

Das Anvertrauen an den geistigen Lehrer

von
Kensur
Geshe
Ugyen
Rinpoche

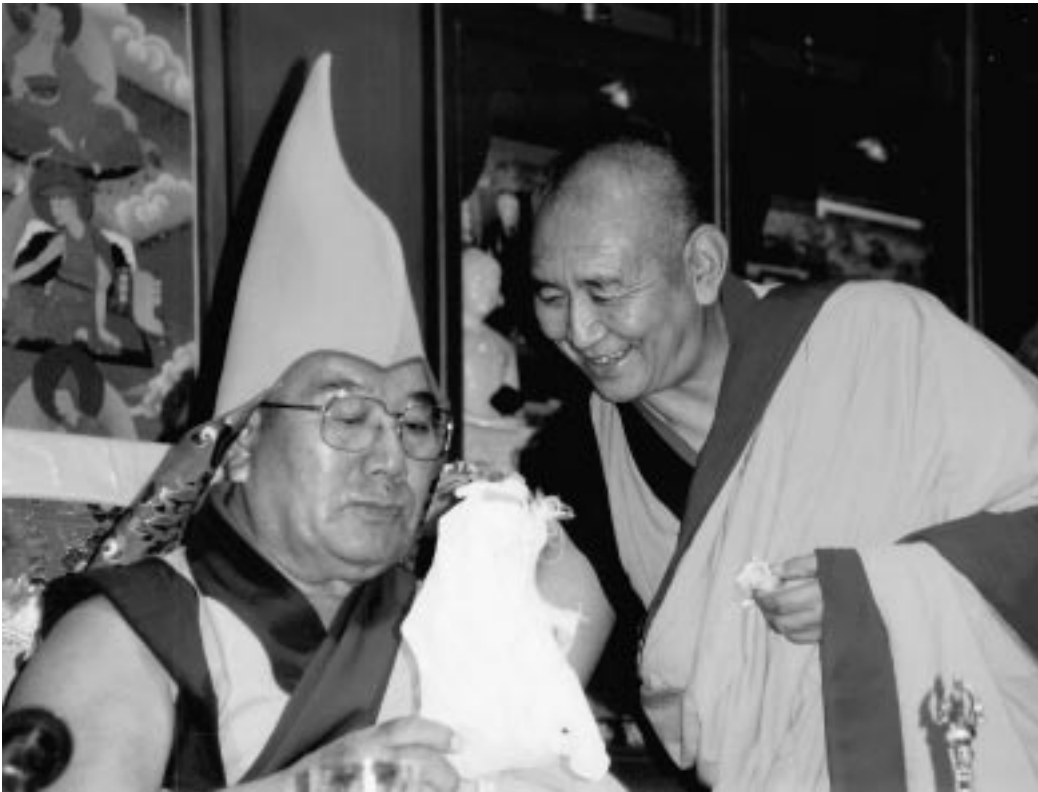


Foto: Archiv Tibetisches Zentrum

Geshe Thubten
Ngawang mit
seinem Lehrer
Kensur Geshe
Ugyen Rinpoche

Wir brauchen eine direkte, praktische Anleitung, wenn wir uns die Lehren des Buddha wirklich zu eigen machen wollen. Deshalb ist es unerlässlich, daß wir einen qualifizierten geistigen Lehrer suchen, der uns den Dharma vermittelt. Wir haben jetzt nicht das Geschick, direkt auf den Buddha zu treffen und von ihm Unterweisungen zu hören. Trotzdem brauchen wir jemanden, der uns die Lehren nahebringt; es muß eine Person sein, die den Dharma selbst kennt, anwendet und die durch ihre Schulung eine entsprechende Qualifikation besitzt. Wir sollten uns einem geeigneten Lehrer anvertrauen, d.h. eine gute Verbindung zu ihm herstellen. Sonst können wir nicht erwarten, daß wir die vielfältigen und tiefgründigen Methoden des Dharma wirklich

kennenlernen und praktizieren können und echte Fortschritte machen.

