



Christof Spitz



Archiv TZ



Nagels

Bild oben: Am 16. Dezember 2004 besuchte S.H. der Dalai Lama Kensur Rinpoche in seinem Zimmer im Kloster Sera. Rechts im Bild: Geshe Lobsang Palden, Abt von Sera Jhe.

Bild unten: Kensur Rinpoche mit Geshe Thubten Ngawang im Jahr 2000 im Meditationshaus Semkye Ling.

Bild links: Kensur Rinpoche im Januar 2007.



# Gelehrter und Yogi: Kensur Geshe Ugyen Rinpoche (1914–2007) Stationen seines Lebens

Kensur Geshe Ugyen Rinpoche (1914–2007) verstarb im Oktober 2007 in Südindien. Rinpoche war einer der größten Meister des tibetischen Buddhismus unserer Zeit und einer der Hauptlehrer im Tibetischen Zentrum. Christine Rackuff skizziert die Stationen seines Lebens.

zusammengestellt von Christine Rackuff

Im Alter von 93 Jahren verstarb am 11. Oktober 2007 Kensur Geshe Ugyen Rinpoche in seinem Kloster Sera Jhe in Südindien. Er gehört zu jener Generation tibetischer Meister, die ihre Ausbildung noch im traditionellen Tibet erhielten und abschlossen. Zu dem menschlichen Verlust und der Trauer gehört die schmerzliche Einsicht, dass mit dem Tod dieser großen Meister immer auch unschätzbare Wissen und spirituelle Erfahrungen des Buddha-Dharma verloren gehen.

Der Osten Tibets zwischen weiten Hochebenen und schneebedeckten Bergriesen gehört zu den ärmeren Gegenden des Landes. Hier, in der Provinz Dargyab in Kham, nahe der chinesischen Grenze, wurde Rinpoche im Jahr 1914 in dem kleinen Dorf Yülschül in der Region Dotö geboren.

Seine Eltern nannten ihn Ugyen Tseten. Im Alter von vier Jahren begann der kleine Ugyen Tseten bei seinen Eltern lesen und schreiben zu lernen, eine Schule gab es nicht. Sie hielten ihren Sohn an, Dharmaschriften zu lesen und auswendig zu lernen.

In der Provinz Dargyab gab es zahlreiche Klöster mit vielen Mönchen, die dort den Dharma und die philosophischen Texte studierten. Auch die Menschen außerhalb der Klöster waren gläubig. Sie nahmen Zuflucht,

rezitierten Mantras und führten religiöse Zeremonien durch. Diese Lebensbedingungen haben in Ugyen Tseten schon früh Interesse am Dharma geweckt.

Indes hatte er sich noch viele Jahre zu gedulden, bis er mit 19 Jahren endlich ein systematisches Studium beginnen konnte. Während seiner Kindheit und Jugend lebte er auf dem kleinen Bauernhof seiner Eltern. Mit Ziegen, Kühen und Pferden zog er tagelang umher, um gute Weideplätze für sie zu finden. Zurück auf dem Hof wartete harte körperliche Arbeit auf ihn. Seine Eltern hofften, dass er bei ihnen bleiben würde, um ihnen auch im Alter zur Seite zu sein. Doch der junge Ugyen hatte andere Pläne. Wie oft in seinem Leben reifte die Zeit der Erfüllung nur langsam heran, und er musste viel Geduld üben. Auch in späteren Jahren wurde diese Tugend von ihm gefordert, nicht zuletzt von S.H. dem Dalai Lama persönlich.

## „Werde Mönch!“

Anfang des 20. Jahrhunderts lebten in China viele Buddhisten, und von Zeit zu Zeit reisten Geistliche aus China nach Tibet. Als Ugyen Tseten zehn Jahre alt war, ritt eines Tages ein chinesischer Wahrsager durch das Dorf.

Er schlug die Trommel und konnte aus der Hand lesen. Auch Ugyen ließ sich aus der Hand lesen, und es beglückte ihn, was der Lama ihm riet, da es seinen eigenen Wünschen entsprach: Er solle Mönch werden, meinte der Lama, dann würde sein Leben glücklich. Er sei in der Lage zu studieren, die Lehren gut zu verstehen, Tugenden zu entwickeln und ein langes Leben zu genießen. Als Laie dagegen hätte er nicht viel Erfolg, würde viele Schwierigkeiten durchstehen müssen und ein kurzes Leben haben.

