



Interview mit dem Tibetisch-Übersetzer Jeffrey Hopkins
von Birgit Stratmann:

„Auf meinem Dreirad suchte ich den Ort, an dem ich unterwegs war.“

Jeffrey Hopkins ist einer der bekanntesten westlichen Buddhismuslehrer und einer der profiliertesten Tibetisch-Übersetzer. Er spricht im Interview über außergewöhnliche spirituelle Erlebnisse seiner Kindheit, die buddhistische Praxis, das Verständnis der Leerheit und die Hartnäckigkeit verblendeter Geisteszustände.

Frage: Wann kamen Sie zum ersten Mal mit dem Buddhismus in Kontakt?

Hopkins: Das war im Dezember 1962, als ich während der Weihnachtsferien Geshe Wangyal im buddhistischen Kloster in New Jersey besuchte. Ich hatte sehr viel meditiert und war vermutlich ein bisschen verrückt. Einer meiner Freunde hatte von diesem buddhistischen Zentrum gehört. Wir gingen hin um zu sehen, was da los war. Ich habe ein paar Fragen gestellt und fand eigentlich alles ziemlich albern.

Ich weiß nicht mehr warum, aber etwa einen Monat später kam ich zurück. Ich war in meinem letzten Studienjahr in Harvard, und beim zweiten Besuch fand ich es sehr interessant. Geshe Wangyal forderte mich mit den grundlegenden Unterweisungen zur Entwicklung des Erleuchtungsgeistes heraus. Er sagte:

Hopkins beschreibt, wie als Kind plötzlich Anlagen für ein Verständnis der Leerheit in ihm wach wurden.





„Wahrscheinlich wirst du niemals die Zeit haben, das ernsthaft zu verfolgen, aber wenn du in Boston mit der U-Bahn zur Arbeit fährst, gibt es etwas, an das du denken kannst.“ Ich dachte nicht daran, nach meinem Universitätsabschluss in Boston zu arbeiten, aber ich begann, die Übungen auszuführen. Ich konnte nicht damit aufhören und übe sie noch heute.

Frage: Was hat Sie am meisten fasziniert?

Hopkins: Zuerst war es die psychologische Herausforderung, mir Menschen vorzustellen und darüber nachzudenken, dass, genau wie ich mir Glück wünsche, sich auch alle anderen nach Glück sehnen. Ich stellte fest, dass die Situationen, in denen ich mir die Leute vorstellte, in mir Emotionen wachriefen, und fand, dass ich in der Lage sein sollte, sie mir ohne diese Emotionen vorzustellen. An diesem Punkt hat es angefangen.

Bevor ich auf Geshe Wangyal traf, hatte ich mein Zimmer in etwas verwandelt, das ich heute ‚Dunkel-Retreat‘ [„dark retreat“, völlige Isolierung von der Außenwelt zur intensiven Meditation] nennen würde. Ich hatte zu dem Zeitpunkt nichts darüber gelesen, aber ich hatte die Fenster abgedeckt, so dass es stockdunkel war.

Frage: Wie lange haben Sie das Dunkel-Retreat ausgeführt?

Hopkins: Es waren ein paar Monate.

Frage: Hatten Sie zuvor irgendwelche Anleitungen erhalten?

Hopkins: Nein. Während des Tages ging ich zur Uni, und nachts meditierte ich liegend. Ich entwickelte die Fähigkeit, die ganze Nacht wach zu bleiben, ohne mich zu bewegen, was sehr schmerzhaft ist. Das war ungefähr im Oktober 1962. Im April 1963 habe ich mich dann entschieden, für den Rest meines Lebens in das buddhistische Kloster in New Jersey zu gehen.

Frage: Als Sie mit dem Meditieren anfangen, hatten Sie sich noch nicht mit dem Buddhismus beschäftigt. Was war Ihre Motivation zu meditieren?

