

Druckversion



Präsentiert von

Url: [http://www.focus.de/kultur/kino\\_tv/tid-16740/buddhismus-wir-koennen-nicht-arm-bleiben\\_aid\\_468093.html](http://www.focus.de/kultur/kino_tv/tid-16740/buddhismus-wir-koennen-nicht-arm-bleiben_aid_468093.html)

06.01.2010, 18:26



Buddhismus

## „Yoga ist besser als jedes Fitnessstudio“

**Ein Dokumentarfilm porträtiert den Dolpo Tulku. Mit FOCUS Online sprach der Lehrmeister über sein Leben als Wiedergeborener, seine Ziele und seine Kritik an der westlichen Lebensweise.**

Von FOCUS-Redakteurin Sandra Zistl

Als Zehnjähriger wird der Hirtenjunge Sherap Sangpo in einer abgelegenen Region Nepals, dem Dolpo, als Reinkarnation des geistigen Oberhauptes der buddhistischen Minderheit erkannt. Er ist der nächste Tulku der Region Dolpo. Die Verantwortlichen schicken ihn für 16 Jahre zur Ausbildung ins Namdroling-Kloster in Südindien. Im Sommer 2008 kehrte der heute 28-Jährige gemeinsam mit 30 aus dem Dolpo stammenden Mönchen und Nonnen dorthin zurück.



Der Dokumentarfilm „Dolpo Piffli Medien Tulku“ erzählt die Geschichte des Hirtenjungen Sherap Sangpo

### Karges Einsiedlerleben

Das Dolpo ist eine Region im Nordwesten Nepals an der Grenze zu Tibet. Umgeben von bis zu 7000 Meter hohen Bergen ist es auch heute noch nur zu Fuß in mehreren Tagen oder beritten zu erreichen. Die etwa 5000 Menschen im inneren Dolpo leben ohne Strom fast ausschließlich von der Landwirtschaft: Ackerbau, Viehzucht und etwas Handel via Yak-Trecks. Andere Waren müssen mit dem Flugzeug von Kathmandu ins untere Dolpo und von dort mit Mulis oder Yaks ins innere transportiert werden.

Der Dokumentarfilmer Martin Hoffmann lernte den Tulku auf einer Reise in Südindien kennen. Als er hörte, dass die Rückkehr des Tulku ins Dolpo vorbereitet wurde, bat er, ihn begleiten zu dürfen. Die Vorbereitungen für den Film dauerten 15 Monate – wenig Zeit, wenn man bedenkt, dass ein zweimonatiger Dreh auf über 4000 Metern organisiert werden musste, bei dem die Filmcrew von der Verpflegung bis zum Generator alles mitbringen musste.

Im Interview sprach der Dolpo Tulku über ein Leben als Wiedergeborener, seine Ziele und warum Yoga seiner Meinung nach der beste Sport ist.

**FOCUS Online:** Erklären Sie unseren Lesern, was ein Tulku ist?

**Tulku:** Tulku ist die Reinkarnation eines früheren Lamas, der besonders gut darin war,



Meditation zu praktizieren und einen sehr guten Ruf hatte. Das basiert auf der buddhistischen Philosophie, dass es ein früheres und ein späteres Leben gibt. Wenn ein Tulku stirbt, wird nach seinem Nachfolger gesucht. Den Namen Dolpo Tulku trage ich, weil ich für die Region Dolpo zuständig bin.

**FOCUS Online:** Wer hat wie herausgefunden, dass Sie eine Reinkarnation sind?

**Tulku:** Ich wurde mit zehn Jahren Mönch. Schon ein Jahr vorher hat ein Lama aus der Region angefangen, nach mir, der Reinkarnation, zu suchen. Man fragte den Dilgo Khyentse Rinpoche, einen der Lehrer des Dalai Lama. Der hatte eine Art Eingebung aufgrund seiner meditativen Fähigkeiten und schrieb Geburtsort, -datum und Namen der Reinkarnation auf. Dann suchte man mehr als ein Jahr lang nach dem passenden Kind. Nachdem ich Mönch geworden war, fanden Sie mich.

### Der Dolpo Tulku auf Tour

Aktuell tourt der Dolpo Tulku gemeinsam mit Filmemacher Martin Hoffmann durch Deutschland. Die nächsten Termine seiner Kinotour sind am 6. Januar in der Schauburg in Karlsruhe um 19 Uhr und am 7. Januar um 20.15 Uhr im Universum in Landau.

## „Wir können nicht arm bleiben“

**FOCUS Online:** Haben Sie jemals gespürt, dass Sie eine Wiedergeburt sind?

**Tulku:** Ich kann mich an nichts Konkretes aus meinem früheren Leben erinnern. Aber bevor ich Tulku wurde, in der Zeit, als ich mit meinem Großvater in Kathmandu war, traf ich einen Lama. Ich hatte sein Bild schon vorher vor Augen. Ich traf ihn und fragte ihn, woher wir uns kennen. Er sagte, er kenne mich nicht. In seinem Zimmer sah ich jedoch viele Gegenstände, die mir irgendwie bekannt vorkamen. Die gehörten tatsächlich meinem Vorgänger.



