



Milarepa ist einer der bekanntesten Mystiker der Kagyü-Tradition.

## Die vier buddhistischen Traditionen Tibets

### Teil 2: Die Kagyü-Schule

Die Serie über die buddhistischen Traditionen Tibets soll dem besseren Verständnis anderer Übungswege dienen und die Harmonie unter den Traditionen fördern. Teil 2 beschäftigt sich mit der Kagyü-Tradition.

von Alexander Schiller

Seit nunmehr fast tausend Jahren zählt die Kagyü-Tradition zu den bestimmenden religiösen Kräften des tibetischen Kulturraums. Mönchsgelehrte, Mystiker und heimatlos umherwandernde Yogins aus dieser Schule waren im ganzen Land bekannt. Hört ein Tibeter den Namen des heiligen Eremiten Milarepa, rezitiert er sogleich einige Strophen seiner spirituellen Lieder.

So mannigfaltig sich die religiöse, kulturelle, soziale und politische Landschaft in Tibet während des vergangenen Jahrtausends wandelte, immer waren Anhänger dieser Tradition an den maßgebenden Entwicklungen beteiligt. Ihre religiöse Ausrichtung entsprang der mystischen Bewegung des buddhistischen Indiens; allerdings übernahmen die

Religiösen nicht bloß hier vorgefundene Inhalte und Rituale, sondern gaben diesen eine neue Gestalt. Sie stützten sich dabei auf ihre eigenen kulturellen Wurzeln und ihren individuellen Erfahrungs- und Schöpfungsreichtum.

### Lehre und Meditationspraxis

Die Kagyüpas sind wie alle buddhistischen Traditionen Tibets Anhänger des Mahāyāna und beschreiten den „Pfad der Vollkommenheiten“ und den „Pfad der Mantras“. Über eine Stufenfolge von sechs tugendhaften Vervollkommnungen sammelt der Übende über lange Zeiträume religiöses Verdienst und Weisheit an. Schneller, idealerweise bereits wäh-

rend einer Lebensspanne, kann er das Heilsziel auf dem Pfad der Mantras bzw. der Höchsten Yogatantras erreichen: Auf der Erzeugungstufe visualisiert sich der Praktizierende als erleuchtete Gottheit, auf der Vollendungsstufe gelangt er unter Einbeziehung komplexer physio-psychischer Meditationstechniken zur Weisheitsschau.

Auch die zwei besonders tiefen Pfade der Kagyü-Tradition wie die „Sechs Lehren von Nāropa“ und die Mahāmudrā-Praxis, werden unter die Höchsten Yogatantras eingereiht; in ihnen leben die Lehren der mystischen Ritualzyklen und der Doha-Lieder indischer Mahāsiddhas fort. Als wichtigste Meditationsgottheit der Kagyü-Tradition steht Cakrasaṃvara, der eng mit der Lebensgeschichte



Der Berg Kailash ist ein bedeutender Pilgerort. Milarepa soll in einem Tal an seiner Ostseite elf Jahre gelebt haben.

Tilopas verknüpft ist, im Zentrum vieler Meditationstraditionen.

Nahezu jeder Schulzweig dieses Ordens stützt sich zudem auf eine eigene „Haustradition“. Darin finden wir oft direkte Meditationsunterweisungen wieder, die der Ordenshierarchie von seinem Guru zur persönlichen Vervollkommnung erhalten hatte. Später drangen diese Unterweisungen ins Zentrum der Praxis für die gesamte Ordensgemeinde vor.

Die Anhänger der Kagyü-Tradition kennzeichnet eine starke Betonung der praktischen Ausrichtung ihrer Religiosität. Im Gegensatz zum scholastischen Studium heben sie, historisch bedingt, Meditation und Ritual in den Mittelpunkt ihrer Praxis. Dabei erlangt der verwirklichte Lehrmeister, der Guru, eine herausragende Stellung. Der Schüler bedarf seiner Führung, ohne seine direkte Leitung kann er in seiner Praxis keine Fortschritte erzielen.

