

Aufstieg in himmlische Gefilde

Menschen, die sich in ihrem Leben dem Tun von Gutem zugewendet haben, deren Herz voller Aufrichtigkeit und Güte ist, und die - von tiefem Vertrauen und großer Hingabe erfüllt - sich in ihrem Leben darauf ausgerichtet haben, nach dem Tode in ein reines himmlische Gefilde zu gelangen, werden nicht den Zwischenzustand des Werdens erleben. Bereits im Sterbeprozess richten sie sich auf die reinen himmlischen Gefilde höchster Freude aus (siehe Thema 4 unter Modul ‚Sterben und Tod‘). Wenn sie dann ihren Körper verlassen haben, werden sie sich an ihr Reiseziel erinnern und augenblicklich in einem reinen Gefilde geboren und dort nur noch von Glück zu Glück gehen.

Das gleiche geschieht, wenn man im Leben sein Herz an die erste Stelle gesetzt und sich in der Entwicklung von Liebe und Mitgefühl geübt hat (siehe Themen 6 und 15 unter Modul ‚Öffne dein Herz‘). Und genauso wird es den Menschen ergehen, die immer wieder auf tiefes Loslassen meditiert haben (siehe Thema 14 unter Modul ‚Sterben und Tod‘). Sie alle werden bereits im Sterbeprozess von ihrem früheren Training gestützt und begleitet. Nach ihrem Tode werden sie sich augenblicklich daran erinnern, Freiheit finden und nur noch von Glück zu Glück gehen.

Keine Anhaftung

Als ich Anila Tsewang Tschöden kennenlernte, war sie bereits eine alte Frau, die trotz ihres hohen Alters noch in buddhistische Zentren reiste und dort unterrichtete. Sie hatte ihr Leben lang intensiv praktiziert und war von tiefem Vertrauen in den Weg des Erwachens erfüllt. Im Umgang mit anderen Menschen, war sie sehr einfach, natürlich und warmherzig.

Anila Tsewang starb, als ich mit einer Gruppe von Männern in einem dreijährigen Retreat war. Sie hatte eine tibetische Schülerin, die zur selben Zeit mit einer Gruppe von Frauen das Retreat durchführte. Diese Nonne hing sehr an ihr und litt darunter, dass ihre geliebte Lehrerin genau zu der Zeit im Sterben

lag, als sie in Klausur war und darum nicht bei ihr sein konnte. Nach ihrem Tode hat sie von ihr geträumt und im Traum gesehen, wie sie immer höher und höher in den Himmel stieg und einfach davon schwebte, ohne sich zurück zu wenden. Als sie unserem gemeinsamen Meister Gendün Rinpotsche den Traum erzählte, sagte er, dies sei ein Zeichen, dass Anila Tsewang ohne Anhaftung war und Freiheit gefunden hatte.

Eine Woge des Glücks

D. - ein englischer Mönch, der mit mir gemeinsam im Retreat war - erhob sich nach der gemeinsamen Gruppenpraxis im Kloster. Wie er stand, sagte er plötzlich zu den Nahestehenden: „*Please excuse me.*“ In dem Augenblick ist ihm die Aorta gerissen. Er brach zusammen und fiel ins Koma. Am anderen Morgen starb er im Krankenhaus.

Als mich die Nachricht von seinem plötzlichen Tod erreichte, war ich sehr betroffen. Ich habe darauf regelmäßig für ihn praktiziert. Eines Tages, als ich für ihn betete, erfasste mich eine Woge großer Freude, eine Woge reinen Glücks, so klar fühlbar, so deutlich und so leicht, dass ich mir ganz sicher war, dass er das Ziel seiner Praxis, das reine Gefilde höchster Freude, erreicht hatte. Ich habe D. währenddessen nicht gesehen, aber deutlich seine Anwesenheit gespürt und gefühlt, dass dies sein letzter Gruß an mich war, und er mir mitteilen wollte, dass es ihm jetzt sehr gut geht.