



Dolpo Tulku Rinpoche Belehrungen

Dankbarkeit gegenüber dem spirituellen Lehrer

In meinen ersten zehn Lebensjahren - da war ich natürlich noch ein Kind - habe ich nie über den Erleuchtungsgeist nachgedacht, oder über Mitgefühl, und wie ich anderen helfen könnte. Erst als ich meine buddhistischen Lehrer traf, erhielt ich die Chance, mich ein wenig mit Liebe und Mitgefühl zu beschäftigen durch die Anweisungen, die ich von ihnen erhielt. Dass mein Geist anfang, sich mit diesen heilsamen Gedanken zu beschäftigen, ist deshalb ausschließlich der Güte meiner Lehrer zu verdanken, die ich in diesem Leben nie zurückzahlen kann. Zumindest sehe ich das so.

Wenn wir die Zufluchtsgelübde in die Drei Juwelen¹ ablegen, dann ist der entscheidende Punkt die vollständige Aufgabe Schaden bringender Handlungen. Denken wir über unser Leben nach, dann ist es eigentlich nicht so wichtig, ob wir zum Beispiel reich oder berühmt werden. Nehmen wir uns hingegen vor, anderen nicht mehr zu schaden, dann ist das etwas sehr Besonderes.

Zum Beispiel, wenn wir jemand sind, der keine Verbindung zu solchen Lehren hat und gerne fischt, dann wäre eine Bootsfahrt auf einem See, um zu fischen, etwas, das unsere Laune verbessert an einem schlechten Tag. In diesem Zusammenhang geht es dann nicht darum, ob wir Hunger haben und fischen, um diesen zu stillen. Um uns aufzuheitern, würden wir also den Fisch dem Leiden unterwerfen, einen Metallhaken im Maul zu haben und danach zu sterben. Einem solchen Verhalten unterliegt Unwissenheit, die wir beseitigen können, wenn wir ein Gelübde ablegen, anderen Wesen nicht mehr zu schaden. Der Gedanke, der dem zugrunde liegt, ist, dass jedes Wesen Leiden vermeiden und Wohlbefinden erlangen möchte. Das ist, was unsere Lehrer uns nahebringen, und diese Güte können wir ihnen nie vergelten.

¹ Die Drei Juwelen sind der **Buddha**, der den Weg zur Erleuchtung aufzeigt, der **Dharma** - die Lehren, die den Pfad zur Erleuchtung beschreiben - und die **Sangha**, die Gemeinschaft, die uns auf dem Pfad unterstützt

Die Zufluchtsgelübde sind jedoch nur der Zugang zu weiteren Lehren über die verschiedenen Aspekte der Grundlage, des Pfades und des Resultats, sowie Anleitung zur Praxis. Aber eigentlich ist der gesamte buddhistische Pfad bereits in diesen zwei Punkten - anderen nicht zu schaden und den Wunsch zu entwickeln, ihnen zu helfen - enthalten. Die Güte, die unsere Lehrer uns damit erweisen, ist etwas, was wir nur mit der Zeit wertschätzen können. Je bewusster uns wird, welche Warmherzigkeit sie für uns an den Tag legen, desto mehr wird unsere Liebe und Hingabe zu ihnen wachsen.

Wenn wir Guru-Yoga-Meditation² praktizieren, dann ist es uns nicht möglich, den Buddha vor uns erscheinen zu lassen, egal, wie sehr wir uns anstrengen bei der Visualisierung. Wir haben eine Redensart über die Beziehung zu unseren Lehrern: „Auch wenn er die gleichen Qualitäten besitzt wie der Buddha, ist seine Güte größer als die des Buddha.“ Der letzte Satzteil ist sehr wichtig. Denken wir gründlich über unser tägliches Leben innerhalb der Gesellschaft nach, dann ist Mitgefühl und der Wunsch, anderen zum Wohle zu sein, unendlich wertvoll. Dies ist, was unsere Lehrer uns mit auf den Weg geben, indem sie uns die Methoden lehren, die wir dafür brauchen. Ob wir das dann wirklich umsetzen oder nicht, ist erst einmal nebensächlich, aber ohne ihre Güte würden wir nie wissen, wie wir uns verbessern können. Oder, zum Beispiel, wenn wir lernen, was Leerheit ist und dieses Verständnis in unser Leben einbringen können, dann werden wir nach und nach ein tiefgreifendes Gefühl der Hochachtung für unsere Lehrer entwickeln. Ganz von selbst erkennen wir ihren Wert an, ohne sie lediglich als Gottheiten zu sehen. Deshalb ist es am besten, sich die Güte des Lehrers in Erinnerung zu rufen, um Guru-Yoga zu praktizieren. Bleiben wir an dem Konzept hängen, den Lehrer als Gottheit zu sehen, ohne ein tiefer gehendes Gefühl für ihn zu haben, dann wird unsere Praxis erfolglos sein.

