

# DER TIBETISCHE BUDDHISMUS



Buddhismus ist eine der grossen Weltreligionen und geht auf den indischen Prinzen Siddharta Gautama (623 - 543 v.Chr.) zurück, der nach 29 Jahren im materiellen Überfluss Palast und Familie hinter sich liess, sich während sechs Jahren rigoroser Askese unterwarf und im 35. Altersjahr zum historischen Buddha wurde. Nach rascher anfänglicher Ausbreitung der neuen Lehre wurde der Buddhismus durch verschiedene Invasionen in Indien mehr und mehr zurückgedrängt und verlagerte sich unter anderem nach Tibet.

Die in Tibet vorherrschende Religion zu jener Zeit war eine schamanistisch geprägte Naturreligion, der Bön, welche durch viele Rituale, Magie und eine mündlich überlieferte Tradition charakterisiert war. In einer Naturreligion ist der Schamane der Chef des Stammes, er genießt höchstes Ansehen und erfreut sich der Unterordnung aller Stammesgehörigen. Der Buddhismus in seiner frühen

Reinform der analytischen Logik kannte aber weder Rituale, noch Hierarchie, noch Magie; alle Menschen waren gleichgestellt, zusammengehalten durch das Band der Bruderschaft. Die Folge der Forderung nach Gleichheit in einer Naturreligion kann sich nur durch die Abdankung des Herrschers durchsetzen und es erstaunt somit nicht, dass die dominierenden Bön-Anhänger den neuen, hierarchielosen, gleichberechtigenden Glauben zurückwiesen. Die Annahme liegt nahe, dass der Buddhismus seit dem 6. Jh. v.Chr. gegen die Monarchie, menschliche Hierarchien, den Klerus, schamanistische Rituale und die Magie kämpfte.

Der tibetische Buddhismus oder Vajrayāna (skt. Diamantfahrzeug) ist eine Form des esoterischen Buddhismus und wird aufgrund der zentralen Bedeutung der Lamas (Lehrer) auch Lamaismus genannt. Es werden hier verschiedene "Fahrzeuge", das heisst Methoden zum Ziel der Buddhaschaft unterschieden. Es ist dabei nicht wesentlich, ob jemand als Mönch oder Nonne ordiniert ist,

sondern ob er/sie in der Lage ist, seine/ihre gewöhnlichen Emotionen und Erscheinungen in ursprüngliche Weisheit umzuwandeln.

Die zahlreichen Götter oder Gottheiten im tibetischen Buddhismus dürfen nicht im eigentlichen Sinn des Wortes als Schöpfergott/-götter oder unabhängige Wesenheiten missverstanden werden. Es handelt sich hierbei vielmehr um Meditationsgottheiten oder Visualisationsformen, sog. "Yidam"-Gottheiten mit deren Hilfe der Praktizierende die erleuchtete Natur seines eigenen Geistes erkennen kann. Der Aspirant ist angehalten, den Meditationsgottheiten nicht im Sinne von eigenständigen äusseren Wesenheiten anzuhängen, denn dies führt zum Hindernis im Prozess der Reinigung des Geistes. Die den unerleuchteten Wesen eigene, künstliche Aufspaltung der in ihrer ursprünglichen Natur nicht dual erscheinenden Phänomene in Subjekt und Objekt, verbunden mit der Vorstellung eines eigenständigen, unabhängig von äusseren Phänomenen bestehenden Selbst (Ich-Vorstellung, Ego) würde so aufrechterhalten und verstärkt. Buddhistische Erleuchtungspraxis hat insbesondere im Vajrayâna aber gerade zum Ziel, die Ich-Vorstellung (Ego) und die dadurch verfestigte Aufrechterhaltung der Subjekt-Objekt-Dualität zu überwinden. Daher werden Gottheiten im Vajrayana nicht als äussere Wesenheiten betrachtet, sondern als Meditationsformen, die methodisch richtig angewendet dazu dienen, die Ich-Vorstellung (Ego) zu überwinden und die Leerheit aller Phänomene in der Wahrnehmung von Selbst und Welt zu erkennen. Dabei werden auch die sog. fünf Geistesgifte Hass, Gier, Neid/Eifersucht, Stolz und Unwissenheit in ursprüngliche Weisheit

umgewandelt bzw. als solche erkannt. Somit kann es letztlich keine Trennung mehr zwischen Subjekt und Objekt in der Wahrnehmung der Wirklichkeit mehr geben, Erleuchtung wird realisiert.