Hopkins: In meinem Haus in Barrington, Rhode Island, wo ich meine

Kindheit verbracht habe, gab es eigenartige Orte, die man aufsuchen konnte und an denen es völlig dunkel war: Einer befand sich in einer Ecke über der Treppe, die zum Dachboden führte. Dann gab es bei der Hintertreppe im zweiten Stockwerk einen Stauraum, in dem man nicht aufrecht stehen konnte. Und in einem kleinen Raum, der vom Schlafzimmer meines Vaters abging, gab es eine Nische. Das war der erste Ort, an dem ich meditiert habe. Ich krabbelte auf dem Boden dorthin, stopfte das Kissen hinein, setzte mich hin und meditierte.

Frage: Über was haben Sie meditiert?

Hopkins: Ich habe mir einen Vajra vorgestellt, der etwas oberhalb zwischen meinen Augenbrauen herausragte und von dem viele Vajras zu beiden Seiten ausströmten. Die Vorstellung von dieser Meditation im Yoga-Tantra ist komplizierter, wie ich später herausfand. Auch an dem Platz über der Treppe meditierte ich. Zu jenem Zeitpunkt war ich überzeugt, dass die äußere Welt nicht existierte. Ich habe dort auch eine Art Dunkel-Retreat-Meditation gemacht. Diese Veranlassungen aus der Kindheit kamen wahrscheinlich in Harvard wieder an die Oberfläche.

Ich meditierte auch im Kinderbett. Ich erinnere mich noch sehr genau an die Meditation draußen in meinem Kinderwagen. Ich hielt den Atem an. Meine Mutter sagte mir viele Jahre später, dass ich fast gestorben wäre. Sie erzählte mir, dass ich einmal einen braunen Schweiß abgesondert und nicht mehr geatmet hätte. Sie nahm mich auf den Arm und blies mir ins Gesicht. Als sie das erzählte, wurde bei mir die Erinnerung daran wieder wach. Ich konnte es nie leiden, angepustet zu werden.

Frage: Können Sie sich an andere Meditationserfahrungen erinnern, bevor Sie mit dem Buddhismus in Berührung kamen?

Hopkins: Heute ja. Ich konnte mich jedoch nicht an sie erinnern, als ich in Harvard anfang zu meditieren. Im September 1959, nach meinem ersten Jahr in Harvard, bin ich in die Wälder von Vermont gegangen, um

Gedichte zu schreiben. Bis November wohnte ich in einer Hütte an einem See, von der aus man auf den ganzen See schauen konnte. Ich konnte mir alles vorstellen, was ich wollte – es war ein guter Ort für Visualisationen.

Himmelsmeditation und Naturerfahrung

Als es kälter wurde, zog ich für kurze Zeit in die Wälder von Rhode Island. An einem gewissen Punkt entschied ich mich, in die Südsee zu reisen. Auf dem Frachtschiff, das ich in New York bestieg, begann ich auf dem oberen Deck zu meditieren, indem ich in den Himmel starrte. Ich machte die Himmelsmeditation sehr häufig.

Während des Semesters arbeitete ich, so dass ich immer ein wenig Geld zur Verfügung hatte. So verbrachte ich die Hälfte des Sommers an einem See in North Hatley in Kanada, und fuhr dort mit der Himmelsmeditation fort. Ich stieg einen steilen Hang hinauf, bis zur Spitze, und meditierte dort.

Die zweite Hälfte des Sommers verbrachte ich in einer Hütte in Oklahoma, nahe der Grenze zu Arkansas. Als ich im September nach Harvard zurückkehrte, war es, als ob ich dem Grab entstiegen wäre. Mir war plötzlich bewusst, dass ich mein Leben in einem Sarg zugebracht hatte, ohne von der Existenz des Himmels zu wissen. Nun hatte sich mein Geist geöffnet.

