

Der Traum vom Lama-Buddha *oder:* Ein Schlüssel zum Guru-Yoga

Den spirituellen Lehrer als Buddha anzusehen löst nach anfänglicher Begeisterung im Westen oft Verwirrung aus. Die langjährige Praktizierende Cornelia Weishaar-Günter klärt in ihrem Essay Missverständnisse und zeigt, wie das Anvertrauen die eigene Praxis bereichern kann.

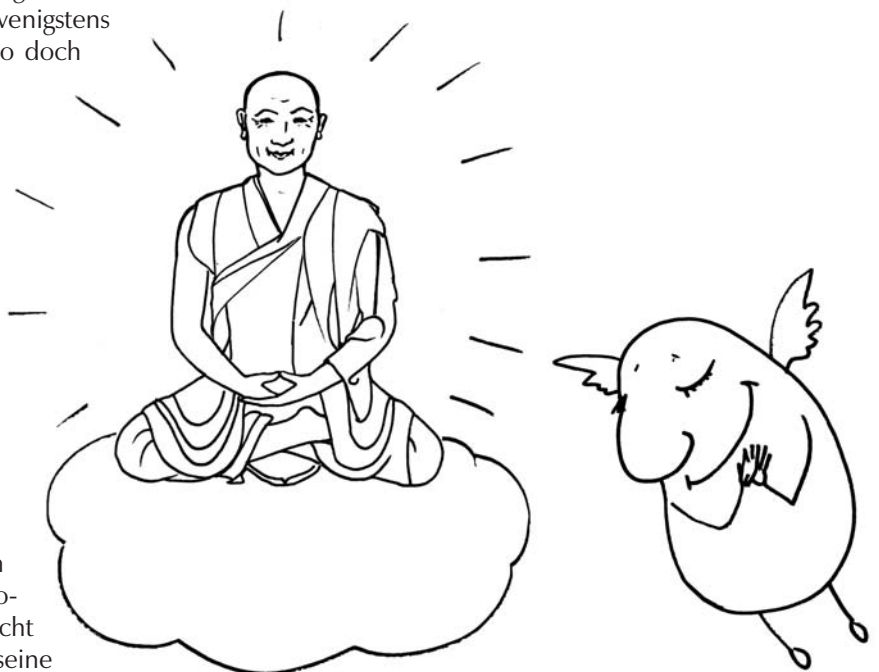
Text von Cornelia Weishaar-Günter
Illustrationen von Olga Poljakowa

Die Lehrer-Schüler-Beziehung, wie sie im tibetischen Buddhismus gelehrt wird, sorgt immer wieder für Magengrummeln unter den westlichen Praktizierenden. Während nach außen natürlich die Etikette gewahrt bleiben muss, fragt sich angesichts der vielen Gebete an die Gurus so mancher wenigstens im Stillen, ob er nicht in einer Sekte (also doch „Lamaismus“?) gelandet ist.

Westler heben ab...

Warum begannen wir ursprünglich mit der Praxis? Vielleicht gab es da auch die eine oder andere Hoffnung, auf das Außergewöhnliche zu stoßen, auf etwas, das unseren materialistischen Alltag übersteigen würde, die Begegnung mit großen Bodhisattvas, wenn nicht gar lebenden Buddhas. Und wie wir es alle auch vom Verliebtsein kennen: Wer sucht, der findet. Plötzlich gewinnen schnell dahingesagte Worte überdimensionale Bedeutung. Hat uns unser Lehrer nicht mit einem Blick durchschaut und all seine scheinbaren Fehler nur zu unserem Besten inszeniert?

Buddhistische Texte betonen, dass der Lama in Wahrheit Buddha sei. So ist er das perfekte Feld für unsere Projektion und unsere Sehnsucht nach Vollkommenheit. Es kann uns zumindest eine Zeitlang durch einen Traum tragen, der im Westen tief mit dem theistischen Weltbild verbunden ist: Der Lama ist ein echter Buddha, ist der allmächtige Gott in menschlicher Verkleidung, und ich bin seine getreue Dienerin.





....und fallen.

Aber irgendwann wird es einem doch immer unbehaglicher, wenn sich dieses Idealbild dauernd gegen den direkten Augenschein der Realität behaupten muss. So sehr man sich auch mit Ritualen des „Guru-Yoga“ gegen die Einsicht wehren mag: Auch ein tibetischer Lama ist „nur“ ein Mensch und trägt alle Züge des Menschlichen. Der Traum vom erkennbar hochverwirklichten Lama-Buddha schmilzt im Feuer unserer Intelligenz dahin wie ein Eis in der Sonne. Und nun? Weitermachen und das Leben mit inneren Lügen fristen? Oder enttäuscht-verbittert dem Buddhismus komplett den Rücken kehren?