Die Mönche widmen sich darüber hinaus gezielt dem Studium der buddhistischen Wissenschaftszweige. Viele Schriftgelehrte dieser Tradition verfassten Darstellungen und Kommentare zur buddhistischen Dogmatik – angefangen bei den Gründern der ersten Ordensgemeinschaften wie Gampopa, Phagmodrupa, dem Ersten Karmapa u.a., die allesamt ihre scholastische Ausbildung in der Kadam-Tradition erhalten hatten.

## Wesentliche Praktiken

Die Yoga-Praxis des Großen Siegels (Skt. mahāmudrā) wird in allen Kagyü-Traditionen als „König der Versenkungen“ geübt. In der Prägung dieser Schule wird der Mahāmudrā-Pfad auf die mystischen Ritualzyklen und insbesondere die Doha-Gesänge Sarasahas, Maitripadas, Tilopas, Nāropas und anderer Mahāsiddhas zurückgeführt. Das Große Siegel symbolisiert die allen Gegebenheiten innewohnende höchste Wirklichkeit.

Ursprünglich wurde die Mahāmudrā-Praxis als eine hohe Form der Yogaübung auf der Vollendungsstufe des Mantra-Pfades geübt. Gampopa isolierte die Yoga-Praxis aus diesem Kontext und führte seine Mönchschüler auf den „Pfad der direkten Erkenntnis“. Der Lehrmeister vermag sogar einem minderbegabten Schüler die wirkliche Natur des Geistes direkt aufzuzeigen. Während der Kernübung belässt der Übende den eigenen Geist in seinem natürlichen, ursprünglichen Zustand. Dem Praktizierenden offenbart sich daraufhin die wirkliche Natur des Geistes, das ist der ununterbrochene Dharmakāya.

Der Erkenntnisvorgang wird durch das Gleichnis vom Schmutzwasser veranschaulicht: Ebenso wie sich im Schmutzwasser, wenn es nicht mehr aufgewühlt wird, die Verunreinigungen

gen langsam am Boden absetzen und das Wasser allmählich seine natürlich klare Qualität wiedergewinnt, wird der durch täuschende Vorstellungen verunreinigte Geist, wenn er unverändert in seinem natürlichen Zustand belassen wird, zunehmend klarer und erlangt schließlich seinen ursprünglich reinen Zustand.

Der Übende durchläuft dabei vier Yoga-Stufen: Er erfährt die natürliche Klarheit des eigenen Geistes; er erkennt, dass die erscheinende Vielfalt der Daseinsfaktoren eine magische Täuschung seines eigenen Geistes ist; er versteht, dass die geistig geschaffene Mannigfaltigkeit in Wirklichkeit einen Geschmack besitzt; schließlich erkennt er, dass sämtliche Erscheinungen und der unveränderte Geist sich nicht von dem wirklichen Wesen der Gegebenheiten unterscheiden, und diese höchste Erkenntnis vermag er auch in einem meditationsfreien Zustand kontinuierlich zu bewahren.

Eine weitere Kernpraxis der Kagyü-Tradition findet sich in den „Sechs Yogas von Nāropa“. Dabei handelt es sich um eine praktische Anleitung, um über physische Yogatechniken und mystische Meditationsübungen zur Weisheitsschau zu gelangen. Die sechs Kernlehren (tib. Nāro Chödrug) wie Inneres Feuer (tib. Tumo), Trugkörper, Traumzustand, Klares Licht, Zwischenzustand und Bewusstseinsübertragung sind in ein komplexes



**Die Kagyüs sehen den großen indischen Meister Tilopa als Begründer ihrer Tradition.**



**Tilopa übertrug seinem Schüler Nāropa die Lehren. Dieser führte sie zum System der „Sechs Yogas von Nāropa“ zusammen, eine Kernpraxis in der Kagyü-Tradition.**

System vorbereitender und ergänzender Meditationen eingebunden. Sie werden auf der Basis einer Initiation geübt und gehören zur Standardpraxis der traditionellen Drei-Jahres-Klausur.

