



# AUFSTIEG ZUM GIPFEL die Herzensöffnung

MARION CHAYGNE-DUPUYS, INGRID DAAR

Marion Chayne-Dupuy lebt seit 20 Jahren in Tibet und erklettert die Hänge des Himalaya. Sie ist Schülerin des tibetischen Meisters **Bokar Rinpoche** und erzählt hier von ihrem abenteuerlichen, ungewöhnlichen Leben. Dreimal erstieg sie den höchsten Gipfel der Welt, setzt sich ein für den Umweltschutz im Himalaya-Gebirge und unterstützt soziale Projekte in Tibet. Letzten Herbst ist von ihr das Buch „Respire, tu es vivante“ (s. Buchvorstellung am Ende des Artikels) erschienen, in dem sie unter anderen über ihr Engagement gegen die extreme Vermüllung der Everest-Region berichtet und die Initiativen<sup>1</sup>, die die Umwelt-Aktivistin dazu ins Leben gerufen hat.

Das Interview führte Philippe Judenne, Journalist und Chefredakteur bei der französischen, vierteljährlich erscheinenden Zeitschrift „Sagesses Bouddhistes“<sup>2</sup>. Er praktiziert den tibetischen Buddhismus in der Karma Kagyü-Tradition und sieht es als seinen Weg, die Lehren des Vajrayana mit seinem Leben als Familienvater in Einklang zu bringen.

*Mit 16 Jahren begegneten Sie in Indien dem Arzt Jack Preger<sup>3</sup>, der in Kalkutta eine Straßenklinik für die Ärmsten aufgebaut*

1 <http://highland-initiatives.com/clean-everest/>

2 <https://www.sagesses-bouddhistes-magazine.com/>

3 <https://calcuttarescue.ch/ueber-uns/drjack/>

*hat. Dort blieben Sie den Sommer über zum Helfen und kehrten 1998 im Alter von 18 Jahren für sechs Monate zurück. Von Jack Preger sagen Sie, dass er für Sie ein Vorbild ist. In welchem Sinn? Und haben Sie heute noch Kontakt zu ihm?*

MARION CHAYGNE-DUPUY: Ich stehe immer noch in Verbindung mit Jack Preger, der inzwischen 90 Jahre alt ist und seit Anfang 2019 wieder in Großbritannien lebt. Ich habe ihm gerade Geld für seine Krankenhäuser in den Slums von Kalkutta geschickt. Mich begeistert an ihm, dass er ganz einfach und bescheiden ist und große Freude daran hat, anderen zu helfen. Er gibt seine Kraft voll und ganz dort, wo sie gebraucht wird, stellt sein Leben in den Dienst der Menschen. Er arbeitete als Landwirt in Großbritannien und hatte 1964 im Alter von 35 eine mystische Erfahrung, in der er sich von Gott gerufen und aufgefordert fühlte, Arzt zu werden. Er folgte diesem Ruf, studierte Medizin, gab alles auf und ging nach Kalkutta. Dort arbeitete er unermüdlich für die Ärmsten, wurde zum Vater der Straßenmedizin und heute betreibt die von ihm ins Leben gerufene Stiftung *Calcutta Rescue* unter anderem vier Kliniken in der Stadt. Für mich ist er ein großes Vorbild dafür, wie man einem Ruf folgt und sein Leben in den Dienst des Nächsten stellt.

*Mit 19 gingen Sie zu dem tibetischen Meister Bokar Rinpoche, bei dem Sie mehrere Jahre blieben. Welche Erinnerung haben Sie an ihn?*



MARION CHAYGNE-DUPUY: Der spirituellen Sucherin, die ich damals war, kam Bokar Rinpoche unerschütterlich stabil vor. Eine Präsenz umgab ihn, die mich unglaublich erdete. Ich war auf einer inneren Suche und er wies mir den Weg. Ich erkannte damals, wie egozentrisch mein Geist war und wie viel Stolz in mir steckte (*die gute Schülerin, die gute Praktizierende, usw.*), der mich dazu verleitete, überall Masken zu tragen. Manchmal war das Leben mit Rinpoche schwierig und dann wieder erlebte ich Momente großer Offenheit.

Über der Tür seines Zimmers im Kloster von Mirik hing ein traditioneller Spruch: „Mögen alle Wesen frei sein.“ Für mich ist das eine ganz konkrete Ansage: Ich muss bei meinen Gewohnheiten ansetzen, wenn ich aus meinem Gefängnis freikommen will. Bokar Rinpoche spiegelte mir gnadenlos zurück, wenn ich mir mal wieder eine neue Identität zusammenkonstruiert hatte, die ich stolz zur Schau trug. Durch seine liebevolle und fürsorgliche Ausstrahlung, war ich in der Lage, sie mir anzusehen. Schließlich fand ich in mir selbst Zugang zu Liebe und Fürsorge.

