

Meditation

„Ich ziehe in die Einsamkeit“

von Rendawa Zhönu Lodrö,
aus dem Tibetischen übersetzt
von Carola Roloff

Meine Gründe, mich in die Einsamkeit zu begeben, sind nicht etwa, dass ich meines Gefolges und meiner Begleiter müde geworden bin oder nach Reichtümern, Verehrung und Ruhm strebe, sondern ich gehe in die Einsamkeit, weil ich erkenne, dass das Leiden im Daseinskreislauf so unendlich schwer zu ertragen ist wie in einer Feuergrube, und weil ich erkenne, dass die vom Erhabenen auf vielfältige Weise gepriesenen Orte der Einsamkeit so überaus schön sind wie Lotosgärten.

Vor ihm, der auch nicht den geringsten Fehler hat, der durch die Pracht wunderbarer guter Eigenschaften in hellem Glanz erstrahlt und so das Ruhmesbanner in den drei Welten schwenkt, vor dem Gott der Götter, dem mächtigen Weisen, dem Buddha, verneige ich mich. O höret, ihr weisen Freunde!

Die Sonne der Lehre des Buddha geht hinter den westlichen Bergen unter. Körper und Lebenskraft sind unbeständig wie die Kaskade eines Wasserfalls. Jene, die Befreiung wünschen, sollten sich der Achtsamkeit widmen.

Nachdem ich erkannt habe, dass die Vortrefflichkeiten des weltlichen Daseins höchst unbedeutend sind und dieses Dasein mit einer Unmenge von Fehlern ausgestattet ist, ziehe ich, Zhönu Lodrö, in die Einsamkeit, um mich und die anderen aus dem Ozean der Existenzen zu befreien.

So wie der cātaka-Vogel, der sich von Regentropfen nährt, dem Donner lauscht, nehme ich mir diese Geschichte der Einsamkeit zu Herzen. Um das, was ich gelernt habe, sinnvoll in die Tat umzusetzen, ziehe ich, Zhönu Lodrö, in die Einsamkeit.

So wie eine Schar von Schwänen beim Anblick eines Lotos-Sees, ist mein Geist erregt beim Gedanken an einen abgeschiedenen Ort. Um den Vorteil dieses Lebens mit seinen Freiheiten und Möglichkeiten voll auszukosten, ziehe ich, Zhönu Lodrö, in die Einsamkeit.

So wie eine junge Biene beim Anblick eines Gartens voller Lotosblüten, haftet mein Geist an der Verheißung von Einsamkeit. Um die Verheißung des Nektars der

Um späteren Generationen von Schülern zu zeigen, wie man sich an völliger Abgeschiedenheit erfreut, hinterließ Rendawa Zhönu Lodrö (1348–1412), nachdem er über die Vorzüge der Einsamkeit nachgedacht hatte, folgende Belehrung, die ihm selbst Ermutigung war.

Konzentration zu erfahren, ziehe ich, Zhönu Lodrö, in die Einsamkeit.

So wie der kühle Wind aus den Malaya-Bergen im Frühling, sind die Bergwiesen der Wälder eine Wonne für meinen Geist. Weil die Geistesplagen, die Horden von Māra, zerstört werden müssen, ziehe ich, Zhönu Lodrö, in die Einsamkeit.

Der Führer der Welt, der Lehrer der Götter und Menschen, lehrte das Verlangen nach Erfüllung der Sinne als Wurzel der Zerstörung. Die Objekte der Begierde können nichts als Leiden schaffen. Sie sind die Ursache für Krankheit, Tumore und Schmerz.

So wie ein Leprakranker, der seine Schwären kratzt, wie ein Fieberkranker, der kühles Wasser trinkt, wie ein Dürstender, der salziges Wasser schluckte, so wird man niemals Befriedigung finden, wenn man dem Verlangen nachgibt.

Wie eine schmackhafte Speise, die Gift enthält, wie Honig, der an einer scharfen Klinge haftet, wie Gras, das von einem Viehgespann gefressen wird, so bieten die Freuden wenig Nutzen, aber viele Nachteile.