## Der indische Ursprung der Übungen

Die traditionelle Geschichtsschreibung führt den religiösen Ursprung der Kagyü-Schule auf eine Gruppe spezifischer Lehren und Yogatechniken zurück, die buddhistische Mystiker zwischen dem 7. und 11. Jahrhundert in Indien verbreiteten. Die Lehren wurden in vier ununterbrochenen Traditionsreihen mündlich von Lehrer auf Schüler übertragen: den „Vier Unterweisungsströmen“.

Jede dieser vier Überlieferungslinien war mit einem Ritualzyklus aus den Höchsten Yogatantras – dem Hevajra-, Guhyasamaja-, Mahāmāyā, und Cakrasaṃvaratantra – verbunden. Die frühesten Schriftquellen geben die vier Unterweisungen in dieser Reihenfolge wieder: die Lehre des Inneren Feuers, des Trugkörpers, des Traumzustands und des Klaren Lichts.

Die einzelnen Überlieferungslinien begannen entsprechend den nach Tibet eingeführten „Neuen Tantras“ der späteren Übersetzungstraditionen mit Vajradhara, fortgesetzt über eine Kette bedeutender indischer Yogins. Diese Überlieferungsträger zählen großteils zu den „Vier-und-achtzig Mahāsiddhas“, einer Gruppe indischer Verwirklichter, die in allen religiösen Traditionen Tibets hohes Ansehen genossen.

Es war jedoch der bengalische Mahāsiddha Tilopa (988–1069), der diese vier Lehrtraditionen in einen

Strom lenkte: dies war der Beginn der Kagyü-Linie. Er schuf aus den Vier Lehren eine kohärente Praxisform und nahm damit den Platz des geistigen Urvaters dieser Tradition ein. Tilopa übertrug diese Vier Lehren auf den kaschmirischen Gelehrten und Mystiker Nāropa (1016–1100). Dieser modifizierte und ergänzte die Lehren seines Meisters und formte sein eigenes Yogasystem: die Sechs Lehren von Nāropa.

Dieser Lehrkorpus besteht bis zum heutigen Tag fort und bildet geradezu das „Markenzeichen“ der Kagyü-

## Kagyü - die mündliche Überlieferung

Eine wörtliche Übertragung des Traditionsnamens Kagyü (Tib. bka' brgyud) lautet „mündliche Überlieferung“. In einer ununterbrochenen Kette verwirklichter Meister wurden die Lehren dieser Traditionslinie unmittelbar von Lehrer zu Schüler weitergegeben. Abweichend von dieser wohl ursprünglichen Lesung des Namens zirkulierte in der späteren Drugpa-Tradition auch die Variante Kargyü (Tib. dkar brgyud), also „weiße Überlieferung“. Dieses war auf das Brauchtum einiger Yogins bezogen, weiße Gewänder zu tragen; die beiden berühmtesten Weißgekleideten waren Milarepa und Lingrepa.

Tradition. Die Vier Yogas von Tilopa wurden dabei um die Lehre des Zwischenzustands und der Bewusstseinsübertragung ergänzt. Spätere Darstellungen beziehen auch weitere Lehren in dieses Yogasystem ein wie die Praxis des „Großen Siegels“.

Der Lotsawa Marpa (1012–1097) aus dem südtibetischen Lodrak wurde in seiner Jugend zum Übersetzer ausgebildet. Später reiste er nach Indien und Nepal, wo ihn indische Mystiker in die buddhistischen Ritualzyklen einführten. Auch Nāropa übertrug ihm seine Lehren; Marpa war damit der erste Tibeter dieser Traditionreihe. Von seinem Palast in Südtibet verbreitete er die Lehren Nāropas und gilt seither als der Gründer der Kagyü-Tradition.

Marpa gab die Lehren an den Ehrwürdigen Milarepa (1040–1123) weiter. Durch seine bewegende Lebensgeschichte und insbesondere seine Liedsammlung der Hunderttausend

ließ er sich zum Mönch weihen und durchlief im Kadam-Orden eine scholastische Ausbildung. Später reiste er nach Westtibet und wurde dort von seinem Guru Milarepa in die Lehren der Kagyü-Überlieferung eingeweiht.