Ich setzte die Himmelsmeditation an den Ufern des Charles River in Harvard fort. Dann kam der Tag, an dem sich der Himmel bis hinunter zu meinem Gesicht mit kleinen Funken füllte. An diesem Punkt entschloss ich mich zum Dunkel-Retreat. Mit der Zeit füllte sich die Dunkelheit des Raums mit Lichtern. Völlige Dunkelheit, wie der unendliche Himmel, aber der Raum wurde lebendig durch alle möglichen Lichter. Das war im Herbst 1962 und ging bis zum April 1963, als ich ins Kloster ging. Zu dieser Zeit war Geshe Wangyal dort und auch Bob Thurman und Chris George.



Frühe Einsichten

Frage: War die Himmelsmeditation Ihr erster Kontakt mit der Leerheit?

Hopkins: Nein, es war mein erster Kontakt mit der Himmelsmeditation. Mein erster Kontakt mit der Leerheit fand statt, als ich als Kleinkind im Wohnzimmer herumkroch und auf den Kaminsims starrte – ein weiß gestrichenes Teil über dem Kamin. Ich reflektierte über die Tatsache, dass die Dinge nur durch Begriffe benannt werden. Dies ist relevant für die Leerheit.

Frage: Also wurden Sie bereits mit einem Verständnis für die Leerheit geboren?

Hopkins: Ich weiß nicht, ob ich es Verständnis (lacht) nennen würde, aber vielleicht mit einer Veranlagung für diese Dinge.

Frage: Wie sind Sie mit diesen Erfahrungen später im Leben wieder in Verbindung getreten?

Hopkins: Es ist mir gelungen, all das zu vergessen. Ich weiß nicht, wie alt ich zu diesem Zeitpunkt war, vielleicht sieben oder neun Jahre. Es kam mir in den Sinn, dass ich, anstatt in der Sprache zu denken, in der ich dachte, in Englisch denken könnte.

Frage: Was war der Kern dieser Erfahrung?

Hopkins: Ich hatte zwar Englisch gelernt, aber ich sah es als eine fremde Sprache an, denn ich dachte in einer anderen Sprache. Der Kern der Erfahrung war, meine Denksprache auf Englisch umzuschalten. Diese bewusste Entscheidung, in Englisch zu denken, setzte vermutlich den Prozess des Vergessens in Gang. Und, wissen Sie, die Ereignisse in der Kindheit, Enttäuschungen, Jugendkriminalität, Alkohol, Raufereien – alles nicht sehr erfreulich....

Frage: Und als Sie mit dem Buddhismus in Kontakt kamen, wie haben Sie da Ihr Verständnis entwickelt?

Hopkins: Geshe Wangyals einfache Unterweisungen über die Gleichheit von Selbst und anderen waren und sind heute noch eine psychologische Herausforderung für mich. Indem ich das umsetzte, gab es einen kleinen Erfolg. Ich reiste durch mein Leben, ging Jahr für Jahr zurück und entwi-

ckelte diese Veränderungen in meiner Einstellung. Ich konnte mich an fast jeden in meinem Klassenzimmer erinnern und die Meditationen darauf anwenden. Das war es, was meine Erinnerung an die Kindheitserfahrungen wieder zugänglich machte.

Frage: Sie entwickelten ein tieferes intellektuelles Verständnis der Leerheit und schrieben Ihre Doktorarbeit, die Sie in Ihrem berühmten Buch *Meditation on Emptiness* (London 1983) veröffentlichten [*Meditation über die Leerheit*, nicht in Deutsch erschienen].

Hopkins: Der erste Text, in dem Geshe Wangyal uns unterwies, war ein Kommentar zu Tsongkhas *Drei Hauptaspekte des Pfades* vom Vierten Panschen Lama, wo es auch um die Leerheit ging. Ab diesem Punkt begann ich die Leerheit zu studieren. Natürlich habe ich in dem Frühjahrssemester in Harvard Material zum tibetischen Buddhismus gelesen, die Klassiker wie *Das Tibetische Totenbuch* usw.

