecht über deine Mutter oder deinen Vater sprechen.
• Schlecht über verwirklichte Wesen sprechen.
• Schlecht über Menschen sprechen, die ein ethisches Leben führen.
- [67] • Schlecht über kranke Menschen sprechen.
• Schlecht über Ältere sprechen.
• Schlecht über Jüngere sprechen.
- [68] • Schlechte Denkweisen loben.
• Handlungen loben, die zu schlechtem Karma führen.
• Die Idee des Wunsches nach Erleuchtung ablehnen.¹³
- [69] All dies sind Arten von Karma, die dazu führen, dass du wenig Macht besitzt.

¹² *Verwirklichte Wesen*: Bezieht sich auf das Sanskrit-Wort *arya* und bezeichnet eine Person, die in dem Sinne „verwirklicht“ ist, dass sie die Leerheit bereits direkt erfahren hat (die Tatsache, dass nichts im Universum eine eigene Natur hat).

¹³ *Wunsch nach Erleuchtung*: Ein technischer Begriff, Bodhichitta, der sich auf den Wunsch bezieht, vollständig erleuchtet zu werden, so dass wir in der Lage sind, jedem Lebewesen im Universum zu helfen.