Zu den besonderen Mitteln im tibetischen Buddhismus gehören neben der Meditation unter anderem Visualisierung (geistige Projektion), das Rezitieren von Mantras, Rituale und Initiationen. Der tibetische Buddhismus legt besonderen Wert auf direkte Übertragung von Unterweisungen von Lehrer zu Schüler, wobei ein richtig verstandenes und angemessenes Anvertrauen an den geistigen Lehrer vorausgesetzt wird. Es geht nicht um Abhängigkeit, im Gegenteil, im Vajrayâna wird die Selbständigkeit des Schülers betont.

In den Schulen des Vajrayâna hat es neben den Mönchsorden auch immer Laienpraktizierer oder Yogis gegeben. Daher gibt es neben vielen gelehrten Meistern, die aus den Mönchsschulen hervorgegangen sind auch eine grosse Zahl bedeutender Meister und Siddhas (Verwirklicher/Wundertäter), die den Pfad des Yogis verwirklicht haben.

Es ist und war des weiteren anerkannt, dass Frauen ebenso wie Männer Erleuchtung erlangen können. Die vier grossen Schulen des tibetischen Buddhismus stehen heutzutage Frauen in gleichem Umfang offen wie Männern. Grosse verwirklichte Meisterinnen, deren Leben für viele Vajrayâna-Praktizierende beispielhaft sind, waren u.a. Prinzessin Mandarava und die beiden Gefährtinnen von Guru Rinpoche, dem Begründer der Nyingma-Schule.

Nach der Erhebung des Buddhismus zur Staatsreligion im Jahre

791 geriet Tibet mehrmals in Anarchie, es gab Streit zwischen rivalisierenden Meinungen, und das Land beteiligte sich mehrmals an Kriegen. Als grösste Meister, welche die Ordnung im 11. Jh. wiederherstellten, gelten Atisha, Marpa und dessen eminenten Schüler, Milarepa, Tibet's grösstem Yogi. Tibet war zu jeder Zeit seiner Geschichte von Gelehrten, Asketen und Mönchen aus dem angrenzenden Indien umgeben, welche von sich aus missionierten und reisten oder aber gezielt Einladungen angesehener tibetischer Klöster Folge leisteten. Meistens wurden jedoch Tibeter nach Indien entsandt, um im Ursprungsland die Lehre zu hören, dieselbe auszuprobieren und sie letzten Endes unverfälscht nach Tibet zu bringen. So ist es zu verstehen, dass sich neben dem älteren Theravada Buddhismus auch indisch geprägte Lehrmeinungen in Tibet verwurzelten. Zwischen dem 11. und 14. Jh. kristallisierten sich so verschiedene Strömungen oder Schulen innerhalb derselben buddhistischen Religion heraus. Hauptsächlich gliederte sich der tibetische Buddhismus in die vier Schulen der Nyingma, Kagyü, Sakya und Gelugpa.

Die Nyingma-Schule – auch bekannt unter der Bezeichnung “Schule der Alten Übersetzungen” – ist die älteste der vier grossen Schulen des tibetischen Buddhismus und geht auf den für seine meditativen Fähigkeiten bekannten Padmasambhava (Guru Rinpoche) zurück, welcher den Buddhismus im 8. Jh. von Indien nach Tibet brachte. In dem von ihm gegründeten Kloster Samye-Ling, welches sich zum wichtigsten Lehrzentrum der damaligen Zeit entwickelte, wurden die ersten buddhistischen Texte vom indischen Sanskrit ins Tibetische übersetzt,

wobei die Übertragungsarbeiten, welche die Grundlage für die umfangreiche buddhistische Literatur Tibets bilden, erst 400 Jahre später beendet wurden. Seit Beginn ihrer Geschichte ist die Nyingma-Schule für ihre bedeutenden klösterlichen Universitäten, ihre sorgfältigen Übersetzungen aus dem Sanskrit und ihre akuraten Vorhersagen bekannt. Vom 8. bis zum 11. Jh. war die Nyingma-Tradition die einzige buddhistische Schule in Tibet. Ab dem 11. Jh. entwickelten sich dann die Schulen der “Neuen Übersetzungen”. Eine Besonderheit der Nyingma-Tradition sind die “verborgenen Schätze”. Guru Rinpoche und seine engsten Schüler und Schülerinnen versteckten hunderte von esoterischen Texten, Ritualgegenständen und Reliquien an geheimen Orten, um die Lehren des Buddhismus vor der Zerstörung durch den, dem Buddhismus feindlich gesinnten, tibetischen König Langdarma (Regierungszeit 836-842) zu bewahren. So entstanden in der Nyingma-Tradition zwei Arten der Übertragung: Die so genannte “lange” Übertragungslinie vom Meister auf den Schüler in einer ununterbrochenen Linie, und die “kurze” Übertragungslinie der “verborgenen Schätze” (tibetisch: Termas). Die aufgedeckten Termas wurden später von Meistern mit besonderen Fähigkeiten, so genannten “Schatzfindern” (tibetisch: Tertöns), wiederentdeckt und an ihre Schüler überliefert. Somit entstand durch die Jahrhunderte ein vielschichtiges System von Übertragungslinien, die die Lehren der Nyingma-Schulen ständig mit “frischen” Lehren ergänzte, die jeweils ihrer Zeit angemessen waren und viele Schüler zur spirituellen Verwirklichung führten. Unter anderem wurden so auch die von Padmasambhava persönlich verborgenen Medizinschriften

