

Das Verhältnis zum geistigen Lehrer im Alltag

**Interview mit
Kensur Geshe Ugyen Rinpoche**
von Birgit Stratmann

Jens Nagels



Kensur Geshe Ugyen ist einer der größten zeitgenössischen Meister

FRAGE: Einige Schüler denken beim Anvertrauen, dass sie alles tun müssten, was der Lama sagt, und nicht mehr selber entscheiden könnten. Sollten wir so praktizieren?

KENSUR RINPOCHE: Zunächst müssen wir festhalten, dass sich diese Anweisung auf Dharma-Fragen bezieht. In weltlichen Angelegenheiten hat nicht der Lama die Verantwortung, sondern wir selbst haben sie. Das Weltliche ist nicht der Bereich, um den sich der spirituelle Lehrer kümmert. Deshalb müssen wir ihn auch nicht fragen, wenn wir hier etwas zu entscheiden haben. Es liegt in unserer Verantwortung. In Dharma-Fragen ist es natürlich richtig und notwendig, dass wir sie mit dem Lehrer besprechen. Wir fragen ihn um Rat, wie wir am besten praktizieren. Wenn der Lehrer uns Anweisungen gibt, die wir nicht in der Lage sind zu befolgen, dann bekunden wir es offen und reden mit ihm darüber.

Natürlich hängt es von der Ebene der Praxis ab. Betrachten wir Nāropa und seinen indischen Meister Tilopa als ein klassisches Beispiel für das Anvertrauen an den geistigen Lehrer. Tilopa wusste in diesem speziellen Verhältnis zu seinem Schüler, dass dieser das Po-

tenzial hatte, sehr schnell Fortschritte auf dem spirituellen Pfad zu machen, unter der Bedingung, dass er wirklich schwierige Aufgaben zu erfüllen hatte. So hatte Nāropa 12 große und 22 kleine Schwierigkeiten zu ertragen. Eine Aufgabe war zum Beispiel, dass Nāropa die Braut des Landesfürsten entführen sollte. Nāropa war körperlich kräftig und schaffte es tatsächlich, die Braut mitzunehmen und zu Tilopa zu bringen. Danach fiel natürlich der ganze Hofstaat über ihn her, und er wurde fürchterlich verprügelt. Seine Widersacher ließen ihn halbtot zurück, und dann kam Tilopa des Weges und fragte: „Was ist denn mit Dir los, bist Du verletzt?“ Nāropa entgegnete: „Verletzt ist gut, ich bin halbtot.“ Daraufhin berührte ihn Tilopa mit seiner Hand, spendete seinen Segen, so dass Nāropas Körper wieder ganz geheilt war. Das ist ein Beispiel aus dem Leben eines großen Siddha, der eine außergewöhnliche Form des Anvertrauens übte. Es ist nicht die Norm und nicht zu verallgemeinern. Es handelt sich um eine Ausnahme. Tilopa wusste, dass Nāropa große Schwierigkeiten erdulden musste, um schnell spirituelle Fortschritte zu machen. Zudem war Nāropa so ge-

ster des tibetischen Buddhismus, die ihre Ausbildung noch im alten Tibet erhielten. Rinpoche wurde 1914 in der Provinz Dagyab/Kham geboren. Im Alter von 19 Jahren trat er in das Kloster Sera in Lhasa ein und durchlief das traditionelle Studium der Klosteruniversitäten. 1958 legte er während des Großen Gebetsfestes in Lhasa seinen Lharampa-Gesche ab. 1959 trat Rinpoche in das Tantra-Kolleg in Lhasa ein, musste jedoch im gleichen Jahr nach Indien fliehen. Dort lebte er einige Jahre in dem neu gegründeten Tantra-Kolleg. 1967 wurde er auf Wunsch des Dalai Lama Abt des Klosters Rikon in der Schweiz. 1974 berief ihn der Dalai Lama als Abt des Tantra-Kollegs in Indien. 1977 wurde er davon entbunden, um seinen Wunsch nach einem längeren Rückzug zu realisieren. Von 1977 bis 1982 verbrachte Rinpoche in der Schweiz in Klausur.

schult und so stabil, dass er sein Vertrauen nicht verlieren würde, auch nicht angesichts dieser Härten. Für diejenigen aber, die nicht so fortgeschritten sind, verhält es sich anders. Gibt der Lama ihnen Anweisungen, mit denen sie sich überfordert fühlen, dann ist es richtig, dies mit ihm zu besprechen.

