

Die Verbindung zum Lehrer besteht fort



Jens Nagels

von Geshe Pema Samten

Viele Schülerinnen und Schüler von Geshe Thubten Ngawang, dem im Januar verstorbenen Geistlichen Leiter des Tibetischen Zentrums, fragen sich, wie sie das Anvertrauen an den Lehrer üben können, wenn dieser nicht mehr da ist. Geshe Pema Samten gibt dazu im Folgenden Ratschläge und Anregungen.

Wenn wir einige Jahre mit einem geistigen Lehrer zusammengewesen sind und wichtige Belehrungen von ihm erhalten haben, kann eine enge Beziehung im Sinne des Dharma entstehen. Wir selbst waren mit Tatkraft und Vertrauen dabei, und auch der Lama hat viele Mühen auf sich genommen, um seinen Schülern den Dharma zu vermitteln, sie nicht nur in der Theorie, sondern auch in der Praxis anzuleiten. Dadurch ist eine spirituelle Beziehung und auch eine Art Zuneigung entstanden. Daran sollten wir uns immer wieder freudig erinnern. Die Verbindung besteht fort, auch wenn wir nicht direkt mit dem Lama zusammen sind. Ab und zu, in einzelnen Leben treffen wir auf einen geistigen Lehrer, dann gibt es wieder Zeiten, wo wir nicht

direkt mit ihm zusammen sind. Die Verbindung bleibt jedoch wirksam.

Wie halten wir nun die Verbindung zum Lama aufrecht? Ein wesentlicher Aspekt ist, dass wir uns die Freundlichkeit und die Güte, die wir von ihm erfahren haben, immer wieder vor Augen führen. Einige waren sehr lange mit Geshe Thubten Ngawang zusammen. Wir sollten uns fragen, welche Auswirkungen seine Unterweisungen und Anleitungen auf unseren eigenen Geist gehabt haben. Wie hat sich meine geistige Verfassung verbessert, seit ich auf ihn getroffen bin? Wenn wir eine positive Veränderung bemerken, sollten wir an die Freundlichkeit des Lamas denken und uns in Dankbarkeit üben.

Den größten Nutzen hat das Anvertrauen an den geistigen Lehrer, wenn wir ihn als Buddha ansehen. Natürlich ist nicht jeder persönliche Lehrer in Wirklichkeit ein Buddha. Es hat aber Vorteile, seine positiven Qualitäten zu sehen, ihn als Buddha zu betrachten. Gerade dass ein Lehrer in menschlicher Gestalt auftritt, ist seiner besonderen Güte zu verdanken. Dies hat zum Beispiel Dsche Tsongkapa in seinen Lamrim-Texten deutlich herausgestellt. Angenommen, der Lama ist ein Buddha und würde ausschließlich in der Gestalt eines Erleuchteten mit

allen Haupt- und Nebenmerkmalen auftreten, dann könnten wir uns fragen, ob wir in der Lage wären, eine direkte Beziehung zu ihm aufzunehmen. Die Möglichkeit, dass er bei uns ist und uns Anleitung zur Praxis gibt, haben wir nur, weil er als gewöhnlicher Mensch oder Mönch erscheint. Weil unser Lama in gewöhnlicher Gestalt aufgetreten ist, haben wir über Jahre hinweg die Chance gehabt, direkt bei ihm zu studieren und die Praxis des Dharma von ihm zu erlernen. Deshalb sollten wir uns vergegenwärtigen, dass wir ihm sehr viel zu verdanken haben.

Wir wissen nicht, in welcher Erscheinungsform der Lama jetzt auftritt und uns im Dharma weiterhilft. Oft sehen wir die Dinge nicht, wie sie wirklich sind, zum Beispiel aufgrund karmischer Hindernisse. Asaṅga beispielsweise meditierte viele Jahre mit großem Enthusiasmus über Buddha Maitreya und war verzweifelt, weil sich dieser offenbar nicht zeigte. Erst als er großes Mitgefühl entwickelt hatte, verschwanden seine Hindernisse, und er konnte Maitreya direkt sehen. Asaṅga war sogar etwas enttäuscht und sagte zu Maitreya: „Ich habe so viele Jahre meditiert, warum bist Du mir nicht früher erschienen?“ Dieser gab zur Antwort: „Tatsächlich war ich von Anfang an bei dir und habe dir geholfen, als du in der Höhle meditiert hast. Durch deine karmischen Hindernisse konntest du mich nicht sehen.“