Schon in einer gewöhnlichen weltlichen Ausbildung brauchen wir einen Lehrer, der uns anleitet, obwohl wir all diese Dinge in vergangenen Leben schon etliche Male gelernt haben. Wir haben in früheren Leben schon viele Male die verschiedenen Handwerke, Sprachen, d.h. alle weltlichen Wissensgebiete erlernt; trotzdem müssen wir sie uns in jedem Leben mit Hilfe eines Lehrers wieder neu aneignen. Wieviel mehr muß das für den Dharma gelten, der ein Gebiet ist, auf dem wir wenig Erfahrung haben. Den Weg zur Buddhaschaft sind wir in der Vergangenheit noch nie gegangen; dieser Weg ist neu und sehr viel tiefgründiger als alle weltlichen Wege. Wenn wir darüber nachdenken, wird uns deutlich, daß wir für

diesen Weg eine qualifizierte Anleitung brauchen. So sollten wir uns in korrekter Weise einem geistigen Lehrer anvertrauen.

Was ist ein qualifizierter geistiger Lehrer? Entscheidend ist nicht, ob ein Lehrer Wunderkräfte besitzt, hellseherische Fähigkeiten hat oder irgendwelche beeindruckenden Dinge vollführen kann. Das ist in geistiger Hinsicht nichts Besonderes. Wesentlich für uns ist, daß der Lehrer den Weg zur Befreiung kennt, d.h. er muß wissen, was anzunehmen und was aufzugeben ist, um sich von den Leiden zu befreien. Wenn der Lehrer in korrekter Weise vermitteln kann, was man tun und lassen muß, um echtes, dauerhaftes Glück zu erlangen und Leiden von seinen Ursachen her aufzugeben, ist er ein geeigneter geistiger Lehrer.



Foto: Petra Kraus-Karon

Die Lehrer-Schüler-Verbindung kommt zustande, wenn der Lehrer mit seinen Unterweisungen dem Schüler helfen möchte und der Schüler die Erklärungen mit dem Wunsch hört, eine Verbindung zum Lehrer herzustellen.

Die Vier Wahrheiten bilden den Kern der Buddha-Lehre; diese beziehen sich auf die Wahren Leiden, die Wahren Ursprünge des Leidens, die Wahren Beendigungen des Leidens und die Wahren Pfade, die zur Beendigung von Leiden führen. Die ersten beiden Wahrheiten müssen wir aufgeben, die letzten beiden Wahrheiten müssen wir verwirklichen. Ein Lehrer ist dann geeignet, wenn er diese Lehre beherrscht, das heißt, wenn er weiß, was innerhalb der Vier Wahrheiten aufzugeben und was anzunehmen ist, wie man das eine aufgibt und das andere entwickelt und dadurch echte Leidfreiheit erreicht. Wenn der Lehrer dies aus seiner eigenen Erfahrung vermitteln kann, ist er ein geeigneter geistiger Lehrer.

Wie kommt die Lehrer-Schüler-Verbindung zustande?

In den Schriften z.B. von Maitreya werden die verschiedenen Eigenschaften erklärt, die ein geistiger Lehrer des Großen Fahrzeugs haben sollte. Hier heißt es, daß der Lehrer aufgrund der Schulung von Ethik sein Verhalten diszipliniert haben soll, daß er durch die Übung von meditativer Konzentration zur Ruhe gekommen sein soll und daß er durch die Schulung von Weisheit eine vollständige innere Ruhe erlangt haben soll. Kurz gesagt, der geistige Lehrer sollte Erfahrungen in den

Drei Höheren Schulungen von Ethik, Konzentration und Weisheit besitzen. Darüber hinaus ist es gut, wenn der Lehrer eine Erkenntnis der endgültigen Realität, der Leerheit hat. Er sollte von Mitgefühl mit den Schülern motiviert sein und nicht von weltlichen Bestrebungen nach Ruhm, Einfluß usw. Seine eigenen Tugenden müssen höher entwickelt sein als die des Schülers. Auch ist es wichtig, daß er Tatkraft besitzt und nicht vorschnell entmutigt ist, wenn die Schüler keine Fortschritte machen. Er sollte redegewandt sein, d.h. die Lehre so erklären können, daß sie vom Schüler gut verstanden wird.