Regisseur Martin Hoffmann Piffli Medien schildert in „Dolpo Tulku“ mit faszinierenden Bildern die Begegnung zwischen Tradition und Moderne

Einige Jahre später begegnete ich einer alten Frau. Ich hatte ein besonderes Gefühl. Als ich sie traf, fingen wir beide an zu weinen, ohne dass ich genau wusste, weshalb. Ich erfuhr, dass sie meinem Vorgänger sehr eng verbunden war.

**FOCUS Online:** Hatten Sie in den 17 Ausbildungsjahren auch mal Zweifel an Ihrer Berufung?

**Tulku:** Während der Jahre meiner Ausbildung erhielt ich viele Briefe mit der Aufforderung, diese Zeit gut zu nutzen. Da wusste ich, dass sehr große Erwartungen auf mir ruhen. Ich überlegte schon sehr viel, ob ich das alles würde erfüllen können. Es gab Momente, in denen ich unsicher war, ob ich kleiner Mann das werde bewältigen können. Da ich diesen Titel nicht mehr abgeben und mich dieser Verantwortung nicht mehr entziehen kann, nehme ich meine Aufgabe so gut wahr, wie ich kann. In meinem Geist habe ich mich hundertprozentig dafür entschieden. Ob ich dabei Erfolg habe, wird sich erst später zeigen. Das Wichtigste ist, aus einem reinen, altruistischen Geist heraus zu handeln.

**FOCUS Online:** Sie müssen als Dolpo das Werk Ihres Vorgängers fortführen. Was hat er geleistet und was haben Sie sich vorgenommen?

**Tulku:** Mein Vorgänger war sehr berühmt für seine Form der Meditation und er war sehr altruistisch. Ich muss weitermachen damit. Dabei gibt es zwei Ebenen. Die eine ist philosophisch: Ich muss den Menschen beibringen und ihnen dabei helfen, Glück zu finden. Die zweite Ebene ist ökonomischer Natur: Wir brauchen dringend Schulen, Krankenhäuser, eine Straße. Daran arbeite ich bereits.

Während meiner Deutschlandreise wurde ich auf Windräder aufmerksam. Das wäre vielleicht eine gute Möglichkeit, wie wir im Dolpo Energie gewinnen könnten. Falls sich einer Ihrer Leser damit auskennt, würde ich mich freuen, wenn er Kontakt mit mir aufnehmen würde.

**FOCUS Online:** Sie sind nun 24 Stunden am Tag Vorbild. Ist das manchmal schwierig?

**Tulku:** Nein. Seit ich elf bin, weiß ich, dass ich ein Tulku bin und seither achte ich auf mein Benehmen und meine Handlungen. Am Anfang ist es schwierig, sich daran zu gewöhnen. Das Entscheidende ist, eine Gewohnheit daraus zu machen.



Das Dolpo im Nordwesten Nepals gehört zu den abgeschiedensten Gegenden der Welt Piffel Medien

**FOCUS Online:** Haben Sie Angst, dass mehr Fortschritt und Wohlstand sich auch negativ auf das Leben im Dolpo auswirken könnten?

**Tulku:** Es gibt sicher negative Aspekte. Sie liegen in der Natur der Sache. Aber die Menschen im Dolpo haben die Möglichkeit, die Entwicklung zu steuern. So arm, wie die Region momentan ist, kann sie nicht bleiben.

**FOCUS Online:** Beschäftigt den Tulku der Klimawandel?

**Tulku:** Ja. Das Hauptproblem dieses Planeten sind der Wettbewerb und die Wirtschaft, die über die Umwelt gestellt werden. Es geht um immer mehr: Autos, Konsum, ums Haben. Diese Prioritäten sind nicht richtig gesetzt. Wenn der wirtschaftliche Aspekt die menschlichen Beziehungen dominiert, funktionieren sie nicht richtig. Das Wichtigste sind vertrauensvolle, positive Beziehungen.

**FOCUS Online:** Macht Yoga denn fit genug, um die 5000er zu bezwingen, die zwischen der Zivilisation und dem inneren Dolpo stehen?

**Tulku:** Yoga hilft mir sehr. Durch die Großzügigkeit seiner Heiligkeit Kjabje Penor Rinpoche konnte ich einen Monat lang – von morgens 7 bis abends 18 Uhr – dessen besondere, geheime Form des Yoga erlernen. Vor meiner Rückkehr ins Dolpo machten sich alle Sorgen, ob ich fit genug dafür bin. Aber als wir oben ankamen, war ich der Fitteste von allen. Glauben Sie mir: Yoga ist besser als jedes Fitnessstudio.




---

Fotos: Piffel Medien (4)

Copyright © FOCUS Online 1996-2010

Anzeige