Der junge Ugyen behielt diese Worte in seinem Herzen, aber es sollten noch neun Jahre vergehen, bis er sie in die Tat umsetzen konnte. Unerwartet plötzlich kam es zu bewaffneten Auseinandersetzungen zwischen Chinesen und Tibetern, in die das nahe Kloster Dargye verwickelt war.

Ugyen und einige seiner gleichaltrigen Freunde aus dem Dorf beschlossen, ohne Wissen der Eltern von zu Hause fort zu gehen. Ihr Ziel war Lhasa, dort waren die besten Klosteruniversitäten. Auf Yaks und Pferden waren sie genau einen Monat und 27 Tage unterwegs. Erschöpft, aber glücklich suchten sie sich eine provisorische Bleibe. Sie trafen auf einen Mönch, der in Sera lebte und sie mitnahm.

Man schrieb das Jahr 1933, als Ugyen Tseten, der Bauernjunge aus

dem weit entfernten Dorf Yülschül in Kham, in das Kloster Sera in Lhasa eintrat. Mit 19 Jahren begann er dort sein lang ersehntes buddhistisches Studium. Niemand, am allerwenigsten er selbst ahnte, dass aus ihm einer der bedeutendsten Tantrameister der Gegenwart werden sollte.

### Nachts debattieren statt schlafen

Die ersten Studienjahre waren nicht leicht für den jungen Mönch aus Daygab. Es gelang ihm oft nicht, die Themen zu verstehen. Das machte ihn unzufrieden und mutlos, er dachte sogar daran, in sein Heimatdorf zurückzukehren. Doch er gab nicht auf und blieb, trotz aller Ängste, es nicht zu schaffen.

Zuerst studierte er die Gesammelten Themen über Gültige Erkenntnis (pramāṇa), den anfänglichen, mittleren und den großen Pfad der Logik. Hinzu kamen die Vollkommenheiten (pāramitā), die Philosophie des Mittleren Weges (madhyamaka), das Höhere Wissen (abidharma) und die Schulung der Disziplin (vinaya). Über ein Jahr lang wurden zusätzlich zum täglichen Studium jede Nacht zwei

Debatten geführt. Insgesamt studierte er sechs Jahre lang die Vollkommenheiten nach den Schriften von Maitreya über den Bodhisattvapfad.

Im Alter von 25 Jahren nahm Ugyen Tseten während seiner Studien bei Purbutschok Dschampa Rinpoche, einem Tutor des 13. Dalai Lama, das Gelübde eines voll ordinierten Mönches. Er erhielt den Mönchsamen Yeshe Sönam.

Yeshe Sönam Ugyen Tseten hatte im Laufe seines Studiums viele große Lehrer. Er erhielt zwei Monate dauernde Belehrungen von Kyabje Pabongka Rinpoche über die Acht Großen Lamrim-Überlieferungen.

Im Kloster gab es sehr selten freie Zeit. Es wurde studiert, debattiert, meditiert, oftmals Tag und Nacht. Unter den Mönchen hieß es damals: „Selbst wenn dir die Haare auf dem Kopf brennen würden, fändest Du keine Zeit, sie zu löschen.“ Das galt besonders für die vier Jahre der Madhyamaka-Schulung. Hauptthema darin ist die Leerheit, und die Mönche studieren Kommentare indischer Meister wie Nāgārjuna und Candrakīrti sowie tibetischer Gelehrter wie Dsche Tsongkhapa.

In dieser Zeit lehrten auch Kyabje Trijang Rinpoche und Kyabje Ling Rinpoche, die beiden Hauptlehrer

S.H. des Dalai Lama, an der Kloster-Universität Sera in Lhasa. Sönam Yeshe Ugyen Tseten hatte sich auch während seines Studiums immer bemüht, verschiedene Initiationen und Meditationsanweisungen der großen Meister jener Zeit zu erhalten. Die Mönche hatten stets mehrere Lehrer. Immer wieder wurden sie von ihnen dazu angehalten, mit großem Eifer zu studieren, selbst wenn es, wie so oft, an einfachsten materiellen Annehmlichkeiten im Klosteralltag mangelte.