Auch der Schüler muß bestimmte Eigenschaften besitzen, damit die Lehre in ihm einen Nutzen entfalten kann; es werden vor allem drei Qualitäten genannt: Der Schüler sollte die Erklärungen vorurteilsfrei hören, intelligent sein, also genügend Verstandeskraft haben, und er sollte eifrig sein, d.h. ein echtes Interesse haben, die Lehre kennenzulernen und zu praktizieren.

So haben wir auf der einen Seite einen qualifizierten Lehrer und auf der anderen Seite einen geeigneten Schüler. Wie kommt es nun zu einer Lehrer-Schüler-Beziehung? Der Lehrer möchte die Erklärungen geben und ist bestrebt, dem Schüler zu helfen. Der Schüler möchte mit dem Wunsch, eine Verbindung zum Lehrer aufzunehmen, die Unterweisungen erhalten. Wenn aufgrund dieser Voraussetzungen

Dharma erklärt wird, auch wenn es nur ein einziger Vers ist, kommt die Beziehung zwischen Lehrer und Schüler zustande. Eine Lehrer-Schüler-Beziehung entsteht nicht, wenn man es nicht möchte, wenn man nicht mit dem Wunsch, eine Verbindung zu einem Lehrer aufzunehmen, Dharma-Erklärungen hört. Die Beziehung entsteht nicht dadurch, daß ein Lehrer bekannt ist und man hingehet, um seine Unterweisungen zu hören, sondern nur wenn der gegenseitige Wunsch besteht. Ist die Beziehung einmal entstanden, sollte man sie gut pflegen und sich dem Lehrer in rechter Weise anvertrauen.

In den buddhistischen Fahrzeugen wird unterschiedlich erklärt, wie man sich in rechter Weise einem Lehrer anvertraut; auch existiert die Beziehung auf verschiedenen Ebenen, je nach dem Fortschritt auf dem Pfad. Am Anfang des Pfades ist die Verbindung anders als später auf dem Pfad, im Kleinen Fahrzeug ist sie anders als im Großen Fahrzeug, und innerhalb des Großen Fahrzeugs gibt es noch einen Unterschied zwischen dem Allgemeinen Mahāyāna und dem Tantrayāna.

Im Kleinen Fahrzeug – im Vinaya oder den Lehren zur Disziplin – hat der Buddha dargelegt, man solle den Lama als gleich mit dem Buddha ansehen. Der Lama steht hier stellvertretend für den Buddha, und indem man gegenüber dem Lama Handlungen ausführt wie Verneigungen und Darbringung

von Opfern, erfährt man den gleichen Nutzen, als würde man sie dem Buddha gegenüber ausführen. In dieser Weise sind der Lama und der Buddha als gleichwertig zu betrachten.

Das Große Fahrzeug geht noch darüber hinaus. Man sollte hier den Lama als den Buddha selbst ansehen, um Fortschritte auf dem Bodhisattva-Pfad machen zu können. Der Lama wird als eine Manifestation des Buddha betrachtet, unabhängig davon, ob der Lama ein Buddha ist oder nicht. Der Grund ist folgender: Wenn man den Lehrer nur als gewöhnliches Wesen ansieht, z.B. als einen Menschen auf der gleichen Ebene wie man selbst, mit Fehlern und Befleckungen behaftet,

dann erfährt man auch nur den „Segen“ eines gewöhnlichen Wesens. Wenn man aber den Lama als Buddha ansieht, unabhängig davon, ob er wirklich ein Buddha ist, erlangt man den Segen wie vom Buddha selbst.

Wenn man ein reines Vertrauen zum Lehrer entwickelt, erwachsen daraus alle heilsamen Eigenschaften auf dem Pfad. Warum sollte man den Lama, den man zuvor eingehend auf seine Qualitäten hin überprüft hat, als Buddha ansehen? Als Grund wird genannt, daß eine solche Sichtweise viele Vorteile und keine Nachteile hat.

