



*Auf der Ebene des Relativen  
erscheint der Meister in menschlicher Gestalt,  
gibt Lehren und zeigt uns den Weg.  
Durch seine Unterweisungen und seinen Segen  
werden eines Tages seine Verwirklichung  
und unsere eins werden.*

*Dann werden wir erkennen,  
dass der absolute, innere Meister  
als die Natur unseres Geistes  
immer gegenwärtig war.*



Jamgön Kongtrul



# »ALLES HÄNGT VOM GEIST AB!«

*Geshe Pema Samten spricht über die Bedeutung von Ritualen in der tibetisch-buddhistischen Tradition und erläutert, wodurch sie ihre Wirkung entfalten.*



INTERVIEW MIT GESHE PEMA SAMTEN  
VON FRANK DICK

**G**en-la, ich möchte mit Ihnen über das Thema „Rituale“ sprechen. Sie sind Abt des Dargye-Klosters in Tibet. Gehört es zu Ihren Pflichten, auch die Durchführung aller verschiedenen Rituale zu beherrschen?

GESHE PEMA SAMTEN: Nein, nicht unbedingt, es gibt schließlich in einem Kloster viele Mönche, die große Erfahrung mit den verschiedenen Ritualen haben. Manche sind richtige Experten. Zudem besteht die Hauptaufgabe eines Abtes nicht darin, Rituale durchzuführen. Aber natürlich ist es von Vorteil, sie zu kennen.

*Wie viele Rituale gibt es eigentlich im Tibetischen Buddhismus? Kann man da überhaupt eine Zahl nennen?*

GESHE PEMA SAMTEN: Oh, die sind wahrscheinlich nicht zu zählen. Das Spektrum ist sehr groß. Es beginnt schon mit der Rezitation des Herzsūtras

zum Abwenden von Hindernissen, das die Mönche in den Klöstern täglich rezitieren. Es gibt auch Rituale, die in Verbindung mit dem Vinaya stehen – das Übertragen von Gelübden zum Beispiel –, aber die meisten Rituale sind in die tantrische Praxis eingebettet. Wie Sie wissen, gibt es zahllose tantrische Gottheiten, entsprechend groß ist auch die Zahl der Rituale. Hinzu kommt, dass jede der verschiedenen Traditionen noch spezielle Rituale kennt.

*Bleiben wir bei den tantrischen Ritualen. Könnten Sie ein paar Rituale nennen, die beispielsweise in Ihrem Kloster in Tibet durchgeführt werden?*

GESHE PEMA SAMTEN: Nun, wenn ich jetzt mal die Situation in Dargye nehme, so gibt es dort zum einen bestimmte Rituale, die in erster Linie klosterinterne Bedeutung haben. So werden dort im Zusammenhang mit dem Vinaya<sup>1</sup> die Mönchsgelübde abgelegt, die Sommerklausur und deren Auflösung

finden statt und regelmäßig führen wir Sodschong<sup>2</sup> durch. Zudem gehören turnusmäßig Zeremonien in Verbindung mit den großen tantrischen Meditationsgottheiten wie Guhyasamāja, Yamāntaka und Cakrasaṃvara sowie die Sarvavid-Praxis, eine besondere Form von Buddha Vairocana (Künrig, tib. *kun rig rnam par snang mdzad*), dazu. Zum anderen machen die Mönche sehr häufig Rituale für die Menschen aus der Bevölkerung. Diese bitten dann speziell darum und laden dazu gewöhnlich die Mönche in ihre Häuser ein.

*Was sind das für Anlässe, zu denen die Leute ein Ritual in Auftrag geben?*

GESHE PEMA SAMTEN: Die Anlässe sind vielfältig. Wenn jemand krank ist, werden die Mönche meist um spezielle Medizinbuddha-Rituale gebeten. Fast alle Menschen, die ich dort kenne, lassen Medizinbuddha-Pūjas durchführen, schon bevor sie zum Arzt gehen. Sie erhoffen sich, dass dadurch die Behand-



Geshe Pema Samten bei einer Feuerpüja in Tibet

lung der Ärzte gut gelingt und die Medizin anschlägt.

Wenn jemand im Sterben liegt oder gerade verstorben ist, führen die Mönche des Dargye-Klosters gewöhnlich die Vairocana-Praxis durch. Diese ist sehr umfangreich und enthält viele Rezitationen sowie viele verschiedene Mudrās. Diese Vairocana-Form nennt man auch den „König, der vor Geburten im niederen Dasein bewahrt“.