### Krieg und Konflikte verhindern den Dharma

In jener Zeit des intensiven Studiums von Ugyen Tseten in Sera wurde der 14. Dalai Lama Tenzin Gyatso (geb. 1935) als Wiedergeburt anerkannt und nach Lhasa gebracht. Mit 15 Jahren, im November 1950, als chinesische Truppen schon im Osten Tibets standen, übernahm er auch die politische Führung des Landes. Ugyen Tseten empfand diese politisch unruhige Zeit als äußerst behindernd für den Dharma: „Es ist unmöglich, den Geist tief mit dem Dharma zu verbinden, wenn die meisten Menschen mit Krieg und Konflikten beschäftigt sind.“ In

## Dharma-Praxis im alten Lhasa

*Kensur Rinpoche beschrieb in einem Interview mit Tibet und Buddhismus (Heft 68, 2004), wie intensiv in Lhasa Dharma unterrichtet und praktiziert wurde:*

„Was mich in meinem Leben nachhaltig beeindruckt hat, waren die Unterweisungen von Kyabje Trijang Rinpoche in Lhasa. Sie haben mich so beeindruckt, dass ich fest entschlossen war, alle Verbindungen zu diesem Leben aufzugeben und mich ganz der Dharma-Praxis zu widmen.“

Die Unterweisungen waren ein Auslöser dafür, dass in mir ein festes Vertrauen in den Stufenweg zur Erleuchtung (Lamrim) entstand, dass eine große Entschlossenheit in mir aufkam, ganz dem Weg des Dharma zu folgen und mich insbesondere mit den Übungen des Erleuchtungsgeistes zu befassen.

Ich habe in Tibet siebenmal an Lamrim-Unterweisungen von Kyabje Trijang Rinpoche teilgenommen.

Der Unterricht war immer mit Meditation verbunden, nicht wie hier, dass der Lehrer etwas erklärt und wir nur zuhören. Der Meister gab Unterweisungen, und am Abend meditierten wir darüber. Besonders die Erläuterungen über den Erleuchtungsgeist waren für mich sehr inspirierend. Ich merkte, wie sich mein Geist veränderte. Bei dem Ritual zur Erzeugung des Erleuchtungsgeistes, bei dem viele Opfergaben dargebracht wurden, merkten wir, wie der Erleuchtungsgeist in uns heranreifte.

Natürlich spielte der Lehrer eine große Rolle. Kyabje Trijang Rinpoche war ein überragender Meister, und es war eine intensive Zeit des Lernens von Dharma, ganz anders als hierzulande, wo die Unterweisungen mehr ein Abbild der Lehren sind. Ich habe heute keine Schwierigkeiten, den Dharma zu erläutern und Fragen zu beantworten und verdanke all dies meinem gütigen Lehrer.“

ihm entstand der tiefe Wunsch nach Abgeschiedenheit und Meditation. Doch die Erfüllung ließ noch lange auf sich warten. Zunächst galt es, die höheren Klassen und Studiengebiete von Vinaya und Abhidharma mit Abhidharmakośa („Das Schatzhaus des Höheren Wissens“) von Vasubandhu abzuschließen.

Nach weiteren intensiven Jahren des Studiums besuchte Ugyen Tseten in Sera die vorbereitende Karam-Klasse, auf die dann die Lharam-Klasse mit dem Abschluss als Lharampa-Geshe folgte. Nach 25 Jahren Studium legte Ugyen Tseten diese höchste Prüfung der Klosteruniversitäten 1958 in Lhasa ab. Dies geschah, wie nach alter tibetischer Tradition üblich, im Rahmen eines Großen Gebetsfestes mit öffentlicher Debatte, in der eine einzige falsche Antwort das Aus bedeutet.