*2017 wurden Sie Hochgebirgsführerin. Sie unterstützen mehrere soziale Bildungsprojekte für die Bevölkerung. In Ihrem Buch schreiben Sie: „Der uneigennützigste Dienst am Nächsten ist in sich eine eigenständige Praxis. Es hängt von unserer Motivation ab, ob unsere Taten voll spiritueller Kraft sind oder eben nicht. Deshalb überprüfe ich jeden Tag, warum ich etwas tue.“ Ist die Hinterfragung der Motivation für Sie der entscheidende Unterschied zwischen einer Tat mit und einer ohne spirituelle Dimension?*

MARION CHAYGNE-DUPUY: Das ist für mich die Essenz des spirituellen Wegs: jede Erfahrung zu nutzen und zu hinterfragen, welche Triebkraft hinter meiner Handlung steht. Genau hinzuschauen, welche Motivation mich treibt. Ist eine neue Maske, eine neue Rolle meiner selbst kreierte Identität die treibende Kraft? Oder wurzelt mein Handeln in einem weiteren, viel ruhigeren, viel liebevolleren Bereich, wo es keine Trennung mehr gibt zwischen dem Ich und dem Du? Nicht falsch verstehen: das ist kein fanatischer Altruismus. Man will nicht fanatisch anderen helfen. Man merkt einfach nur, dass es einem selbst gut tut, wenn man anderen Gutes tut und dass es den anderen gut tut, wenn ich mir Gutes tue. Auf natürliche Weise sind wir alle durch Mitgefühl miteinander verbunden.

*Sie verwenden den Ausdruck „fanatischer Altruismus“. Was verstehen Sie darunter?*

MARION CHAYGNE-DUPUY: Man kann sich jedes Glaubenssystem, jede ethische Lebensregel, wie schön sie auch sein mag, so zurechtlegen, dass sie uns ein neues Image geben. Diese Rolle blasen wir dann vielleicht noch unnötig auf. Aus unserer Begeisterung heraus konstruieren wir ein eigenes Prädikatssiegel altruistischer Färbung. Dadurch werden wir weggezogen vom „natürlichen“ Altruismus. Aber das geschieht fast zwangsläufig irgendwann. Deshalb müssen wir uns davor in Acht nehmen.

Unser Weg besteht darin, darauf ein Auge zu haben, was uns aus dem Naturzustand des Geistes herausbringt, der von sich aus ruhig, perfekt klar, hellichtig und friedlich ist. Wir benutzen alles, was der Geist fabriziert, als Hinweis auf die dahinter liegende, verborgene Seite – wo es keine Konstruktionen gibt. Mit seinen Konstruktionen kann man in Beziehung treten und Freundschaft mit ihnen schließen, was sinnvoll ist, denn sie tauchen unvermeidlich auf. Das Schöne daran ist, dass wir durch sie hindurch auf die „andere Seite“ gelangen. Eine enorme Entspannung setzte in mir an dem Tag ein, wo ich aufhörte, mir eine spirituelle Praxis zu konstruieren. Dabei half mir sehr, in Tibet zu sein. Denn dort verkörpern seit Generationen Meditierende diese Einfachheit des natürlichen Zustandes. Dieses Beispiel gab mir genug Vertrauen, dieses einfache „das“ zu akzeptieren: der Anblick einer Herde Yaks zwischen Himmel und Erde, in einem lichtvollen Raum von unglaublicher Weite, und dann die Einsicht, dass der Geist genau diese Eigenschaften hat.

*Sie haben eine Entmüllungsaktion in hoher Höhe durchgeführt. Wie lief die Operation Clean Everest ab?*

MARION CHAYGNE-DUPUY: Seit vor 30 Jahren die ersten kommerziellen Expeditionen starteten, werden der Everest und andere Achttausender jedes Jahr vom Müll tausender Bergsteiger verreckt. Müllentsorgung ist ein schwieriges Unterfangen, besonders in den tibetischen Regionen Chinas, denn es gab und gibt keine geeignete Infrastruktur.