In seinem Kloster Tagla Gampo gründete er den ersten Mönchsorden

„kurze [bzw. direkte] Überlieferung“ zugeschrieben. Demnach offenbarte Vajradhara ihm seine Lehren auch unmittelbar. So wurde die Übertragung auf eine kurze Traditionskette begrenzt, die fortan den Stamm der „mündlichen Überlieferung“ bildete: Vajradhara und die ersten fünf



Die Ruinen des Klosters Talung, nördlich von Lhasa, einem wichtigen Kagyü-Kloster des alten Tibet. Zur Blütezeit lebten dort rund 7000 Mönche.

*„Wenn ich, der Yogin, darauf hinabschaue, auf meinem weithin sichtbaren herrlichen Felsen, betrachte ich die vergänglichen Erscheinungen als ein Gleichnis. Die sinnlichen Genüsse sehe ich als Spiegelbild im Wasser an. Dieses Leben halte ich für die Täuschung eines Traumes. Gegen die Unverständigen hege ich Mitleid. Den leeren Raum nehme ich zur Speise, ungestörter Kontemplation weihe ich mich. Wie alle Bilder, die in unserem Geist aufsteigen, ach, nach dem Gesetz des Kreislaufs der drei Welten nicht vorhanden sind so auch nicht die herrlichen Erscheinungen der Welt.“*

Milarepa, aus: *Milaraspa in Rag ma* nach B. Laufer, Darmstadt 1922

Gesänge, eine inspirierende dichterische Wiedergabe des Lehrstoffs der frühen Tradition, wurde Milarepa im gesamten Land bekannt und zählt bis heute zu den berühmtesten Yogins in Tibet.

Im Zuge der weiteren Überlieferung wurden Nāropas Lehren auch in Systemen von zwei, drei, vier, sechs und zehn Lehrsätzen übermittelt; die bekannteste Überlieferung blieb jedoch Nāropas Einteilung.

Der Arzt Gampopa (1079–1153) erhielt als Jugendlicher eine traditionelle medizinische Ausbildung. Nach einem persönlichen Schicksalsschlag

der Tradition und gab damit den entscheidenden Impuls zur weiteren Entwicklung: Die Lehren wurden fortan in monastischen Einrichtungen im geregelten Lehrbetrieb unterrichtet, nahegelegene Meditationsklausen dienten als Stätten der praktischen Übung. Gampopa verband die Mahāmudrā-Lehre der Kagyü-Überlieferung mit der Lehre der Vollkommenheiten aus der Kadam-Tradition und gilt seither als innovativer Reform der Tradition.

Neben der „langen Überlieferung“ in den vier Traditionslinien indischer Mahāsiddhas wird Tilopa auch eine

Lehrmeister Tilopa, Nāropa, Marpa, Milarepa und Gampopa.

### Die Herausbildung eigenständiger Schulzweige

Die Gründung des Ordenswesens hatte nachhaltige Wirkung auf die räumliche Entfaltung der Schule. Als Gampopa starb, verließen einzelne charismatische Schüler den Klostersitz und errichteten eigenständige Ordensgemeinden. In der folgenden Generation gab es dementsprechend

## Ordenshierarchen

Das Amt des Thronfolgers wird in den drei dominierenden Kagyü-Schulzweigen in Reinkarnationsfolge vererbt. In der Drikung-Tradition bekleiden der 7. Chetsang Rinpoche (geb. 1946) und der 8. Chungtsang Rinpoche (geb. 1942) die höchsten Ämter. Die Drukpa-Schule leitet der 12. Gyalwang Drugpa (geb. 1963). Der Streit um die Thronfolge der 16. Reinkarnation des Karmapa führte zur Spaltung der Karma-Kagyü-Tradition: Beiden Fraktionen steht nun jeweils ein eigener Hierarch vor: der 17. Gyalwang Karmapa Ugyen Trinle Dorje (geb. 1985) und der 17. Gyalwang Karmapa Trinle Thaye Dorje (geb. 1983).