An diesem Beispiel können wir sehen, dass wir nicht in der Lage wären, die Buddhas wahrzunehmen, selbst wenn sie sich uns zeigten. Es hängt von unserem eigenen Geist ab. Daher schulen wir uns dahingehend, den Lama als Buddha zu betrachten. Auf jeden Fall erfahren wir den größten Nutzen aus dem Anvertrauen an den geistigen Lehrer, wenn wir ihn als Buddha sehen können. Und wir sollten uns klar machen, dass unsere Wahrnehmung nicht verlässlich ist. Wir haben viele Hindernisse. Wenn wir uns zum Beispiel, sei es in diesem Leben oder in vorangegangenen Existenzen, respektlos gegenüber dem eigenen Lama verhalten oder das Vertrauen in ihn verloren haben, sammeln wir schlechtes Karma an, das dazu führt, vom Lama getrennt zu werden. Wir wissen, dass so etwas geschieht. Am Anfang haben wir großes Vertrauen in den Lehrer, und nach einer Zeit beginnen wir, Fehler in ihm zu sehen oder wir verhalten uns ihm gegenüber respektlos. Dadurch entstehen Hindernisse.

Dharmapraxis hilft über die Trauer hinweg

Wie pflegen wir nun das gute Verhältnis zum Lama in unserer eigenen Dharmapraxis? Wenn er verstorben ist, können wir ihn natürlich nicht mehr direkt sprechen und ihn um Rat fragen. Aber wir können uns das Wirken des Lamas vor Augen führen und ihn visualisieren,

wie wir ihn kennen gelernt haben. Wir sollten unser Vertrauen zu ihm weiter schulen, damit wir durch die Verbindung zu ihm auch weiterhin seinen Segen und seine Inspiration erhalten. Es gibt verschiedene Arten, den Lehrer zu visualisieren. Eine Möglichkeit ist, sich den Lehrer in seiner gewöhnlichen Gestalt vorzustellen. In den Lamrim-Texten ist es meistens so dargestellt, dass wir den Lama als Buddha Śākyamuni vor uns im Raum visualisieren. Wir erzeugen starkes Vertrauen, dass der Buddha und der Lama eins sind, dass der Lama in Form des Buddha vor uns erscheint. Wir denken an seine Tugenden und machen uns bewusst, welche Güte wir durch ihn erfahren haben. Wir können uns auch vorstellen, dass Licht und Nektar von ihm ausgehen und in uns einströmen.

Wenn man lange mit einem geistigen Lehrer zusammen war und kostbare Unterweisungen von ihm erhalten hat, hat das eine sehr große Bedeutung, die weit über normale menschliche Beziehungen hinausgeht. So ist es normal, dass wir Trauer empfinden, wenn wir den Lehrer verlieren. Wir sollten dann daran denken, dass selbst der Buddha gestorben ist. Als es klar wurde, dass der Buddha sterben würde, haben seine Schüler ihn gebeten zu bleiben, worauf der Buddha geantwortet hat, dass das nicht möglich ist. Er hat gesagt, er habe alles getan, was hilfreich sei, alles gelehrt, was zu lehren ist, seine Aufgabe sei nun erfüllt. Die Aufgabe der Schüler sei es nun, dies zu praktizieren. Unter den Schülern gab es einige, die schon vollständige Freiheit erlangt hatten, die sich sozusagen schon vor dem Buddha ins Nirvāna verabschiedet hatten. Andere hatten noch nicht die vollständige Freiheit verwirklicht. Sie empfanden große Trauer, als der Buddha verschied. Das ist normal. Wir erleben Schmerzen, solange wir an den Daseinskreislauf gefesselt sind.

Die wichtigste Anweisung im Zusammenhang mit dem Anvertrauen an den Lehrer ist, dass wir die Anweisungen zur Dharmapraxis in die Tat umsetzen. Das ist die beste Art, den Lama zu erfreuen. Neben den anderen Arten des Gebens wie Güter oder Hilfe ist die Gabe der eigenen Praxis die beste. Und für diesen Punkt macht es keinen großen Unterschied, ob der Lama noch lebt oder nicht. Wir haben seine Anweisungen erhalten und sollten sie anwenden.

Wenn wir dies tun, denken wir, dass wir dadurch Freude bei unserem geistigen Lehrer auslösen. Auf der anderen Seite ist klar, dass wir ihn nicht erfreuen, wenn wir seinen Ratschlägen nicht folgen. Wir können versuchen, unsere Trauer dadurch zu überwinden, dass wir denken: Es ist wichtiger und konstruktiv, wenn ich mich bemühe, Dharma zu üben. Wir werden merken, dass uns dies hilft, den Schmerz zu überwinden.

Aus dem Tibetischen übersetzt von Christof Spitz