Dann haben wir die Rituale in Verbindung mit Ārya Tārā. Danach fragen sehr oft Menschen, die in Not sind, Geschäftsleute, die Probleme haben, Menschen, die sich ein Kind wünschen oder, später dann, eine Geburt ohne Komplikationen...

Zu speziellen Anlässen führen die Mönche auch die Chöd-Rituale durch, wenn jemand beispielsweise einen Unfall hatte, bei einem Gewaltverbrechen, einer Leichenbestattung und auch wenn befürchtet wird, dass irgendwelche nicht-menschliche Wesen einen negativen Einfluss ausüben.

*Was ist dann Ihre Aufgabe dabei?*

GESHE PEMA SAMTEN: Bevor die Leute ein Ritual durchführen lassen, bitten sie mich oft um ein Mo<sup>3</sup>. Das Mo empfiehlt dann eine spezielle Praxis. Bei manchen kommt der Rat, eine bestimmte Initiation zu nehmen oder sehr umfangreiche Rituale durchzuführen. Ehrlich gesagt, habe ich oft nicht die Zeit dafür, sondern ich gehe dann mit den Mönchen hin und nehme an einigen Sitzungen teil oder gebe die entsprechenden Initiationen. Wenn es sich beispielsweise um eine Langlebens-Initiation handelt, besuche ich den Kranken und gebe die entsprechende Einweihung oder führe spezielle Rituale zum Abwenden von Hindernissen durch.

*Ich habe das schon miterlebt. Die Leute wecken Sie ja sogar nachts auf.*

GESHE PEMA SAMTEN: Das stimmt, aber dann handelt es sich auch um akute Notfälle.

*Welche Erfahrung haben Sie mit Ritualen gemacht? Entfalten sie eine Kraft? Wirken sie?*

GESHE PEMA SAMTEN: Der Buddha hat deutlich gemacht, dass alles vom Geist abhängt. Die Menschen laden die Lamas und Mönche aus großer Überzeugung und in tiefem Vertrauen in die Wirksamkeit ihrer Hilfe ein. Die Lamas und Mönche ihrerseits haben den Wunsch zu helfen. Und hinzu kommt jetzt noch ein kraftvolles Ritual, das im Einklang mit der Überlieferung steht. Das nennt man Abhängiges Entstehen. In diesem Zusammenhang erlebe ich es oft, dass die Rituale wirken. Wichtig dabei ist, dass eine entsprechende Überzeugung vorliegt. Wenn der Geist Vertrauen hat, ist die Wirkung möglich, wenn nicht, dann ist sie so gut wie unmöglich.

Beispielsweise gibt es Krankheiten, die weniger körperlicher sondern eher geistiger Natur sind. Nach traditioneller Vorstellung können solche Krankheiten

durch bestimmte Geistwesen ausgelöst werden. Wir machen dann auch entsprechende Rituale, die meiner Erfahrung nach sehr wirksam sind. Bis auf wenige Ausnahmen sind die meisten Leute danach wieder bei guter Gesundheit.

*Wir sprechen hierzulande dann von psychischen oder psychosomatischen Krankheiten. Aber wenn jemand psychisch schwer erkrankt ist, dann ist er doch nicht in der Lage, den Lama um ein Heilungsritual zu bitten?*

GESHE PEMA SAMTEN: Die Person selbst natürlich nicht, aber ihre Angehörigen. In unserer Gegend ist es dann so, dass die Familie kommt und um entsprechende Hilfe bittet. Ich habe das schon oft erlebt.

*Wenn die Rituale sogar Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen erreichen, spricht das für eine starke Prägung. Meinen Sie, dass der gemeinsame spirituelle und kulturelle Hintergrund wichtig ist?*

GESHE PEMA SAMTEN: Auf jeden Fall! Deswegen haben die Rituale in Tibet eine so große Kraft. Es gibt so gut wie niemanden in meiner Heimat, der nicht die eine oder andere Pūja in Auftrag gibt, wenn er selbst oder ein Mitglied der Familie in Not ist. Und wenn ihnen in den arbeitsreichen Sommermonaten die Zeit dazu fehlt, so verschieben sie die Durchführung der Rituale eben auf den Winter. Sie ausfallen zu lassen kommt für sie nicht in Frage.

Wenn sie kein Vertrauen in die Wirksamkeit des Dharma hätten, würden sie das sicherlich nicht tun. Die Menschen haben tief in ihrem Herzen diese Prägung. Diese Überzeugungen betreffen ja auch nicht primär die Ebene des Verstandes. In Tibet ist man von klein auf mit dieser Betrachtungsweise vertraut. Ja, ich denke schon, dass es da

einen großen Unterschied zu den Menschen hier gibt.