Frage: Fanden Sie das leicht?

Hopkins: Nein, ich denke, es gibt nichts im Buddhismus, das leicht ist. Geshe Wangyal unterwies uns auch in Jamyang Shepas *Große Abhandlung über die Lehren*, ein wunderbarer Text. Im Herbstsemester besuchte ich dann ein Seminar bei T.R.V. Murti und las erstmals sein Buch *Die zentrale Philosophie des Buddhismus*. Vieles, was ich im Hinblick auf die Leerheit geschrieben habe, war davon inspiriert oder im Widerspruch dazu geschrieben. So sagt Murti beispielsweise, dass es keinen Weg gäbe, über die Leerheit zu meditieren. Obwohl er die Gründe [für die Leerheit] darlegte, schien es ihm, dass eine Beweisführung die philosophische Sicht verstellen würde. Er konnte nicht ergründen, wie wir diesen Sprung machen können. Aus diesem Grund schrieb ich die *Meditation über die Leerheit* – es war eine Antwort auf sein Werk.

Frage: Welche Rolle spielt das Studium in dem Prozess, Einsicht in die Leerheit zu gewinnen?

Hopkins: Eine große Rolle. Als ich in meinem ersten Semester in Wisconsin

Sanskrit studierte, wandte ich mich sofort Nāgārjunas *Grundverse zum Mittleren Weg* zu, im Besonderen dem zweiten Kapitel über Bewegung, das Kommen und Gehen. Das war es, was ich schon immer studieren wollte, diese Art des Denkens war wichtig für mich. Ich hatte es schon als Kind auf meinem Dreirad benutzt. Ich fuhr auf der Straße vor unserem Haus an einem Telefonmast vorbei. Ich hielt an und schaute über den Lenker und den Reifen, auf der Suche nach dem Ort, an dem ich unterwegs war, aber ich konnte diesen Ort nicht finden.

Ein Geist, der frei ist von Konzepten

Frage: Ist das Studium das Wichtigste, um Einsicht in die Leerheit zu gewinnen?

Hopkins: Nein, es ist genauso wichtig, über einen Geist zu verfügen, der sich nicht von Konzepten überwältigen lässt und in der Lage ist zu fokussieren.

Frage: Meinen Sie die Konzentrationspraxis?

Hopkins: Ja, das ist das Wertvolle, das ich aus den langen Meditationsperioden vor meiner buddhistischen Zeit mitgenommen habe. Man braucht nicht die vollständige Geistige Ruhe, aber die dritte und vierte Stufe sind sehr nützlich für tiefere Einsichten.

Ich habe fünf Jahre in Geshe Wangyals Kloster gelebt. Es gab Zeiten, in denen ich viel in meinem Zimmer meditiert und einige großartige Erfahrungen gemacht habe, über die ich hier nicht sprechen werde. In der Anfangszeit wohnte ich im Erdgeschoss in einem Zimmer, das man nur als Hausflur bezeichnen kann, denn es befand sich auf dem Weg zum Vorratsraum. Während ich dort meditierte, machte ich ebenfalls ein paar besondere Erfahrungen und hatte ein paar schreckliche Träume.

Frage: Welche Rolle spielt die Beziehung zu Ihrem Lehrer für die Entwicklung von Weisheit?

Hopkins: Geshe Wangyal, mein erster Lehrer, war sehr inspirierend.



Obwohl er ausgesprochen jähzornig war, war er der freundlichste Mensch, dem ich je begegnet bin, aber auch der zornigste, sogar zorniger als meine Mutter. Viel später lernte ich im Wohnzimmer des Klosters, das zu dem Zeitpunkt als Tempel diente, Kensur Ngawang Lekden kennen. Einmal saß ich im Wohnzimmer auf einem Stuhl, und er kam herein und setzte sich auf einen niedrigeren Stuhl. Er begann, über die buddhistische Zuflucht zu sprechen. Es war so schön (weint).