Äbte, hohe Gesches und viele Mönche aus den drei Klosteruniversitäten Drepung, Sera und Ganden sowie kleineren Klöstern nahmen teil. „Ich empfand es als furchteinflößend, vor dieser Kulisse fehlerfrei debattieren zu müssen,“ gesteht Geshe Ugyen Rinpoche später freimütig. Dennoch besteht er die schwere Prüfung. Unmittelbar danach tritt er in das Tantra-Kolleg Gyüme ein, wo ihn noch weitaus strengere disziplinarische Vorschriften erwarten. Man durfte zum Beispiel nur zweimal täglich Tee trinken.

Im Frühjahr 1959 erfuhren die Gesches von der Flucht des Dalai Lama aus Tibet nach Indien. Sofort beschlossen sie, Seiner Heiligkeit ins indische Exil zu folgen, ohne dass sie für die beschwerlichen Pfade über hohe Himalaya-Pässe und die Gefahren in Schnee und Eis gerüstet waren.

Alles ging gut, „die Angst vor den Chinesen machte uns beweglich“, und so trafen sie, am Rande ihrer Kräfte,

aber unversehrt, in Indien ein. Geflohene Mönche aller vier Traditionen trafen sich in Buxa wieder, einem Gefangenenlager aus der englischen Kolonialzeit, das die indische

Ugyen Rinpoche nichts sehnlicher wünschte als eine längere Meditationsklausur, folgte er dem Rat Seiner Heiligkeit, nach Indien zurückzukehren und im Tantra-Kolleg bei



Geshe Ugyen in jüngeren Jahren (von links nach rechts:) Mitte der 70er Jahre in Indien, Mitte der 80er Jahre beim Füllen der großen Statuen im Tempel in Hamburg und während einer Zeremonie.

Regierung den Tibetern zur Verfügung gestellt hatte. An die 1000 Mönche lebten dort unter einem Dach, studierten und praktizierten unter primitivsten Bedingungen. Fünf Jahre im Tantrakolleg Dalhousie in Himachal Pradesh schlossen sich an.

### Endlich meditieren

Es folgten Jahre des Lehrens im Westen. Auf Wunsch des Dalai Lama war Geshe Ugyen Rinpoche von 1967 bis 1974 als Abt des neu gegründeten Klosters Rikon in der Schweiz tätig. Die große tibetische Flüchtlingsgemeinde in der Alpenrepublik sollte durch die Mönche des Klosters mit dem tibetischen Buddhismus weiter verbunden bleiben.

Während einer Kalacakra-Initiation in Bodhgaya veränderte sich sein Leben erneut auf Anweisung S.H. des Dalai Lama. Obwohl sich Geshe

Hunsur in Südindien die Aufgaben des Abtes wahrzunehmen. Unter seiner Leitung blühte das Kloster auf.

Doch mit fortschreitendem Alter wollte Geshe Ugyen die Pläne für eine lange Klausur nicht weiter aufschieben. Mit Zustimmung des Dalai Lama kehrte er ohne Funktion nach Rikon zurück und wohnte dort privat bei einer Schweizer Familie. In einem kleinen Zimmer in der Wohnung eines Mehrfamilienhauses verbrachte Rinpoche ab Herbst 1977 fünf Jahre in Klausur. Allein drei Jahre lang führte er die Vorbereitenden Übungen durch: die fünf allgemeinen und die vier speziellen.

Dann begann er die eigentliche Klausur über Yamāntaka, eine Verkörperung der Weisheit aller Buddhas: 13 Millionen Mal rezitierte er das Hauptmantra der Gottheit, was weitere zwei Jahre in Anspruch nahm.

Nach Ende seiner Klausur suchte Geshe Thubten Ngawang (1932–2003), Geistlicher Leiter des Tibe-



Bei seinen letzten Besuchen hielt sich Rinpoche im Meditationshaus auf: Gebete zur Einsegnung des Veranstaltungsortes für den Dalai Lama-Besuch in Schneverdingen 1998 (links) und Verabschiedung von den Ordinierten im Jahr 2002 nach seinem letzten Besuch.

tischen Zentrums und einer der Hauptschüler von Kenschur Geshe Ugyen Rinpoche, seinen Lehrer auf, um ihn in das Tibetische Zentrum nach Hamburg einzuladen. So kam Rinpoche Mitte der 80er Jahre erstmals nach Hamburg, um Unterweisungen und Initiationen zu geben, auch bei der Einweihung des Stüpas 1986 war Rinpoche zugegen.