entdeckt, welche im 12. Jh. zum Grundlehrwerk der tibetischen Medizin, dem Gyütschi, zusammengefasst werden sollten.

Die Tradition der Kagyü oder Rotmützen geht auf Marpa den Übersetzer (1012-1097) zurück, welcher – die Mahamudra (wörtlich: grosses Siegel oder grosses Symbol) Übertragungslinie von Tilopa (928-1009) und Naropa (956-1040) weiterführend – mit verschiedenen grossen indischen Meistern insgesamt 17 Jahre studierte. Er ist einer der grossen Übersetzer, die die Tradition der Neuen Übersetzungen (Sarma) begründete. Marpas Hauptschüler war der in Tibet wegen seiner entbehrungsreichen Lehrzeit und seinen spirituellen Gesängen weithin bekannte Yogi Milarepa (1042-1123). Milarepa wurde erst nach einer langen Phase äusserst harter Prüfungen in die tantrische Praxis eingeführt. Er führte während seiner Praxiszeit ein entbehrungsreiches Leben und ernährte sich zeitweise überwiegend von Brennesseln, daher wird er auf vielen Darstellungen mit grünlicher Hautfarbe gezeigt. Milarepas wichtigster Schüler war der wegen seiner Gelehrsamkeit berühmte Mönch Gampopa (1079-1153). Er begründete die für die Kagyü-Schulen typische Form der Belehrung, indem er die klösterliche Tradition der früheren Kadmapa und die Yogi-Tradition der indischen Meister miteinander verschmelzen liess. Neben der Hauptübertragung des Mahamudra werden in der Kagyü-Schule die sog. “Sechs Yogas von Naropa” übermittelt. Namentlich zählen dazu: (1) Yoga der inneren Hitze (Tumo), (2) Illusionskörper-Yoga (Gyulü), (3) Traumyoga, (4) Yoga des klaren Lichts, (5) Bewusstseinsübertragung (Phowa), (6) Yoga des Zwischenzustandes nach dem

Todeseintritt (Bardo).

Die Kagyü-Lehre steht der Nyingma-Schule nahe. Ihr spiritueller Führer und höchste Inkarnation ist der 17. Karmapa Lama Ugyen Trinley Dorje, der kürzlich in den Westen geflüchtet ist.

Die Sakya-Tradition gründet auf den Lehren des indischen Pandit Mahasiddha Virupa und hatte grössten Einfluss auf die Schule der Gelugpa. Sie gilt als liberal, weil den Mönchen die Heirat erlaubt ist. Im 13. Jh. reichte der Sakya-Einfluss weit über die tibetischen Landesgrenzen hinaus und die Geschichte lehrt uns, dass Mongolenherrscher Kublai Khan von den spirituellen Leistungen eines tibetischen Sakya-Mönchs so beeindruckt war, dass er den Buddhismus zur Staatsreligion erklärte. Mit dem Übergang zur Ming-Dynastie (1368-1644) verloren die Sakya ihre zentrale Machtstellung im Tibet und mussten diese im Zuge der Reformation des Tsongkhapa (1357-1419) an die Gelugpa abtreten. Diese Linie betrachtet Meditation und Lernen als gleich wichtig für die Entwicklung der Schüler und legt besonderen Wert auf die Reinheit der Übertragung. Das derzeitige Oberhaupt der Sakya-Tradition ist der in Nordindien residierende Sakya-Trizin.