FRAGE: Was ist das Minimum der Praxis des Anvertrauens? Da wir nicht Nāropa sind – was wäre unsere Ebene?

KENSUR RINPOCHE: Von der Geisteshaltung her sollten wir den Lama als Buddha ansehen – das ist die unterste Ebene dieser Praxis. Eine Vorstufe dazu ist, dass wir den Lama als gleich mit dem Buddha betrachten. Wir denken: Wenn wir dem Lama schaden, dann ist es, als schädeten wir dem Buddha. Wenn wir dem Lama nutzen, dann ist es, als nutzten wir dem Buddha. Dies ist nicht so schwer zu üben. Vom Verhalten her wäre die höchste Praxis, dass der Schüler bereit ist, sein Leben für den Lama hinzugeben. Als Minimum sollten wir mit Körper, Rede und Geist ihm gegenüber Respekt üben.



Archiv

Wir sollten uns gegenüber dem Lama mit Körper, Rede und Geist respektvoll verhalten.

FRAGE: Wenn man mit dem Lehrer auf weltlicher Ebene zu tun hat, zum Beispiel in einem Verein, wo er weltliche Aufgaben übernimmt, muss man ihn da auch als Buddha ansehen und seine Ratschläge befolgen, oder handelt es sich hier um eine andere Beziehungsebene?

KENSUR RINPOCHE: Für die eigene Praxis ist es nicht vorteilhaft, gegen den Lama zu opponieren, und es spricht nicht unbedingt etwas dagegen, dass wir seinem Rat auch in diesen Dingen folgen.

FRAGE: Bedeutet dies, dass er sich nie irrt und dass man keine andere Meinung haben darf?

KENSUR RINPOCHE: Natürlich ist es empfehlenswert, ein gutes Verhältnis zum Lama zu bewahren – und zwar für uns selber. Es geht um den eigenen Geist, um die eigene Praxis, und damit diese gedeiht, ist es, von Ausnahmen abgesehen, allgemein besser, wenn wir uns mit dem Lama einig sind, anstatt mit ihm zu streiten.

FRAGE: Wenn ich nun aber doch innerlich anderer Meinung bin, muss ich es dann beiseite schieben?

KENSUR RINPOCHE: Wenn du unterschiedlicher Meinung bist und gleichzeitig das Interesse hast, ein gutes Verhältnis zum Lama zu bewahren, dann tritt ein, was ich vorher schon sagte: Du versuchst dann, in geschickter, angemessener Weise die Differenzen zur Sprache zu bringen. Das heißt vor allem, offen zu sagen: „Was Sie in diesem Punkt denken, sehe ich aus diesen und jenen Gründen anders.“ Falsch wäre es, die Meinung des Lama rundherum abzulehnen, ohne es zu begründen, oder sich respektlos zu verhalten. Es spricht nichts dagegen – im Gegenteil wir sind sogar dazu aufgefordert –, das Gespräch mit dem Lama zu suchen, wenn wir seinen Anweisungen nicht folgen können oder wenn er anderer Meinung ist und wir denken, dass er sich in einem Punkt irrt. Es ist gut, zu ihm zu gehen und zu sagen: „Ich glaube, in diesem Punkt irren Sie sich – aus den und den Gründen.“ Auf diese Weise können wir die Differenzen im Gespräch klären.

FRAGE: Was tun wir, wenn wir uns vom Lama zu Unrecht kritisiert fühlen?