Der Kadampa-Geshe Potowa hat gesagt: Ob man den Segen des Buddha erhält oder nicht, ist nicht von der Seite des Lamas abhängig, sondern wird davon bestimmt, wie man den Lama betrachtet. Wenn das Vertrauen da ist, den geistigen Lehrer als Buddha anzusehen, wird einem die Inspiration eines Buddha zuteil. Aber selbst wenn der Lama Tschänräsig oder Mañjuśrī ist, man ihn aber nicht als Buddha erkennt, wird man auch nicht den Segen des vollkommen Erleuchteten erfahren.



Ein weiterer Grund, warum es richtig ist, den Lama als Buddha anzusehen besteht darin, daß die Freundlichkeit des Lama noch größer ist als die Hilfe, die man vom Buddha erfährt. Im Moment haben wir nicht die Möglichkeit, direkt einen Buddha zu treffen.

Als der Buddha die Lehre gab, waren wir nicht zugegen, und jetzt, da wir auf die Lehre getroffen sind, können wir sie nicht mehr vom Buddha direkt hören. Der Lama ist derjenige, der uns die kostbare Lehre nahebringt und uns anleitet. Selbst wenn der Lama in seinen Tugenden dem Buddha nicht gleichkommt, so ist er doch aufgrund seiner direkten Hilfe und Freundlichkeit höher einzuschätzen als der Buddha.

Argumente, warum der Lama Buddha ist

Mit all diesen Begründungen schulen wir uns in der Haltung, den Lama nicht einfach als gewöhnlichen Menschen, sondern als Buddha anzusehen. Sollten wir nun denken, daß der Lama in Wirklichkeit kein Buddha ist und ihn dennoch als solchen betrachten? Oder sollten wir tatsächlich akzeptieren, daß der Lama ein Buddha ist und auf dieser Basis unsere Wahrnehmung schulen? Die Antwort im Lamrim ist: Wir sollten akzeptieren, daß der Lama tatsächlich ein Buddha ist. Das basiert auf einer Prophezeiung, die der Buddha in Gestalt von Vajradhāra in einem Tantra gemacht hat: „In den Zeiten des Niedergangs werde ich in der Gestalt von geistigen Lehrern erscheinen. Seht mich dann im Lehrer und habt Vertrauen zu mir.“

So hat der Buddha selbst gesagt, man solle ihn, wenn er nicht mehr direkt zugegen ist, in den geistigen Lehrern erkennen, Vertrauen entwickeln, um so den Segen und die Hilfe des Buddha

„In den Zeiten des Niedergangs werde ich in der Gestalt von geistigen Lehrern erscheinen. Seht mich dann im Lehrer und habt Vertrauen zu mir.“

Buddha Vajradhāra

Deshalb soll man sich bemühen, eine reine Sichtweise zu entwickeln, und bei allen Handlungen den Lama als Buddha betrachten, ihn durch die eigene Praxis erfreuen usw. Dadurch erlangt man, sagt Geshe Potowa, den Segen des Buddha, und man wird schnell die gewünschten Fortschritte auf dem Pfad erzielen können.

Dharmazentren wachsen und gedeihen mit ihren Lehrern. Geshe Rabten hat das Tibetische Zentrum vor zwanzig Jahren gegründet.



Foto: Maximilian Fischer v. Mollard

selbst zu erfahren. Die Heilsaktivität des Buddha währt ununterbrochen, und sein größtes Anliegen ist es, den Wesen zu zeigen, was aufzugeben und was anzunehmen ist. Wie können sie das tun? Wenn der Buddha jetzt in seiner vollständigen, reinen Gestalt mit allen Haupt- und Nebenmerkmalen vor uns erscheinen würde, könnten wir ihn aufgrund unserer karmischen Hindernisse mit unserem befleckten Geist gar nicht wahrnehmen. Also bleibt dem Buddha gar nichts anderes übrig, als in gewöhnlicher Gestalt zu erscheinen und den Wesen so die Lehre nahezu bringen, denn sein ureigenstes Interesse ist es, den Wesen zu zeigen, was zu beseitigen und was zu entwickeln ist.