*In manchen Ritualtexten, wie der Guru-Pūja, wird davon gesprochen, dass aus der Kraft von Konzentration, Mantra und Mudrā ein Segen entsteht. Braucht der Durchführende eines Rituals besondere Konzentrationskräfte?*

GESHE PEMA SAMTEN: Lassen Sie es mich so sagen: Für ein kraftvolles Ritual sind drei Dinge wichtig; der Lama, das Vertrauen der Person, die darum bittet, und, wie schon erwähnt, ein Ritual, das im Einklang mit der Überlieferung steht. Entscheidend dabei ist das Vertrauen.

Meiner Erfahrung nach sind die Tibeter tief überzeugt davon, dass der Lama solche Kräfte hat. Und selbst wenn man sagt, dass man keine besonderen Kräfte besitzt, wird einem dies bloß als Bescheidenheit ausgelegt. Also, keine Chance! (Lachen) Die Leute gehen zu dem ihrer Meinung nach besten Lama weit und breit, und es ist für sie selbstverständlich, dass dieser solche Kräfte besitzt. Natürlich wäre es gut, wenn es so wäre, aber selbst dann ist das Vertrauen entscheidend.

*Manche Rituale wirken ja höchst beeindruckend. Ist dies von Bedeutung?*

GESHE PEMA SAMTEN: Aber natürlich! Das Ritual ist eine Methode, die durch ihre Form die Überzeugung in ihre Wirksamkeit weckt. Nehmen wir als Beispiel eine Feuerpūja, wie wir sie am Ende mancher Klausuren in Semkye Ling durchführen. Eigentlich ist es ja nur eine Darbringung von Opfergaben an die Gottheiten. Sie hat unter anderem den Zweck, dass wir uns durch die Verdienste, die aus der Darbringung entstehen, von Hindernissen reinigen, die möglicherweise aufgrund von Fehlern bei der Durchführung der Klausur entstan-

den sind. Sie haben sicher selber schon gespürt, wie kraftvoll dieses Feuerritual ist, wenn man die entsprechenden Meditationen dazu macht. Hinterher hat man schon ein starkes Gefühl von Läuterung, oder nicht?

*Doch, das habe ich auch so empfunden! Auf was sollte man achten, wenn man selbst ein Ritual durchführt?*

GESHE PEMA SAMTEN: Das Wichtigste zu Beginn ist Mitgefühl. Wenn man ein Ritual für jemand anderen durchführt, macht man sich die Notlage des anderen bewusst, man entwickelt starkes Mitgefühl und Wohlwollen für die Person und führt dann das Ritual konzentriert durch. Im Mahāyāna sollte es immer eine altruistische Motivation sein, mit der man eine spirituelle Praxis beginnt. Wenn es sich zudem um ein tantrisches Ritual handelt, wäre es entscheidend, zusätzlich zum Erzeugen von Bodhicitta eine Selbsthervorbringung als Gottheit durchzuführen.

Als gewöhnliche Person hat man nicht die entsprechende Kraft, die sich ergibt, wenn man aus dem sogenannten göttlichen Stolz heraus handelt. Meiner Meinung nach ist das ein sehr wichtiger Punkt, an dem sich wieder das Abhängige Entstehen verdeutlicht. Zum einen hat die Person, die in Not ist, den Wunsch nach kraftvoller Hilfe. Dieser Wunsch trifft dann auf die Kraft des Gottheiten-Yoga. Wenn dies auf wunderbare Weise zusammenpasst, kann es den entsprechenden Nutzen bewirken.

*Manchmal werden ja die Rituale religiös Praktizierender belächelt und ihr Nutzen in Frage gestellt. Wie ist Ihre Haltung dazu?*

GESHE PEMA SAMTEN: Diese Kritik ist mir nicht fremd. Selbst in den Klosteruniversitäten werfen manche gebildeten Mönche die Frage auf, was das

Rezitieren von Pūjas bringen soll. Der Ursprung solcher Kritik bezieht sich zum einen darauf, dass kein wirklich gutes Verständnis des Dharma zustande kommt, wenn man das Studium des Dharma vernachlässigt und sich primär der Ausführung von Ritualen widmet. Zudem kann man natürlich in Frage stellen, welchen Nutzen das Durchführen von Ritualen haben soll, wenn man deren tiefere Bedeutung nicht versteht. Dies sehe ich ähnlich. Man sollte dabei aber erkennen, dass die Kritik sich nicht auf die Rituale, Pūjas etc. an sich bezieht. Die meisten Ritualtexte wurden von verwirklichten Meistern verfasst, sicher nicht zum Spaß, sondern mit dem Wunsch, den Lebewesen zu nützen.