Ende der 80er Jahre verlegte Rinpoche seinen Hauptwohnsitz ins Kloster Sera Jhe (Südindien) und verbrachte einige Monate im Jahr in der Schweiz. Rinpoche besuchte das Tibetische Zentrum regelmäßig, seit Mitte der 90er Jahre kam er fast jedes Jahr und erteilte Belehrungen zum Lamrim, zur Geistesschulung und vor allem zum Tantra. Rinpoche erteilte Initiationen aus dem Höchsten Yoga-tantra und Kommentare mit Übertragungen zur tantrischen Praxis.

Noch im hohen Alter, zum letzten Mal 2002, als er 88 Jahre war, besuchte Rinpoche das Meditationshaus Semkye Ling. Obwohl er kaum noch laufen konnte und einen Rollstuhl benutzen musste, nahm er die anstrengende Reise von Indien nach Europa auf sich, u.a. um in der Lüneburger Heide Erklärungen zum Guru-Yoga zu geben.

Als Geshe Ugyen Rinpoche wegen seines hohen Alters das Reisen aufgeben musste, besuchten einige Schüler ihn in seinem Kloster Sera. Unermüdlich empfing er die Besucher, beantwortete Fragen zur Dharma-Praxis und verschenkte Segensperlen und Schutzbändchen. Er entließ niemanden ohne die nachdrückliche Ermahnung, den Dharma zu studieren und zu praktizieren. Jede Begegnung mit ihm, dem großen Lehrer und Vajrameister, war kostbar, vor allem durch die Glückseligkeit, die er ausstrahlte, und die man wie ein Wunsch erfüllendes Juwel mit sich trug.

In den letzten Jahren ging es Rinpoche für sein Alter außergewöhnlich gut, obwohl er unter einigen körperlichen Beschwerden litt. Im Sommer 2007 war aus Sera zu hören, dass Rinpoche große Pujas in Auftrag gab, in denen er seinen Besitz an den Sangha spendete. Einem Schüler, der ihm eine Langlebenspuja darbringen wollte, sagte er, das sei nicht nötig, da er definitiv nur 93 Jahre alt würde.

Eine Woche vor seinem Tod umrundete Rinpoche im Rollstuhl zwei Mal sein Kloster. Danach, am 4. Oktober 2007, erkrankte er plötzlich. Im Krankenhaus wurde u.a. eine akute

Herzschwäche festgestellt und Rinpoche kehrte ins Kloster zurück. Er verbrachte noch einige Tage mit Gebeten und Meditationen und verschied am 11. Oktober um 16.30 Uhr, u.a. im Beisein seines engsten Schülers, Geshe Lobsang Palden.

Nachdem er seinen letzten Atemzug getan hatte, verweilte Rinpoche acht Tage lang in seinem Zimmer in Meditation. Ein Anzeichen dafür war, dass der Körper nicht verfiel oder verweste. Während dieser Zeit wurden im ganzen Kloster intensiv Gebete gemacht. Am Abend des 17. Oktober regnete es in Sera Jhe, aber nicht an anderen Orten in der Gegend. Am nächsten Morgen schien Rinpoche seinen Körper verlassen zu haben.

Am 20. Oktober fand die Feuerpuja statt – ein Ritual, bei dem der Körper eines großen Meisters verbrannt wird. In der Asche fanden die Mönche später weiße und rote Reliquienpillen. Solche Pillen sind manchmal nach der Verbrennung großer Meister zu finden. Sie gelten den Gläubigen als Anzeichen hoher spiritueller Verwirklichungen.

# „Rinpoche hat gezeigt, was in einem Menschenleben möglich ist“

Christof Spitz übersetzte seit Mitte der 80er Jahre Kensur Rinpoches Unterweisungen in Hamburg aus dem Tibetischen. Lesen Sie im Folgenden seine Würdigung dieses großen Meisters.



Christof Spitz mit Rinpoche 2000 im Tempel des Meditationshauses.

## von Christof Spitz

**G**eshe Ugyen begegnete ich zum ersten Mal Anfang der 80er Jahre nach seiner Fünffjahresklausur in der Schweiz. Ich war damals Mönch und begleitete Geshe Thubten Ngawang, der mit seinem Lehrer Dharmafagen erörtern und ihn nach Hamburg einladen wollte.