*Clean Everest* ist eine jährlich stattfindende Säuberungsaktion am Nordosthang des Everest, an der sich 50 tibetische Bergführer, 100 freiwillige chinesische und ausländische Bergsteiger beteiligen zusammen mit 50 Yaks zum Abtransport der Abfälle. Riesige Mengen Abfall sammeln sich auf den Wegen bis hoch zu den Gipfeln in der dünnen Luft: zurückgelassene Zelte, leere Sauerstoffflaschen, Reste vom Kochen, Exkrememente usw.. Die Hauptschwierigkeit ist der Transport von Abfallsäcken aus den oberen Camps in das Basislager mithilfe von Yaks. Die Yak-Besitzer verlangen sehr hohe Preise für Expeditionsteilnehmer und gingen sorglos mit dem Thema um. Das System des „cash for trash“, bei dem sie für jedes Kilo Abfall, das sie transportieren, bezahlt werden, verschafft ihnen Anerkennung und allmählich entwickelt sich ein Gefühl für Verantwortung.

In Kooperation mit der Ausbildungsstätte für Bergführer wurde 2013 nach der ersten 100-prozentig tibetischen Expedition die Charta *Clean Mountain* verfasst. Sie umfasst vier Punkte, darunter Wasserschutz, Müllvermeidung, den Erhalt von Fauna und Flora und Erziehung zum Umweltschutz. Wir schafften fünf Tonnen Abfälle vom Berg und nun führen die lokalen Behörden diese Aktion einmal pro Jahr durch. Zehn Tonnen Abfälle wurden innerhalb von vier Jahren abtransportiert.

Mein Ziel in Tibet ist nicht, Berge zu besteigen oder Müll einzusammeln, ich will tibetische Projektträger bei ihren eigenen Projekten zur Regenerierung von Ökosystemen und im Naturschutz unterstützen. Ich helfe bei der Koordinierung, beim Erhalt finanzieller Mittel, gebe moralische Unterstützung. Deshalb habe ich *Global Nomad*<sup>4</sup> gegründet, eine Unterstützungsplattform für tibetische Unternehmer, die sozial aktiv sind. Das Projekt *Clean Everest* passt da perfekt hinein. Es wird mit zwei Organisationen durchgeführt: einem Privatunternehmen – das sehr lukrativ arbeitet – und das Expeditionen von chinesischer Seite aus organisiert und der Bergschule in Lhasa. Mir eröffnet sich dabei die Möglichkeit, die zukünftigen Bergführer und Verantwortlichen für Best-Practices im Umweltschutz zu sensibilisieren. Ich glaube an die Kraft von Projekten, bei denen so-

ziale Fragen und wirtschaftliche Hand in Hand gehen. Das Jahr 2017 war ein exzellentes Timing für *Clean Everest*, weil die Regierung Interesse an dem Projekt hatte. Das Abenteuer dauerte sechs Jahre und aktuell hat sich der Ablauf gut eingeschliffen.

*Im Mai 2017 starteten Sie als erste Frau Ihre dritte Besteigung des Mount Everest. Im letzten Abschnitt des schnellen Aufstiegs, einer Passage über Leitern, wurden Sie von einer Gruppe indischer Bergsteigerinnen aufgehalten, die langsamer waren und erschöpft. Sie standen vor einer schwierigen Wahl. Unter den Bergsteigerinnen erkannten Sie eine Frau wieder und schalteten um vom Wettbewerbsmodus in den Kooperationsmodus. Was war da passiert?*

MARION CHAYGNE-DUPUY: Ich musste unter hoher Anspannung eine Entscheidung treffen. Kälte und Sauerstoffmangel sind echte Bedrohungen und können einen zum Umkehren zwingen. Ich hätte die indischen Bergsteigerinnen überholen können, weil ich schneller war, aber das hätte deren Chancen, den Gipfel zu erreichen, geschmälert. Falls ich zu lange gezögert hätte, hätte mir die Kälte zugesetzt und meine Sauerstoffreserve wäre zur Neige gegangen.

In dem Augenblick unten auf der Leiter erkannte ich eine der Bergsteigerinnen wieder und mir kam in den Sinn, was sie mir vorher über sich erzählt hatte: sie hatte mir ihr Leben auf dem Land beschrieben, wo es ihr gelungen war, sich zusammen mit einer Gruppe von Frauen auszubilden und zu trainieren, um sich ihren Traum vom Everest zu erfüllen. Anschließend wollte sie mit ihrer Erfahrung zurückkehren und davon berichten, damit auch andere Frauen den Mut fänden, ihre Träume zu erfüllen. In diesem Augenblick war ihre Suche nach Glück vollkommen meine. Als sich diese Gemeinsamkeit zwischen uns ereignete, fand in mir eine körperlich spürbare Veränderung statt. Ich wandte mich ihr in meinem Geist zu und mein ganzer Körper entspannte sich. Meine Atmung ging leichter, ich war nicht mehr vernebelt von meiner Furcht vor Sauerstoffmangel, ich spürte eine warme Zone, die vom Zentrum meiner Brust ausging. Es war unbeschreiblich, komplett