KENSUR RINPOCHE: Angenommen, der Lama kritisiert uns oder wird sogar wütend. In diesem Moment ist es ratsam, nicht sofort zu reagieren und zu antworten, sondern es erst einmal hinzunehmen. Anstatt aus der momentanen Emotion heraus zu handeln, ziehen wir uns erst einmal zurück. Wenn

wir dann darüber geschlafen haben und die Emotionen etwas abgekühlt sind, ist es richtig, noch einmal zum Lama zu gehen und zu sagen: „Sie haben mich kritisiert, mit mir geschimpft, aber ich fühle mich zu Unrecht getadelt, weil...“ Dann wird der Lama den Grund nennen, warum er Kritik geübt hat, und so können wir mit ihm darüber ins Gespräch kommen. Es ist immer der gleiche Punkt: Wir bringen Differenzen offen und in angemessener, respektvoller Form zur Sprache. Falsch wäre es, sofort zu reagieren.

FRAGE: Wut gegenüber dem Lama wird als sehr unheilsam bezeichnet. Die Schriften drohen sogar mit der Hölle. Trotzdem sind diese Emotionen nun einmal da. Sie zu verdrängen, wäre eine Qual. Wie gehen wir damit um?

KENSUR RINPOCHE: Als Gegenmittel führen wir uns die Nachteile vor Augen. Wut allgemein zerstört viel heilsames Potential, um wieviel mehr, wenn sie sich gegen den Lama richtet, dem wir so viel verdanken. Auf der anderen Seite kontemplieren wir die Vorteile, die wir durch ihn erfahren, und die Güte, die er uns erweist, indem er uns den Weg zu echtem Glück lehrt. All die Punkte, die im „*Stufenweg zur Erleuchtung*“ (Lamrim) in Bezug auf das Anvertrauen durch die Geisteshaltung genannt werden, kommen hier ins Spiel. Wir müssen unseren Geist wieder und wieder damit vertraut machen und sollten nicht vorschnell aus einer momentanen Emotion heraus schlecht über den Lama reden. An diesem Punkt müssen wir innehalten und uns die Nachteile dessen vor Augen führen.

FRAGE: Wann liegt ein Bruch des Verhältnisses zum geistigen Lehrer vor?

KENSUR RINPOCHE: Natürlich kann es sein, dass wir bestimmten Anweisungen des Meisters nicht Folge leisten können, dass wir sie als zu schwierig empfinden, sie nicht verstehen oder sie nicht für richtig halten. Auch könnte es sein, dass wir uns über den Lama ärgern oder umgekehrt durch unser Verhalten den Lama aus der Ruhe bringen. Das kommt vor und ist nachteilig für unsere eigene Entwicklung, aber es ist noch kein Bruch des Verhältnisses. Wir sind nun einmal gewöhnliche Wesen,

und da kommt es vor, dass wir uns respektlos verhalten. Von einem Bruch würde ich sprechen, wenn ein Schüler von dem Lehrer erst Unterweisungen hört und sich dann völlig gegen ihn wendet und schlecht über ihn redet. Womöglich fasst er diese Einstellung der Abkehr noch in Worte: „Mit diesem Lehrer will ich nichts mehr zu tun haben.“ Dies ist die Grenze, wo ein bestehendes Verhältnis zum geistigen Lehrer gebrochen ist, und es hat große Nachteile. Es gibt kaum eine Handlung, die sich so negativ auswirkt, wie einen solchen Bruch in dem Verhältnis zum geistigen Lehrer zu vollziehen.

Der Buddha spricht über die negativen Folgen im Guhyasamāja-Tantra: Die Handlung, mit seinem Lehrer zu brechen, wiegt schwerer als die fünf unmittelbar ins Elend führenden Taten wie Mutter-, Vätermord usw. Egal, was man dann noch an Dharma-Praxis durchführt, es wird nur ein Mittel sein, um in nächsten Existenzen in niedrige Daseinsbereiche zu geraten, und keinerlei positive Früchte hervorbringen können. Andererseits hat es unermessliche Vorteile, wenn wir ein gutes Verhältnis zum geistigen Lehrer bewahren. Der tibetische Yogi Milarepa beispielsweise sagte, dass er keine anderen Gaben darzubringen habe außer seiner eigenen Praxis, mit der er den Lama erfreue. Milarepa erlangte hohe Verwirklichungen, indem er den Lama von seinem Verhalten, seiner Geisteshaltung und mit seinen ihm zur Verfügung stehenden Mitteln und Fähigkeiten erfreute.