Der wichtigste Punkt bei der Auswahl eines Lehrers ist, dass er seine spirituellen Gelübde und Verpflichtungen (dam tsig) einhält und dass er mehr Qualitäten hat als wir. Ob er ein außergewöhnlicher Meditations-Meister ist oder nicht, ist zweitrangig. Heutzutage gibt es viele, die denken: „Ah, er oder sie ist nur jemand, der mir Informationen über den Buddhismus mitteilt. Aber das ist nicht mein Lehrer. Ich habe einen anderen Lehrer.“ Das ist ein großer Fehler. Wenn uns jemand den Buddhismus nahebringt, dann ist diese Person wichtiger für uns als der Buddha, wie die vorangegangene Redensart besagt. Niemand könnte uns mehr Wohlwollen entgegen bringen. Jemanden nur als Informationslieferanten zu sehen, weil er oder sie nicht reich oder berühmt ist oder uns keine Einweisungen in höhere Meditationspraktiken gibt, ist weit verbreitet.

Ich habe jemanden getroffen, der mir erzählte, sein Freund lehre ihn die Einführung in den Mittleren Weg³. Da fragte ich ihn: „Dann ist er also einer Deiner Lehrer?“ Er antwortet: „Oh nein, das ist nur ein Freund. Ich habe einen anderen Lehrer.“ Bekommen wir jedoch einen so

² Während der Guru-Yoga-Meditation visualisiert der Praktizierende seinen Lehrer als Gottheit, ruft ihn an, und letztendlich verschmilzt die Gottheit mit dem Meditierenden, so dass der Geistesstrom der Gottheit sich mit dem des Praktizierenden vermischt

³ Von Chandrakirti, frühes 7. Jahrhundert. Die Philosophie des Mittleren Weges ist eine der grundlegenden Sichtweisen im Buddhismus und besagt, dass die Phänomene nicht eigenständig existieren, aber trotzdem erscheinen

tiefgründigen Text gelehrt und erhalten die Möglichkeit, seine Bedeutung zu verstehen, aber sehen die Person, die uns lehrt, nicht als Lehrer, dann begehen wir einen schweren Fehler. Das ist fehlgeleitetes Denken.

Ein weiteres Problem in der heutigen Zeit ist, dass viele Leute nur nach den möglichen Fehlern des Lehrers schauen, oder noch schlimmer, über ihn tratschen. Das hindert uns daran, ein echter Schüler zu werden oder je einen Lehrer zu finden, der uns genügen könnte. In dieser Welt ist es beinahe unmöglich, jemanden zu finden, der nicht einen einzigen Fehler hat. Deshalb sollten wir uns jemanden suchen, der mehr Qualitäten hat als wir - ohne uns dabei unrealistischen Erwartungen hinzugeben.

Bitte versteht mich hier nicht falsch. Diese Erklärung zu der Sicht auf unsere Lehrer ist nicht dafür gedacht, mich abzusichern. Ich möchte euch aufzeigen, wo ihr auf Schwierigkeiten stoßen könntet als Schüler. Wir haben uns hier für diese Belehrungen getroffen und werden am Ende dieser Woche auseinander gehen. Vielleicht treffen wir uns nächstes Jahr wieder für ein paar Tage und das war's. Deshalb ist dies nicht so sehr für mich gedacht, sondern damit ihr lernt, wie man generell mit Lehrern umgeht. Aber vielleicht denkt ihr euch jetzt: „Ah, jetzt hat er uns aber die Leviten gelesen!“

Ich kann ganz ehrlich sagen, dass ich eine reine Sicht auf meine Lehrer habe und dass ich mich immer an die Güte erinnere, die sie mir erwiesen haben. Wenn ich an sie denke und dann die Guru-Yoga-Praxis mache, dann erhält diese eine besondere Bedeutung durch das tiefe Gefühl, das ich entwickelt habe.

Zeigen wir jedoch keinerlei Interesse daran, dass wir von unserem Lehrer die Zufluchtsgelübde erhalten haben, Belehrungen und Einsicht in die Natur der Dinge, sondern folgen ihm nur, weil er berühmt ist, dann werden wir kein Gefühl der Dankbarkeit haben, sondern himmeln ihn eigentlich nur an. So etwas können wir auch jemandem wie Michael Jackson gegenüber empfinden. Das kann so weit gehen, dass wir in Ohnmacht fallen, wenn wir ihn sehen. Aber dies ist kein tiefer gehendes Gefühl. Sollten wir eines Tages Gerüchte über unseren Lehrer hören, könnten wir sofort unser Vertrauen an ihn verlieren. Wenn unser Gefühl aber auf Dankbarkeit gegenüber unserem Lehrer basiert, dann kann nichts, was jemand anderes erzählt, dies ändern. Unsere Hingabe, Liebe und reine Sicht ist dann unerschütterlich.

Berlin, Dezember 2013

Aus dem Tibetischen von Daniela Hartmann

Redigiert von Heike Bergmann