4 <http://www.globalnomad-tibet.com/>



anders als eine geistige Fabrikation, ein Gefühl von Ruhe, von Sanftheit breitete sich in mir aus und durchströmte meinen Körper. Auf meinen Lippen lag ein übergelückliches Lächeln – auch wenn das unter meiner Sauerstoffmaske niemand sehen konnte. Ich hatte nur noch einen Wunsch: mit ihr hoch zu steigen und mir die Zeit zu nehmen, diesen Aufstieg zu genießen. Es war mein dritter Aufstieg, den wollte ich mit viel mehr Ruhe und Gelassenheit angehen.

So brauchten wir länger, das stimmt. Aber wir erreichten den Gipfel bei Tagesanbruch, im ersten Licht der Sonne, die uns wärmte.

Und die menschliche Wärme oben auf dem Gipfel überwältigte mich.

In diesem Augenblick wurde mir auf extreme Weise etwas klar – etwas, das ich täglich in winzigen Dingen erlebe, nämlich, dass ich unablässig nach Glück strebe und dass ich Leiden und unguete Gefühle vermeide: Mein Aufstieg, der Gipfel, die Kälte, der Sauerstoffmangel. Und dass in mir eine Umkehr stattfindet, wenn ich mich vollständig mit dem verbinde, was der andere in diesem Augenblick aufgrund seiner Lebensgeschichte erlebt. Und so achte ich im Alltag auf den Augenblick, wo sich mein Herz verschließt, – und es schließt sich oft – und dann sehe ich, dass eine Umkehr, also das Herz wieder zu öffnen, immer möglich ist. Aber das muss man üben. Ist man präsent, dann ist man offener für den Anderen und liebevoller. Und das macht in dieser Welt einen gewaltigen Unterschied.

*Warum pflanzten Sie die Fahne des Karmapa oben auf den Gipfel des Everest?*

MARION CHAYGNE-DUPUY: Auf der Fahne ist ein Bild des Guru Rinpoche zu sehen, daneben steht ein Gebet, das der Karmapa speziell zum Schutz der Erde geschrieben hat. In sei-

nen Lehrreden spricht er oft über Respekt und den Schutz der Natur als spirituelle Praxis. Die Fahne dort oben zu pflanzen bedeutet symbolisch, dass ich die Werte des buddhistischen Umweltbewusstseins des Karmapas ins Zentrum des Bergsteigerbusiness bringe. Auf den stark verschmutzten Gipfeln und Hängen des Himalaya herrscht eine enorme Rivalität. Dort tummeln sich Bergsteiger, die sich mit Ellbogenmentalität gegenseitig überholen, um als erste auf den Gipfel zu kommen. Dieses Gebet auf den höchsten Punkt der Erde zu pflanzen verleiht meinem Aufstieg Sinn.

Artikel im französischen Original erschienen in „Sagesses bouddhistes-Le Mag“, Hiver 2020/2021, „Ensemble“, de UBF - Union bouddhiste de France

Buch von Marion Chaygne-Dupuy: *Respire, tu es vivante - De Lhasa à l'Everest, une aventure écologique*

Zur Autorin: In jungen Jahren, wenn andere an ihre Ausbildung denken, zog es Marion Chaygne-Dupuy nach Tibet zu Meister Bokar Rinpoche. Nach vier intensiven Studienjahren verließ sie sein Kloster, ging nach Lhasa und ließ sich schließlich zur Hochgebirgsführerin ausbilden. Das Land verwandelte sie und sie suchte nach einer Möglichkeit, ihre spirituelle Reife, die sich in einer allmählichen Herzöffnung und einer tiefen Verbundenheit mit den tibetischen Nomaden und ihren Bestrebungen, die Himalaya-Region zu schützen, zeigt, in praktische Handlung umzusetzen. So entstanden die Aktion „Clean Everest“ und die Plattform „Global Nomad“. Mit ihrer Buchveröffentlichung im letzten Herbst wendet sie sich, nun wieder zurück in Europa, einem westlichen Publikum zu, um über ihr Leben und ihre Herzensprojekte zu berichten. Vielen Dank an Ingrid Daar für die Übersetzung aus dem Französischen und auch an das Team von „Sagesses Bouddhistes“ für die freundliche Zusammenarbeit.