Ein weiteres Argument ist, daß die Heilsaktivität ein Instrument braucht, über das sie wirksam werden kann. Sakyapa Paṇḍita vergleicht die Heilsaktivität des Buddha mit dem Sonnenlicht: Das Licht strahlt auf die Erde; wenn man es nutzen will, um etwas anzubrennen, muß man es mit einem Brennglas bündeln. Ebenso verhält es sich mit der Heilsaktivität der Buddhas; sie ist vorhanden, solange wir sie nicht direkt erfahren können, brauchen wir etwas, wodurch sie bei uns wirksam werden kann. Das geschieht dadurch, daß die Buddhas in Gestalt geistiger Lehrer erscheinen und uns so ihre Lehre angedeihen lassen. Ihre Heilsaktivität wirkt also in diesen Zeiten über die geistigen Lehrer.

sich heraus bestehen und hätten ein wahre Existenz. Tatsächlich gibt es nichts, was auf diese Weise, also wahrhaft existieren würde. Weiterhin unterliegen wir der Täuschung, daß die Produkte, also das Unbeständige, beständig seien. Wir denken, daß die Wirklichkeit von gestern heute noch vorhanden wäre oder daß die Wirklichkeit von morgen jetzt schon existieren würde. Aber die Dinge von gestern bestehen nicht mehr, und das Zukünftige existiert noch nicht. Es gibt kein Produkt, das mehrere Momente lang in gleicher Weise bestehen würde, ohne sich zu verändern. Auch das ist uns nicht bewußt, vielmehr erscheinen uns die Dinge in einer beständigen Weise, und wir beurteilen sie auch so. Das sind nur einige Beispiele dafür, welchen Irrtümern und Täuschungen wir gewöhnlich unterliegen. Deshalb können wir uns nicht darauf verlassen, wie uns die Dinge erscheinen. Wenn wir denken, daß der Lama nicht der Buddha sei, weil er uns als gewöhnliches Wesen erscheint, so können wir uns auch in diesem Fall nicht auf unsere Wahrnehmung verlassen.

Eine andere Überlegung ist die folgende: Wir haben keine Gewähr, daß die Dinge wirklich so sind, wie sie uns erscheinen. Wir könnten denken: Wenn der Lama tatsächlich ein Buddha ist, müßte ich ihn als solchen erkennen, müßte er mir so erscheinen. Das ist aber nicht notwendigerweise der Fall, denn wir wissen aus eigener Erfahrung, daß wir oft getäuscht sind: Alle Phänomene erscheinen uns zum Beispiel so, als würden sie aus

Diese Gedanken sollen in der Meditation angewendet werden, um die Einstellung zu schulen, die den Lama als Buddha ansieht. Erst dann ergeben sich die Vorteile für die eigene spirituelle Übung.



Foto: Peter Köst

Wir unterliegen vielen Täuschungen. Wir glauben zum Beispiel, daß der Stein in einem Moment derselbe ist wie einige Sekunden später und erkennen nicht, daß alles Geschaffene sich von Moment zu Moment wandelt.

Erfahrungen in der Meditation sammeln

Die analytische Meditation ist ein sehr kraftvolles Mittel, den Geist zu schulen. Wir überlegen uns die Argumente dafür, daß es richtig ist, den Lama als Buddha zu sehen: Diese Sichtweise hat nur Vorteile, sie stimmt mit der Wirklichkeit überein, wie ich es zuvor erklärt habe. Wir durchdenken die verschiedenen Aspekte, bis sich der Gedanke im Geist festigt und die Wahrnehmung gegenüber dem Lama entsteht, daß man ihn tatsächlich als Buddha ansieht. Wenn wir durch diese Kontemplation das Vertrauen stärken, entsteht eine innere Erfahrung, eine heilsame Geisteshaltung, in der wir den Geist eine Zeit verweilen lassen. Wir führen also zuerst eine analytische Meditation durch, in der wir uns mit den verschiedenen Argumenten vertraut machen. Dadurch bringen wir eine entsprechende Geisteshaltung zustande wie das Vertrauen zum Lama als Buddha und lassen den Geist in diesem Zustand ruhen; in diesem Stadium handelt es sich um eine stabilisierende, konzentrierte Meditation.