Ich war kürzlich in Mexiko City,

ich, „Nun, zumindest könnte ich es ausprobieren und sehen, ob ich es schaffe, so wie er es sagt.“ Ich war nicht auf einen Wettbewerb aus, sondern darauf, es zu tun, bevor er mit der Wiederholung fertig war. Wie ich oft feststellen musste, konnte ich es nicht, denn ich vergaß etwas. Dies wurde zu einem Werkzeug für meinen Lernprozess – es ist in der Tat der Grund, warum ich heute schreiben und unterrichten kann. In Mexiko versuchte ich zu vermitteln, dass selbst inmitten des Alltäglichen oder sogar in unangenehmen Situationen etwas

Hopkins: Geshe Gendun Lodro erklärte die Gültige Erkenntnis wie folgt: Sie ist eine Schlussfolgerung, und solange dieses Bewusstsein anhält, ist es, als könne man durch eine Wand gehen. Das habe ich niemals erreicht.

Die starke Kraft der Korrekten Vermutung

Frage: Ist eine Gültige Erkenntnis eine intellektuelle Sicht?



Christof Spitz

Hopkins lehrte 32 Jahre lang tibetischen Buddhismus an der Universität von Virginia und schrieb oder übersetzte 39 Bücher.

um ein dreitägiges Seminar zu halten. Die Teilnehmer baten mich, über meine Lehrer zu sprechen. So entschied ich mich, über meine 21 „ernsthaften“ Lehrer zu sprechen. Ich wollte realistisch über sie erzählen, denn sie waren Menschen – ich wollte nicht nur ein rosiges Bild malen, auch wenn ich viel von ihnen bekommen habe.

So sprach ich darüber, wie jähzornig Geshe Wangyal war und wie oft ich ihn hasste. Oder darüber, wie ich vor Kensur Lekden saß und wie er mich mit seinen Indoktrinierungen vollstopfte, so wie man eine Wurst stopfen würde. An einem bestimmten Punkt, als ich genug hatte von seinen ständigen Wiederholungen, dachte

Ungewöhnliches passieren kann, wenn es zumindest ein wenig Offenheit gibt.

Auch berichtete ich von einer Zeit, in der Kensur Lekden aus dem Gedächtnis einen Abschnitt über die Leerheit aus Tsongkhas Kommentar zu Candrakīrtis *Madhyamakāvatāra* zitierte. Das hat mich umgehauen. Die Beweisführung hatte eine große Wirkung und ebenso der Lehrer, jemand, dessen Wiederholungen ich nicht ausstehen konnte. Aber anscheinend war ich immer noch offen. Ich habe unglaublich viel von Kensur Lekden gelernt.

Frage: Wie kann man oder wie haben Sie eine Gültige Erkenntnis der Leerheit entwickelt?

Hopkins: Nein, und das ist der wichtige Punkt dabei. Eine Gültige Erkenntnis auf der schlussfolgernden Ebene ist so kraftvoll, dass alle gegenteiligen Konzepte völlig beseitigt sind, solange dieses Bewusstsein anhält.

Frage: Es handelt sich bei dieser umwälzenden Erfahrung nicht um eine direkte Wahrnehmung?

Hopkins: Nein, es ist keine direkte Wahrnehmung, aber wenn jemand von uns es erlebte, würde er denken, es sei eine direkte Wahrnehmung. Seine Heiligkeit beschreibt in *How to see yourself as you really are* [Dalai Lama/Jeffrey Hopkins. *Das Leben tiefer verstehen. Erkenne dich selbst und lebe gelassener*, Herder Verlag 2007] seine Erfahrungen im Zusammenhang



mit der Meditation über die Leerheit: Danach war es für ihn wie ein Blitz, der sich in seiner Brust bewegte, was für ein paar Tage sehr schmerzhaft war.