eine zweite Gründungswelle. So waren bis zum Ende des 12. Jahrhunderts die Stammklöster der einflussreichsten frühen Zweigtraditionen in Zentraltibet errichtet, dazu zählten die Karmapas, die Phagmodrupas, die Tsälpa-Schule von Lama Zhang, die Drigungpas, die Taglung-Tradition und die Drugpas. Mehrere bedeutende Ordensgründer kamen aus Osttibet, so wurden auch dort Dependancen eingerichtet.

Die Zunahme der Schulen setzte sich im Laufe der folgenden Jahrhunderte fort; insbesondere in der Karmapa- und Drugpa-Tradition sprossen neue Zweige hervor. So hatte sich die Stammtradition bald in ein fein verästeltes Zweigsystem verwandter Schulen aufgespalten, die über den Hauptstamm der „direkten Überlieferung“ zusammengehalten wurden.

Diese religiöse Verwandtschaft bestimmte auch das zukünftige Verhältnis zwischen den Schulzweigen: die Geistlichen verschiedener Zweige

waren einander über ein inniges Lehrer-Schüler-Verhältnis verbunden und kein Zweig beanspruchte eine dominierende Stellung in religiösen Belangen. Einzelne Schulzweige waren nur kurzlebig, andere Traditionen errangen, insbesondere durch ihre Verbindung zu bedeutenden Herrschaftshäusern, besonderen Einfluss und prägten die religiöse Landschaft bis zur Mitte des 17. Jahrhunderts.

Als zu diesem Zeitpunkt die Ganden-Podrang-Regierung des Fünften Dalai Lama als Zentralmacht die Herrschaft in Tibet übernahm, verloren rivalisierende Kagyü-Schulen



Kloster Drikung Thil in Tibet.

infolge dieser religiös-politischen Verflechtungen ihren dominanten Einfluss, zahllose Klöster in Zentraltibet mussten konvertieren. In den Randgebieten des tibetischen Kulturraumes (Osttibet, Ladakh, Nepal, Sikkim und Bhutan) konnte der Kagyü-Orden seine vorherrschende Stellung jedoch aufrechterhalten.

Die Verbreitung der Kagyü-Tradition erstreckte sich vom 11. bis zum 20. Jahrhundert über den gesamten tibetischen Kulturraum. Fast alle Stammklöster der Kagyü-Schulen Zentraltibets blieben bis zur Machtübernahme durch die Chinesen in der Mitte des 20. Jahrhunderts erhalten.

In den folgenden Jahren wurden diese Klöster, von wenigen Ausnahmen abgesehen, zerstört, nahezu alle Schulhierarchen verließen Tibet und gründeten ihre neuen Klostersitze im indischen Exil.

Seit den 60er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts begann der religi-

## Tipps zum Lesen

- 📖 John Powers. Religion und Kultur Tibets. Bern, München, Wien: O.W. Barth, 1998.
- 📖 Milarepas gesammelte Vajra-Lieder, 2 Bde. Berlin: Theseus-Verlag, 1996 und 1997.
- 📖 Gampopa. Der Kostbare Schmuck der Befreiung. Berlin: Theseus Verlag, 1996.
- 📖 Walter Y. Evans-Wentz. Yoga und Geheimlehren Tibets. München-Planegg: Otto Wilhelm Barth-Verlag, 1937.

öse Exodus nach Amerika, Europa und Südostasien. Erst in den vergangenen zwei Jahrzehnten wurde in Tibet in geringem Umfang mit dem Wiederaufbau einzelner Tempel und Klostergebäude begonnen.



Alexander Schiller studierte Tibetologie, klassische Indologie und Japanologie an der Universität Hamburg. Seit 2002 arbeitet er als wissenschaftlicher Mitarbeiter in der Abteilung für Kultur und Geschichte Indiens und Tibets sowie am Asien-Afrika-Institut der Universität Hamburg.