Wir nehmen uns ein Thema so lange vor, bis sich unsere Einstellung wandelt. Vielleicht stellen wir allmählich fest, daß wir auch außerhalb der Meditation an den Lama immer in Verbindung mit dem Buddha denken. Bevor wir diese Meditation übten, dachten wir allein an den Lama. Wenn wir einige Erfahrungen in dieser Meditation gemacht haben und immer häufiger an den Lama in Verbindung mit dem Buddha denken, ist es ein Zeichen dafür, daß unsere Meditation gut gelungen ist und sich die erwünschten Fortschritte langsam einstellen. Wir sollten die Kontemplationen über ein Thema so lange fortsetzen und die Gedanken einüben, bis sich ein Wandel im eigenen Geist vollzieht.



*„Ich habe keine
materiellen
Geschenke zu geben.
Meine Gabe ist das
Praktizieren der
Anweisungen, die
ich von meinem
väterlichen Guru
erhalten habe.“*

Milarepa

Das gute Verhältnis zum geistigen Lehrer ist das Fundament, auf dem alle weiteren Tugenden des Stufenwegs zur Erleuchtung basieren. Wenn man ein Haus mit stabilen Mauern bauen will, braucht man ein solides Fundament. Ebenso ist eine stabile Grundlage für den Pfad in Form eines guten Verhältnisses zu einem geistigen Lehrer nötig, wenn man all die guten Eigenschaften, wie sie im Dharma erklärt werden, entwickeln will. Es gibt eine Geschichte, die dieses deutlich macht:

Der tibetische Lama Marpa war ein Schüler des indischen Mahāsiddha Nāropa. Eines Tages kam er zu Nāropa, in dessen Raum sich das Maṇḍala einer Meditationsgottheit befand. Spontan

verneigte sich Marpa vor diesem Maṇḍala und nicht vor Nāropa, weil er dachte „Den Lama sehe ich jeden Tag, aber diese Gottheit, den Buddha, sehe ich nie; deshalb ist es richtig, daß ich mich vor dem Maṇḍala verneige“. Im gleichen Moment löste sich der Palast im Herzen Nāropas auf. Der Meister unterwies seinen Schüler, daß man ohne das rechte Verhältnis zum Lama keine Verbindung zu den Buddhas aufnehmen kann. Die Verbindung

zu den Gottheiten kommt allein über das rechte Verhältnis und Vertrauen zum Lehrer zustande. Er sagte, daß all die Eigenschaften des Buddha nichts anderes seien als Manifestationen der Eigenschaften des Lamas. Marpa erkannte, daß die direkte Hilfe, die man vom Lama erfährt, größer ist als die Freundlichkeit der Buddhas.

Wir sollten von unserer Einstellung her ein gutes Verhältnis zum Geistigen Lehrer entwickeln. Darüber hinaus sollten wir auch in unseren Handlungen, im äußeren Verhalten diese Verbindung pflegen, indem wir den Lama erfreuen. Wir bringen ihm Opfergaben dar und sind ihm zu Diensten, das heißt helfen ihm bei seinen verschiedenen Aufgaben. Am allerwichtigsten ist jedoch, daß wir seine Anweisungen praktizieren. Milarepa hat einmal gesagt: „Ich habe keine materiellen Geschenke zu geben. Meine Gabe ist das Praktizieren der Anweisungen, die ich von meinem väterlichen Guru erhalten habe.“ Milarepa war völlig mittellos, seine einzige Gabe an den Guru bestand darin, daß er dessen Anweisungen praktizierte. Auf diesem Weg hat Milarepa sogar in einem Leben die vollkommene Buddhaschaft erlangt. Wir sehen, daß dies der allerwichtigste Punkt ist, wenn man vom Verhalten her ein gutes Verhältnis zum geistigen Lehrer bewahren will.

Aus dem Tibetischen von Christof Spitz