John Avedon, der an der spirituellen Biographie des Dalai Lama schreibt, hat mir kürzlich erzählt, Seine Heiligkeit habe auch erwähnt, dass der Raum selbst verschwunden war. Der Dalai Lama hat viele Diskussionen mit großen tibetischen Gelehrten und Praktizierenden geführt um herauszufinden, auf welcher Ebene sich seine Erfahrung abgespielt hat. Letztendlich hat Seine Heiligkeit entschieden, dass seine Erfahrung die einer Korrekten Vermutung war.

Frage: Wirklich? Nur eine Korrekte Vermutung?

Hopkins: Und das ist genau mein Punkt. Wenn die Korrekte Vermutung so eine kraftvolle Erfahrung ist, kann man nur mutmaßen, wie es im Falle einer schlussfolgernden Einsicht ist. Es handelt sich nicht um irgendeine Korrekte Vermutung, wie Sie vielleicht von Purbutschok wissen, der fünf verschiedene Arten beschreibt. Die Korrekte Vermutung deckt ein großes Gebiet ab. Dieses reicht vom Zweifel, der zum Richtigen tendiert, bis zu einem Bewusstsein kurz vor der Gültigen Erkenntnis.

Frage: Die Erfahrung Seiner Heiligkeit, die Sie gerade erwähnt haben, während derer er einen Blitz in seiner Brust gespürt hat, war also diese höhere Korrekte Vermutung?

Hopkins: Das hat er gesagt und hinzugefügt, dass der Eindruck dieser Erfahrung seit dieser Zeit stets in ihm geblieben ist.

Frage: Wie entwickelt man eine Korrekte Vermutung?

Hopkins: Seine Heiligkeit machte diese Erfahrung auf der Basis einer Textpassage von Tsongkhapa und, wie ich annehme, weiteren ausgiebigen Studien und Argumentationen zur Leerheit. Die Textpassage diente zum Zeitpunkt seiner Einsicht als Fokus für sein Verstehen. Für Seine Heiligkeit ist der bewegende Teil dieser Textpassage das Ende, wo Tsongkhapa schlussfolgert, dass die

Kleine Auswahl seiner Bücher:



- ✿ Jeffrey Hopkins. A Truthful Heart. Buddhist Practices for Connecting with Others, Snow Lion Publications 2008
- ✿ Dalai Lama/ Jeffrey Hopkins. Das Leben tiefer verstehen. Erkenne dich selbst und lebe gelassener. Herder Verlag 2007
- ✿ Jeffrey Hopkins. Nagarjunas Juwelenkette. Buddhistische Lebensführung und der Weg zur Befreiung. Diederichs Gelbe Reihe 2006
- ✿ Jeffrey Hopkins. Mitgefühl und Liebe. Meditationstechniken und buddhistische Sichtweise. Arkana 2002
- ✿ Jeffrey Hopkins. Meditation on Emptiness, Wisdom Publications 1983, Neuauflage 1996
- ✿ Internetseite seines Multimedia Tibetan Research Archive: <http://haa.chibs.edu.tw/haaweb/webpages/photo.htm>

Phänomene nur abhängig benannt sind. Er zitiert dies in *How you see yourself as you really are* [Das Leben tiefer verstehen, Seite 149 in der deutschen Ausgabe].

„Ich bin immer noch ein großer Dummkopf“

Während der Zeit, als ich viel meditierte, Konzentration übte und über setzte, arbeitete ich am zweiten Kapitel von Nāgārjunas *Grundversen*. Irgendwann waren die Umstände günstig, damit sich eine Wirkung entfalten konnte. Ein Punkt, den ich in diesem Interview jedoch betonen möchte, ist, dass man außergewöhnliche Erfahrungen machen kann und dennoch ein Dummkopf bleibt.

Ich bin einer Reihe von Menschen begegnet, die außergewöhnliche Erfahrungen gemacht haben. Sie haben sich jedoch von diesen Erfahrungen mitreißen lassen, so dass sie überzeugt waren, alles, was sie denken, sei irgendwie spirituell inspiriert. Sie machen aus ihrem Leben ein großes Durcheinander. Ich habe im Leben dieses und jenes gesehen und getan, bin aber immer noch ein großer Dummkopf.