Zum Glück erweist sich bei näherer Betrachtung, dass gerade die Tibeter ausgesprochene Realisten sind, auch wenn es zumeist sehr schwierig ist, „auf ein Wort“ hinter der Fassade mit ihnen zu sprechen. So habe ich oft erlebt, dass Tibeter sich den hohen Lamas gegenüber äußerst höflich, ja für unsere Begriffe geradezu unterwürfig zeigten, aber hinterher doch ihren eigenen Einschätzungen folgten. Die Devise im Alltag lautet: „Man sollte den Lama nicht verärgern“ und nicht „Der Lama ist erleuchtet und hat folglich immer Recht.“

Die Rede vom Lama als Buddha ist eben nicht so wörtlich zu verstehen, wie wir es nach bloßem Textstudium ohne kulturellen Kontext leicht missverstehen. Ich erinnere mich noch, dass ich einst, als ich bereits Tibetisch unterrichtete, fast mit Verzweiflung reagierte, als Tibeter davon sprachen, dass sogar jeder Lehrer der tibetischen Schrift und Sprache ein Buddha sei. Sie verstanden meine Reaktion nicht: „Wenn das so ist, muss ich meine Arbeitsstelle sofort kündigen, denn ich will nichts vorgeben, was ich nicht bin. Zumindest von mir weiß ich jedenfalls sicher, dass ich kein Buddha bin!“ Als ich mich Hilfesuchend an meine Tibetischlehrerin wandte, wick sie nur aus: „Es ist allein dein Problem, wie du das sehen willst.“

Die wohl wichtigste Aussage, die uns erst einmal wieder Boden gewinnen lässt, findet sich in Gampopas *Juwelenschmuck zur Befreiung*: Wir sind nur fähig, Lehrern zu begegnen, die unserem eigenen Niveau entsprechen, das heißt, solange wir selbst Anfänger sind, wird auch unser Lama „nur“ ein Mensch sein, der sich allein dadurch auszeichnet, dass wir von ihm die buddhistische Denkweise und Praxis erlernen können.

Ja aber, so hört man des Öfteren, das Menschliche sei nur projiziert, in Wirklichkeit sei der Lama eben doch erleuchtet. Nur meine Wahrnehmung verzerrt ihn zu einem gewöhnlichen Menschen. In Ordnung, aber wer



bin ich selbst in Wirklichkeit? Gerade hier liegt ja laut Buddhismus der ganze Hase unserer Existenz im Pfeffer, und hierauf basieren auch buddhistisches Tantra und Guru-Yoga: Dort kommunizieren in der Leerheit tiefere Ebenen von Lehrer und Schüler miteinander, die bei beiden stets vorhanden, aber in der menschlichen Form nicht aktiv sein können, weil die menschliche Existenz durch den Glauben an ein inhärentes Ich, also die existenzielle Unwissenheit, beschränkt wird. Das heißt, wir müssen im Umgang mit dem Lama klar unterscheiden, ob es sich um die alltägliche, menschliche Ebene oder die Ebene einer tantrischen Einweihung handelt. Diese Ebenen vermischen wir oft auf eine sehr leichtgläubige Weise.

Panglung Rinpoche brachte den Grunddenkfehler vieler westlicher Schüler einmal auf den Punkt: „Glauben Sie wirklich, es sei so einfach, die existenzielle Unwissenheit zu überwinden? Indem sich Ihr Ego mit der Rolle der unterwürfigen Schülerin identifiziert (und dadurch immer mehr nährt, weil es sich in dieser Rolle gefällt)?“

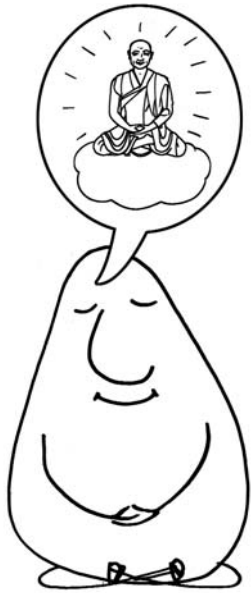
Guru-Yoga: Ausrichtung auf das Heilsame

Wenn es jedoch nicht die Rolle des braven Jüngers ist, die von den Guru-Yoga-Unterweisungen angestrebt wird, wozu gibt es diese Praktiken dann überhaupt? Ich möchte hier drei sehr wichtige Funktionen unterscheiden: das Kultivieren von Dankbarkeit, das Aktivieren von Wunschgebeten und, speziell im Tantra, die Pflege der Verbindung mit unserer existenziellen Seinsweise.

Das Kultivieren von Dankbarkeit: Dankbarkeit orientiert unsere Wahrnehmung auf das Positive. In unserer Kultur brauchen wir die Praxis der Dankbarkeit besonders dringend, denn vielen fällt es sogar schwer, den Eltern gegenüber dankbar zu sein, die einem nichts Geringeres als das Leben geschenkt haben. Dharma-Unterweisungen sind für einen Buddhisten das Kostbarste, was er in diesem Leben bekommen hat. Wenn wir unachtsam, ohne dankbare Würdigung, damit umgehen, ist die Gefahr groß, sogar immun gegen gerade diese Unterweisungen zu werden.