Die Gelug-Schule (wörtlich: die Tugendhaften) – die jüngste und heute am weitestverbreitete der vier Hauptschulen – geht auf den grossen Mystiker Tsongkhapa (1357-1419) zurück. Dieser sah in den nach wie vor praktizierten magischen Praktiken innerhalb des Mönchtums eine grosse Gefahr und machte sich demzufolge für eine Reform der im Niedergang begriffenen Lehre stark. Dabei stützte

er sich auf die vom grossen tibetischen Mönch Atisha (982-1054) verfassten traditionellen Texte, wie unter anderem dem Lamrim – dem Stufenweg zur Erleuchtung – und erreichte so eine Festigung der in Bedrängnis geratenen und ins Abseits gestellten buddhistischen Gemeinschaft. Die Gelugpa-Schule bevorzugt das Studium der Lehren zur Logik und legt grossen Wert auf die Überlieferung der in klösterlichen Instituten entwickelten Kunst der Debatte.

Im Jahr 1642 erlangte der Dalai Lama – das spirituelle Oberhaupt der Gelugpas oder Gelbmützen (da die Mönche fast alle gleich gekleidet sind, bleibt nur noch die Mütze als Erkennungsmerkmal) – als weltliches

Oberhaupt die politische Herrschaft über ganz Tibet. Seit dieser Zeit ist die Gelugpa Schule eng mit der tibetischen Politik verbunden.

Ob die Vereinigung von “Staat und Kirche” innerhalb des Gelug-Ordens immer zum Wohl des tibetischen Volkes (und der anderen Schulen) ausgeübt wurde, wird von den Anhängern der verschiedenen Schulen unterschiedlich bewertet. Machtpolitische Verwerfungen spielen aber, im Vergleich mit den aus Europa historisch bekannten Exzessen, eine wohl untergeordnete Rolle. Auch heute noch steht die tibetische Exil-Regierung unter dem direkten Einfluss der Gelugpa-Schule.

# Literaturverzeichnis

- Chan Khoon San (2001). Buddhist Pilgrimage. Online im Internet:  
URL: <http://www.buddhanet.org> [Stand 24.12.2004].
- Conze, Edward (1965). Buddhism: Its Essence and Development. New York: Harper Torchbooks.
- Dalai Lama (1997). My Land and my People – Memoirs of His Holiness the Dalai Lama of Tibet. New Delhi: Srishti Publishers and Distributors.
- Dargyay, Eva M. (1977). The Rise of Esoteric Buddhism in Tibet. Delhi: Motilal Banarsidass.
- David-Neel, Alexandra (1991). My Journey to Lhasa. New Delhi: Time Books International.
- Douglas, Nik, and White, Meryl (1976). Karmapa: The Black Hat Lama of Tibet. London: Luzac.
- Dowman, Keith (1998). The Sacred Life of Tibet. New Delhi: HarperCollins Publishers.
- Evans-Wentz, W.Y. (1969). Tibet's Great Yogi Milarepa. London: – Oxford University Press.
- Feuerstein, Georg (2000). The Life of Gautama the Buddha. Online im Internet: URL: <http://www.yrec.info> [Stand 22.12.2004].
- Hoffman, Helmut (1950). Quellen zur Geschichte der tibetischen Bön-Religion. Wiesbaden: FranzSteiner Verlag.
- Johnson, Russel and Morgan, Kerry (1989). The Sacred Mountain of Tibet: On Pilgrimage to Kailasa. Rochester: Park Street Press.
- Lama Thubten Yeshe (2001). The Essence of Tibetan Buddhism (Ed. by Nicholas Ribush). Online im Internet: URL: <http://www.lamayeshe.com> [Stand 20.12.2004].
- Lhalungpa, Lobsang P. (1977). The Life of Milarepa. New York: Dutton.
- Lopez, Donald, Jr. (1997). The Religions of Tibet in Practice. Princeton: Princeton University Press.

- Seneviratna, Anuradha (ed.) (1982). King Ashoka and Buddhism. Online im Internet: URL: <http://www.buddhanet.org> [Stand 24.12.2004].
- Strong, John (1983). The Legend of King Asoka. Princeton: Princeton University Press
- Tucci, Giuseppe (1980). The Religions of Tibet. Berkeley: University of California Press.
- Ven. Dr. K. Sri Dhammanada (1994). Buddhism as a Religion. Online im Internet: URL: <http://www.buddhanet.org> [Stand 22.12.2004].
- Ven. Narada Mahathera (1982). Buddhism in a Nutshell. Online im Internet: URL: <http://www.buddhanet.org> [Stand 24.12.2004].