Das soll nicht heißen, dass die Erkenntnisse keine Auswirkung hätten, sondern dass die Veranlagungen für idiotisches Verhalten so ausgeprägt sind. Man kann sie nur mit einem Sinn für Humor betrachten und über sie lachen. Man sollte nicht die Tatsache, dass man die Ergebnisse einer bestimmten Praxis erfährt, als Entschuldigung dafür benutzen, das idiotische Verhalten während der meisten übrigen Zeit zu glorifizieren.

Frage: Lassen Sie uns über die buddhistischen Texte sprechen. Wir haben den Buddha, aber wissen nicht einmal, was er lehrte. Dann gab es Nāgārjuna, der extrem schwer zu deuten ist. Und es gibt die Interpretationen der indischen und tibetischen Meister. Wie kann man sicher sein, welche Ansicht die Richtige ist?

Hopkins: Darüber bin ich nicht sehr besorgt, und das hat mir wahrscheinlich geholfen. Ich tue, was immer vor mir liegt. Seine Heiligkeit sagte einmal: „Tue, was auch immer du tust, und erfahre es richtig!“ Weil dein Lehrer will, dass du etwas anderes tust, denkst du: „Komm' schon, ich möchte aber eigentlich jenes tun,“ und deshalb widmest du deine Zeit nicht dem, was vor dir ist. Als ich ins



Kloster gezogen bin, habe ich Geshe Wangyal von einigen meiner Erfahrungen berichtet. Seine Antwort: „Darüber weiß ich nichts. Aber es gibt diese Mitgeföhl-Übungen, die ich dir schon erklärt habe. Wie wäre es, wenn du diese ausführst?“

Und das tat ich. Irgendwie bin ich in der Lage, das zu tun, was direkt vor mir ist.

„Wie wäre es mit diesen Mitgeföhl-Übungen?“

Frage: Die Dinge entwickeln sich also in einem Prozess?

Hopkins: Die Dinge entwickeln sich, und ein paar – ein paar – Einsichten resultieren daraus.

Frage: Also ist die Leerheit auch ein Gegenstand des Vertrauens und nicht reine Philosophie?

Hopkins: Ja. Betrachten Sie doch einmal die Lehrmeinung, nach der die Natur des Geistes Klares Licht ist. Wenn Sie durch eine Beweisführung davon überzeugt werden müssten, bevor Sie willens wären, sich auf die Suche danach zu begeben, dann könnte es sein, dass Sie nie mit der Suche beginnen würden. Bedenken Sie Zustände, in denen Sie verwirrt oder ärgerlich sind. Man braucht eine Art Vertrauen, eine Bereitschaft, sich dies auf der Erfahrungsebene anzuschauen, ohne es zuvor mit der Vernunft bewiesen zu haben. Dennoch sind die Beweisführungen interessant für mich, sie sind „Stoff zum Nachdenken“, wie Seine Heiligkeit es nennt.

Frage: Aber man sagt doch, dass man zunächst ein Verständnis der Leerheit mit Hilfe von Argumenten braucht, gefolgt von analytischer Meditation und dann eine Meditationserfahrung, oder?

Hopkins: Die Beweisführungen in Nāgārjunas 27 Kapiteln der *Grundver*se könnten den Eindruck erwecken, als trafen sie nicht den Kern. Wir denken vielleicht: Was hat das mit meiner Erfahrung zu tun? Wir sind nicht in der Lage, die Verbindung zu sehen zwischen den Beweisführungen in den Schriften und dem, wie uns die Dinge

erscheinen. Mir sind sehr wenige Menschen begegnet, die diese Verbindung herstellen können.