Rinpoche fragte mich, warum ich Dharma praktizieren wolle, es gebe doch so viele Möglichkeiten, sich das Leben angenehm zu machen. Ich war etwas gehemmt, sein Wissen, seine Erfahrung und Tugenden flößten mir Respekt ein. Trotzdem war Rinpoche immer sehr freundlich, liebevoll und gütig, und ich verspürte große Zuneigung zu ihm. Er freute sich, dass Geshe Thubten Ngawang die Mühen auf sich nahm, den Dharma auch im Westen zu verbreiten. Dies unterstützte er, indem er die Einladung nach Hamburg annahm.

Schon als Geshe Ugyen 1985 das erste Seminar in Hamburg gab, übersetzte ich für ihn. Das war angenehm, denn seine Unterweisungen waren gut strukturiert, logisch klar aufgebaut und auf das Wesentliche fokussiert. Er nahm alles sehr genau, nicht nur die Unterweisungen, sondern auch seine eigene Dharmapraxis. Jeden Morgen, ohne Ausnahme, stand er gegen 4 Uhr auf, um zu meditieren. Einer von uns stand vorher auf, um ihm heißes Wasser zu bringen und das Frühstück zuzubereiten. Am Vormittag war Geshe Ugyen in der Regel für niemanden zu sprechen, hier konzentrierte er sich ganz auf seine Gebete und Meditationen.

Am Nachmittag gab er Unterweisungen oder übte die Kraft des Lassens. Manchmal machte er einen Spaziergang oder ging ins Schwimmbad. Er achtete sehr auf seine Gesundheit und gab genau vor, was er essen wollte und was nicht. Dabei war er stets achtsam. Beispielsweise korrigierte er uns, wenn zu viel Butter im Tee war oder wir zu viel Tee brachten – er wollte nicht, dass Nahrungsmittel verschwendet würden.

Geshe Thubten Ngawang bewunderte an ihm, dass Rinpoche sein Leben vollkommen bewusst lebte. Jeder Tag war mit Dharma ausgefüllt, jeden Abend machte er sich klar, dass wieder ein Tag des kostbaren Menschenlebens vergangen war. So lebte er diszipliniert, aber auch entspannt – im vollen Bewusstsein der Vergänglichkeit. Dies war so bis ans Ende seines Lebens.

Geshe Ugyen war in allen Bereichen des Dharma sehr versiert, nicht nur in der Philosophie und Praxis. Er beherrschte auch die tantrischen Rituale, Meditationen und Yoga-Übungen. Auch half er wie selbstverständlich beim Füllen der großen Statuen im Tempel oder bei den Vorbereitungen des Stupa-Baus.

Gegenüber seinen Schülern war er streng und gütig zugleich. Er verlangte nie etwas, das wir nicht bewältigen konnten. Aber wenn er Verpflichtungen gab, etwa ein Mantra 400.000 Mal zu rezitieren, ermahnte er uns, diese einzuhalten. In diesen Punkten war er sehr genau. Mit Nachdruck forderte er, dass wir das wirklich üben, was machbar ist, etwa das Unterlassen der Zehn Unheilsamen Handlungen. Er hielt uns besonders zur analytischen Meditation an. Aber er war auch pragmatisch. Wenn er Erklärungen zum Höchsten Yogatantra gab, so war klar, dass wir diese jetzt nicht vollständig würden praktizieren können. Er erteilte die Unterweisungen dennoch und erklärte uns, welche Übungen für uns jetzt machbar sind.

Geshe Ugyen zeigte uns: Wenn man sich auf seine eigene geistige Entwicklung konzentriert, ist dies die beste Voraussetzung, um anderen mit den Mitteln des Dharma zu helfen. Durch ihn habe ich verstanden, wie all die verschiedenen Dharmalehren zusammenhängen und für die Praxis gedacht sind. Nichts im Dharma ist bloße Theorie, alles ist als persönliche Anweisung zu verstehen.

Als ich die Nachricht seines Todes erhielt – wir waren gerade am Flughafen, um Jhado Rinpoche abzuholen –