FRAGE: Wie können wir das Verhältnis wieder kitten und einen Bruch in der Beziehung bereinigen?

KENSUR RINPOCHE: Natürlich können wir wieder mit dem Lehrer reden, uns für unser negatives Verhalten entschuldigen, falls er noch lebt. Wenn wir es tief bereuen, können wir es auch wieder bereinigen. Falls er gestorben ist, wenden wir uns an ältere, fortgeschrittene Schüler von ihm, bekennen ihnen gegenüber die Verfehlung und stellen so das Verhältnis wieder her.

FRAGE: Es gibt Fälle, in denen sich Schüler untereinander unter Druck setzen, wenn sie selbst etwas erreichen

wollen, indem sie sagen: „Der Lama hat gesagt“, „der Lama möchte dieses oder jenes“. Manchmal wird jemandem, der anderer Meinung ist, sogar vorgeworfen, er sei respektlos gegenüber dem Lehrer. Wie gehen wir damit um?

KENSUR RINPOCHE: Wir sollten solche Konflikte nicht eskalieren lassen, sondern versuchen, sie ruhig und mit Argumenten zu lösen, statt die Autorität des Lamas zu benutzen. Man kann sich zusammensetzen und fragen: „Was hat der Lama wirklich gemeint? Wenn wir es so und so machen, widerspricht

die Leute, und später sitzen sie zusammen und trinken gemütlich Kaffee, als wäre nichts gewesen. Dies geschieht ohne Rachsucht oder Nachtragen. Bei den Tibetern ist es oft anders: Sie verbinden Meinungsverschiedenheiten mit Feindseligkeit.

Gemeinschaften sind dazu da, dass sich die Mitglieder gegenseitig fördern, um gemeinsam gute Ziele zu erreichen. Alle, die daran mitwirken, sollten sich ihrer Verantwortung bewusst sein. Es ist wichtig, dass sie an einem Strang ziehen und gemeinsam vorgehen. Kon-

„Wir sollten Konflikte in der Gemeinschaft mit Argumenten lösen, statt die Autorität des Lamas zu benutzen.“



Geshe Thubten Ngawang

es seinem Wunsch?“ Es ist nicht gut, sich im Konfliktfall auf den Lama zu berufen und zu sagen: „Das müssen wir jetzt so machen, weil es der Lama gesagt hat.“ Dann hält wieder ein anderer dagegen und behauptet: „Das stimmt gar nicht, dass er es so gemeint hat, es ist ganz anders zu verstehen“. Es kann sein, dass die Gemeinschaft denkt, ein Mitglied handle nicht im Einklang mit den Vorstellungen des Lehrers. Wir bringen dies zur Sprache, und dann fragen wir den Lama selbst noch einmal. Oder, wenn er nicht da ist, diskutieren wir mit anderen Schülern darüber. In Deutschland haben wir es doch gelernt, Konflikte demokratisch und friedlich zu lösen. In Sitzungen attackieren sich

flinke sollten in einer ruhigen, entspannten Atmosphäre gelöst werden.

FRAGE: Wenn der Lama stirbt, wie praktizieren wir das Anvertrauen dann?

KENSUR RINPOCHE: Wir können das Anvertrauen von der Geisteshaltung her weiter üben, indem wir Vertrauen in ihn entwickeln und uns seine Güte bewusst machen. Wir können auch unsere Bitten an ihn richten und seinen Segen ersuchen, so als wäre er noch präsent. Aber natürlich können wir keine Unterweisungen mehr von ihm empfangen, weil er körperlich nicht mehr anwesend ist.

Aus dem Tibetischen übersetzt von Christof Spitz.