Es hat lange gedauert, bis ich hinsichtlich der Beweisführungen in den ersten Versen bei Nāgārjuna [über die vier Arten des Entstehens] verstanden habe, dass sich die Analysen der Ursachen auf das Wesen des Dings selbst beziehen. Das ist sehr grundlegend, aber diese Beweisführungen schienen mir zunächst keine Konsequenzen für die Erscheinungsweise des Dings zu haben.

Wenn jedoch das Wesen dieser Lampe so existiert, wie es erscheint, dann müsste es sich entweder selbst reproduzieren, von anderem produziert werden oder beides oder nichts von beidem. Und wenn alle vier Entstehensweisen nicht zutreffen, dann existiert die Lampe nicht in der Art und Weise, wie sie erscheint. Der springende Punkt ist, die Verbindung zwischen diesen vier Möglichkeiten und der Art und Weise zu erkennen, wie das Phänomen erscheint. Was soll ich sagen? Ich habe die Gabe, die Verbindungen zu sehen, und damit zielen diese Beweisführungen für mich auf das Wesen einer Sache selbst.

Frage: Sie denken also, dass es einen Zugang zur Leerheit sowohl über die Beweisführung als auch auf meditativer Basis gibt?

Hopkins: Meditationserfahrung und Beweisführung sollten Hand in Hand gehen. Seine Heiligkeit beschreibt diese außerordentlich kraftvolle Erfahrung, die vor der Gültigen Erkenntnis kommt.

Frage: Wie hat sich Ihr Leben verändert, als sich Ihr Verständnis der Leerheit vertiefte?

Hopkins: (Pause) Kürzlich habe ich

ein Buch für Seine Heiligkeit zusammengestellt mit dem Titel, *How to become enlightened* (Wie man Erleuchtung erlangt). Es beruht auf seinen Unterweisungen aus dem Jahr 2005 über Tsongkhaspas *Mittlere Darlegung des Stufenwegs zur Erleuchtung*. Während ich daran arbeitete, las ich die Große Abhandlung in Englisch, während ich seine Unterweisungen von 2005 in Tibetisch hörte. Dabei haben sich bestimmte Punkte für mich stärker herauskristallisiert, beispielsweise das Leiden des Wandels. Sie mögen denken, dass ich diese Dinge schon vor langer Zeit hätte bearbeiten sollen.

Frage: Wie wirkt sich dies auf Ihr tägliches Leben aus?

Hopkins: John Avedon und ich hatten über mehrere Jahre hinweg eine Diskussion über das Leiden des Wandels. Er sagte: „Nach der Freude kommt der Schmerz und nach dem Schmerz Freude. Warum sollte man dann den Schmerz betonen?“ (lacht)

Aus dem Kommentar Seiner Heiligkeit ging überaus klar hervor: Wenn wir unsere gewöhnlichen Freuden ständig wiederholen, verwandeln sie sich in Schmerz. Wenn es sich jedoch um Dinge handelt, die Schmerz verursachen, etwa wenn ich mir selbst auf den Kopf schlage, wandelt sich dies nicht in Freude. Das illustriert das Leid des Wandels. Diese Erkenntnis hat mich wirklich erreicht. Und wenn ich mich in einer vergnüglichen Situation befinde, ist sie sehr präsent. Dann muss ich diese Einsicht beiseite schieben, um es überhaupt noch genießen zu können. (lacht) ▀

Aus dem Englischen übersetzt von Antje Becker, bearbeitet von Lydia Muellbauer.



Jeffrey Hopkins (68) ist Professor (em.) für tibetisch-buddhistische Studien an der Universität von Virginia, wo er 32 Jahre lang tibetischen Buddhismus und tibetische Sprache lehrte. Von 1979 bis 1989 war er Tibetisch-Dolmetscher S.H. des Dalai Lama. Hopkins schrieb oder übersetzte 39 Bücher, die in 22 Sprachen herausgegeben wurden, und veröffentlichte 23 wissenschaftliche Artikel.