Denn unser unruhiger Geist sucht stets Neues, der Buddhismus könnte ihm langweilig werden. Menschliche Schwächen des Lehrers könnten unsere Aufmerksamkeit so stark ablenken, dass dadurch alles vergiftet wird, was

wir je von diesem Lehrer gelernt haben. Auch wenn wir einst, um ein klassisches Beispiel zu nehmen, als „sauberes Gefäß“ zugehört hätten, könnten wir, lange bevor die Inhalte wirklich getrunken und die Unterweisungen verinnerlicht sind, alles mit Störgefühlen verunreinigen. Dadurch verliert das Gelernte seine spirituelle Wirksamkeit. Dankbarkeit hingegen hält unseren Geist auf das Wesentliche konzentriert und erhält uns dadurch die spirituelle Kraft der empfangenen Unterweisungen.



Aktivieren von Wunschgebeten: Auch Wunschgebete konzentrieren den Geist auf heilsame Dinge. So wie wir im Alltag so manches wichtige Ereignis innerlich mit einer Vertrauensperson diskutieren und dann vielleicht sogar von dieser Person träumen, wählen wir uns im Guru-Yoga im Lehrer einen geeigneten Gesprächspartner für all das, was uns als Buddhisten im Innersten bewegen sollte: die Entwicklung all der guten Qualitäten, die wir uns vorgenommen hatten. Das Ritual des Guru-Yoga hilft uns, zumindest auf kleiner Flamme unsere ursprünglichen Vorhaben wachzuhalten und allmählich zu verinnerlichen. Wie wir an den zahlreichen „Anrufungen

des Lama aus der Ferne“ sehen können, die von tibetischen Yogis verfasst wurden, kann sich dieses innere Zwiegespräch mit dem Lama bis zu tiefster Inbrunst steigern, ohne dass darin auch nur das kleinste Element Aberglaube wäre. Denn dieses Zwiegespräch mit dem Lama-Buddha ist ein Akt der geistigen Hingabe und Konzentration, ohne dass der Schüler eine Antwort von einem äußeren Menschen, eben der menschlichen Person des Lamas, zu erwarten hat.

Guru-Yoga im Tantra: Für tantrische Praktizierende schließlich hält der Guru-Yoga die Erinnerung daran wach, wie sich Lehrer und Schüler in der tantrischen Einweihung begegnet sind: Für einen Moment waren die Schleier der existenziellen Unwissenheit quasi gelüftet, man hat erahnt oder „gesehen“, dass wir alle auf der tiefsten Ebene bereits Buddhas sind. Ohne eine solche Praxis kommt der großartige Prozess der Öffnung dieser „tantrischen Realität“ leicht unter dem Druck des Alltags ins Stocken bzw. gerät in Vergessenheit. Guru-Yoga ist ein kraftvolles Mittel, um unseren Alltag mit unserer existenziellen Seinsweise in Verbindung zu halten.

Die rituelle Guru-Yoga-Praxis bezieht sich nur auf buddhistische Lehrer. Aber wie wir bereits am Beispiel einfacher Tibetischlehrer gesehen haben, lässt sich vom Guru-Yoga auch eine innere Haltung ableiten, die in Asien allgemein gepflegt wurde und die wir im Westen bitter nötig

haben: Wir sollten uns angewöhnen, überall das wertzuschätzen, was uns an Gutem widerfährt und was uns weiterhilft. Unsere – nach allgemeiner tibetischer Einschätzung – überdurchschnittlich hohe Intelligenz im Westen neigt leider sehr zur Kritik, überall finden wir Haare in der Suppe und richten damit mehr Schaden an, als uns in der Regel bewusst ist. Es würde uns selbst und anderen viel Nutzen bringen, wenn wir in dieser Weise stets auf die Wahrnehmung und Entwicklung guter Qualitäten ausgerichtet blieben und dabei nicht nur an die „großen Meister“ des Tantra denken, sondern alle Personen, alle „kleinen Lehrer“ (z.B. der ersten Grundlagen heilsamen Verhaltens) und lokalen Zentren mit einbeziehen, die unsere Praxis unterstützen. Oft lernen wir von ihnen mehr für unser Leben als von einer Reise zu großen Berühmtheiten in Asien.



Wenn wir uns klarmachen, dass für Tibeter einfach alles Heilsame als „Aktivität Buddhas“ bezeichnet wird, werden wir endlich die Texte zur Verehrung des Lehrers studieren können, ohne uns dabei in westliche Sehnsüchte oder Ängste zu verstricken.

 **Lesetipp:**

Alexander Berzin. Zwischen Freiheit und Unterwerfung. Chancen und Gefahren spiritueller Lehrer-Schüler-Beziehungen, Theseus Verlag 2002

Dr. Cornelia Weishaar-Günter, geboren 1957, ist Tibetisch-Übersetzerin und Schülerin tibetischer Meister verschiedener Schulrichtungen. Sie unterrichtet buddhistische Meditation und Philosophie hauptsächlich an den VHS Rheingau, Mainz und Erlangen, an anderen Institutionen der Erwachsenenbildung und im Tibethaus Frankfurt.