Besitzt man ein gutes Verständnis des Dharma und ist sich dessen tieferer Bedeutung bewusst, dann haben diese Praktiken einen großen Nutzen und zwar sowohl für denjenigen, um dessen Wohl es geht, als auch für den, der sie durchführt. Wenn man beispielweise Ritualtexte des Kriyā-Tantra betrachtet, dann wird in den meisten Fällen der Praktizierende in Verbindung mit der Selbsthervorbringung die Meditation der sogenannten „Sechs Gottheiten“ durchführen. Dies sind von Buddha überlieferte tiefgründige Praktiken, die für denjenigen, der sie übt, sehr wirkungsvoll sind. Jemanden bei dieser Übung zu belächeln, hieße, dass man nicht nur die Person selbst, sondern auch den Dharma herabwürdigt.

*Von der psychologischen Warte aus betrachtet, funktionieren Rituale auch in dem Sinne, dass sie ein Gefühl von Gemeinschaft und Sicherheit vermitteln.*

GESHE PEMA SAMTEN: Das ist ganz sicher so! Nicht nur das Gefühl von Gemeinschaft wird gestärkt. Die Dharma-praktizierenden in Tibet wissen, dass in der gemeinsamen Praxis eine sehr große Kraft steckt, sie ist eine Stütze für die ei-

gene persönliche Praxis und Entwicklung. Bei der Praxis des Dharma sind wir bemüht, tiefe Einsicht in die Realität zu gewinnen. Eine tiefe Einsicht entsteht auch dadurch, dass wir neben dem Studium des Dharma auch Verdienste sammeln und unseren Geist reinigen. Die Kraft der Reinigung und der Verdienste wird spürbar stärker in der gemeinsamen Praxis.

Von Vorteil ist dabei, wenn man die Gebete größtenteils auswendig kennt, so dass man während der Rezitation nicht auf die Texte schauen muss. Wenn wir uns auf das Augenbewusstsein fokussieren müssen, haben wir im geistigen Bewusstsein weniger Kapazität für die Meditation. Dies ist der Vorteil des Auswendiglernens. Wenn wir in einer schönen Melodie gemeinsam Rezitieren und die Inhalte meditieren, dann entsteht in der Gemeinschaft eine große Kraft im Geist eines jeden Einzelnen. Das können wir selber erfahren. Sogar die Disziplinare in Sera machen den Mönchen regelmäßig deutlich, dass sie vom Glück begünstigt sind, mit so vielen anderen Mönchen gemeinsam beten zu können. Die Kraft, die dabei entsteht, würde man allein nur schwer erzeugen können. Es ist wie bei einem Besen: Wenn dieser nur eine Borste hat, kann man damit kaum Schmutz beseitigen. Hat er aber viele, dann kann man gut damit fegen!

*Wie sehen Sie die Situation hier in Deutschland?*

GESHE PEMA SAMTEN: Ich habe den Eindruck, dass da durchaus noch Nachholbedarf besteht. Ich mache das daran fest, dass an den Veranstaltungen, bei denen man gemeinsam praktizieren kann – beispielsweise bei unseren regelmäßigen Lama Chöpa-Terminen – relativ wenige Praktizierende teilnehmen. Vielleicht liegt es an eurer starken Gewohnheit, immer wieder Neues haben und erleben zu wollen. In Verbindung

mit dem Dharma ist dieses Muster aber nicht sehr hilfreich. Es geht ja auch darum, Inhalte zu vertiefen und zu anderen Ebenen der Erfahrung zu kommen, und dabei kann die Praxis in der Gemeinschaft sehr hilfreich sein.

*Geshe-la, vielen Dank für das interessante Gespräch!*

<sup>1</sup> Der Vinaya behandelt die ethische Schulung speziell der Mönche und Nonnen und das Regelwerk ihrer Gelübde.

<sup>2</sup> Ritual von Ordinierten zur Pflege und Reinigung ihrer Gelübde („Beichtfeier“)

<sup>3</sup> Das MO-Orakel befragt der Lama gewöhnlich mithilfe eines Würfels und der Anrufung einer Gottheit.



GESHE PEMA SAMTEN (57) schloss 1997 an der Klosteruniversität Sera Jhe in Südindien seine Ausbildung zum Lharampa-Geshe ab. Er ist Abt des Tashi Dargye-Klosters in Osttibet. 2003 kam er auf Einladung von Geshe Thubten Ngawang nach Hamburg und ist seitdem ständiger Lehrer im Tibetischen Zentrum, spiritueller Leiter des Tibet-Zentrums Samten Dargye Ling e.V. in Hannover und Mitbegründer von Pema Ling e.V.