Wie eine Fliege, die am Dung des Elefanten klebt, wie Rotwild, das der lieblichen Weise des Jägers lauscht, wie ein Fisch, der am Köder des Angelhakens hängt, so werden die Toren schnell untergehen, die nach Sinnesfreuden trachten.

Er verweilte einsgerichtet in der Praxis

Nachdem Rendawa so gesprochen hatte, ging er, um sich in der Einsamkeit, in dem dichten Wald von Kyirong in Mangyül an der Grenze zwischen Tibet und Nepal, allein der Meditationspraxis zu widmen. In Metog Dangchen, dem Ort der manifesten Freude der Heiligen, bemühte er sich um die Befreiung, von der er von den Bodhisattvas freudig gehört hatte, und verweilte einsgerichtet in der Praxis.



Jens Nagels

Zu jener Zeit, nachdem sich ihm Schülerinnen und Schüler angeschlossen hatten, die von diesem Erhabenen fasziniert waren, kamen auch viele Piṭakadharas [Halter der Drei Körbe von Vinaya, Sūtra und Abhidharma], die den Wunsch hatten, sich in der Einsiedelei einsgerichtet der Meditationspraxis zu widmen. Nachdem sie immer wieder einmal den großen Meister Jetsün Rendawa gebeten hatten, sie den Dharma zu lehren, empfingen sie nun den Nektar des Dharma von ihm und verweilten anschließend in den einsamen dichten Wäldern in der Meditation; einige allein, einige in Vierergruppen, einige zu acht, einige zu zwanzig usw.

Nachdem die Eremiten so allein oder in Gruppen gelebt hatten, erlangten sie entsprechende Verwirklichungen; viele Eremiten, Bhikṣus, welche die Drei Höheren Schulungen verinnerlicht hatten, lebten an Orten wie den Berghängen rechts und links von Metog Dangchen, auf dem Maṅi lakha (Maṅi-Bergpass), in der Bragkha (Fels-Region), in der Phugpoche (Große Höhle), auf dem Chöding (Dharma-Plateau), in der Lhangaphug (Höhle

der fünf Gottheiten), in der Ladeb Chödzung (Hochburg des Dharma an der Seite des Passes), in der Kyangphen Namkhadzong (Himmelsfestung, gut für Maultiere), in Longse Samtenling, in Günphu Gönsar und in Tsa'i-kang Tsugphug.

Sie praktizierten den gesamten Pfad so, wie er früher, zur Zeit, als man Buddha Śākyamuni noch persönlich von Angesicht zu Angesicht treffen konnte, praktiziert wurde und wie er während der Praxis-Periode gelehrt worden war. Und dadurch geschah es, dass dieser Ort sich in alle Richtungen füllte, und die Gottheiten, die auf der guten Seite sind, nachdem sie darüber erfreut und zufrieden waren, Verse der Glücksverheißung rezitierten.

Zu jener Zeit erlangte auch der große Meister Jetsün Tsongkhapa Ruhm unter denen, die bei dem großen Meister Je Rendawa praktizierten.

Auch Thangtong Gyalpo (1361–1485) kam, nachdem er vom Ruhm des großen Meisters Jetsün Rendawa gehört hatte, nach Metog Dangchen, um ihn zu sehen; und es wird berichtet, dass die Dharmaaunterweisungen, die er bei ihm hörte, die Bedingungen schufen für den Wandel seines Geistes zum Dharma hin.

Der große erhabene Rendawa legte erstmals durch makellose Argumentation den kostbaren Sinn der Gedanken der Lehren des Buddha so dar, wie die beiden Wegbereiter der Gedanken des Siegers, Nāgārjuna und Asaṅga, den Sinn dieser Lehren des Buddha erläutert hatten. ▀

Dieser Text basiert auf der Teil-Übersetzung der Mittleren Rendawa-Biographie in *Lam rim bla ma bryud pa'i rnam thar* (1787), einer Biografiensammlung von Yeshe Gyaltsen (1713-1792), sowie der Übersetzung der Großen Rendawa-Biografie (erste Hälfte des 15. Jh.) von Ngaripa Sangye Tsemo (geb. 14. Jh.). Aus dem Tibetischen von Dr. Carola Roloff (Magisterarbeit 2003, Dissertation 2009).