

# *Tantra - eine Auffassung des Lebens*

**Anand Nayak**

*Der nachfolgende Artikel basiert auf einem Vortrag, den der Autor im Rahmen der Vortragsreihe des Schweizer Yogaverbandes gehalten hat.*

Begriffe wie Yoga, Tantra oder Reinkarnation sind im Bewusstsein der heutigen Hinduisten keine populären Themen. Erstaunlicherweise zeigt die westliche Öffentlichkeit jedoch ein grosses Interesse daran. Die Bücher über Tantra sind in den europäischen Buchhandlungen sehr beliebt. Aber welche Vorstellung von Tantra wird in diesen Büchern eigentlich verbreitet? Nach meiner Meinung stellen diese Publikationen nur die versteckten, mysteriösen Aspekte des Tantra in den Vordergrund, vor allem aber diejenigen der Sexualität und der Erotik, welche reichlich und mit farbenprächtigen Bildern dargestellt werden. In Wirklichkeit aber ist Tantra grösser und komplexer als Sexualität. Wenn man Tantra nicht aus der spirituellen Perspektive betrachtet, kann die Sexualität diese Spiritualität in ein falsches und schiefes Licht bringen. Ich möchte hier vor allem die spirituelle Dimension des Tantra ausführen.

Die europäischen Indologen wussten schon im letzten Jahrhundert um Tantra, aber sie verwarfen es als Umweg innerhalb der allgemeinen hinduistischen Religion. Die Autoren, besonders die der deutschen romantischen Epoche, sowie die Linguisten und hochqualifizierten viktorianischen Philologen, welche von ihrer Majestät für die überseeischen Departemente engagiert worden waren, entdeckten und überbrachten einen geläuterten Hinduismus nach Europa. Diejenigen Indologen aber, welche versuchten, das Gebiet des Tantra zu studieren, wurden von ihren Kollegen streng getadelt, weil ein solcher Tantra in ihren Augen ein "Haufen diabolischer Obszönitäten" war.

**„Wenn man Tantra nicht aus der spirituellen Perspektive betrachtet, kann die Sexualität diese Spiritualität in ein falsches Licht bringen“**

Glücklicherweise orientiert sich nicht die ganze europäische Forschung über Tantra in Richtung einer einfachen empirischen Beschreibung. Es ist vorgekommen und kommt vor, dass gewisse Forscher eine mehr existentielle Annäherung an Tantra vornehmen, ohne dabei ihre wissenschaftliche Genauigkeit aufzugeben. Der erste unter ihnen war Sir John Woodroffe, ein englischer Richter in Kalkutta. Wie einige andere nach Indien gesandte hohe britische Funktionäre, vertiefte er sich in den Hinduismus. Er wurde auf Anhieb ein grosser Bewunderer und Förderer des Tantra. Durch die "Tantric Text Series", welche in Zusammenarbeit mit mehreren Gelehrten publiziert wurden, verhalf er der modernen Welt zur Kenntnis verschiedener tantrischer Texte, vervollständigt durch englische Übersetzungen und spezielle Studien. Ein anderer grosser Indologe, Heinrich Zimmer (1890-1943) trug ebenfalls viel zum Verständnis des Tantra bei. Er hatte es sich zur Aufgabe gemacht, der westlichen Welt die Schätze der indischen Zivilisation zu zeigen, und insbesondere versuchte er, innerhalb der westlichen Philosophie die indische Denkart als philosophische Denkweise aufzuzeigen, da diese ihr nur schwer den Status der Philosophie zugestand. Die wenigen Seiten welche Zimmer über Tantra

in seinem Buch Philosophie und Religion Indiens (Rhein-Verlag, Zürich, 1961) schrieb, enthalten bemerkenswert intuitive Aussagen über den tantrischen Lebensstil. Sie führen den Leser direkt zum Kern des Themas und erlauben ihm, die ganze Tiefe des Tantra zu sehen.

## Die Geschichte des Tantra

Eine tantrische Geschichte erklärt die Lehre als etwas, das keinen Anfang hat: Es hat immer existiert, aber seine Bedeutung wird erst in unserer Epoche verstanden, im dunklen Zeitalter (Kali-Yuga), wo die Natur und ihre Gesetze missachtet werden. Man sagt, dass der erhabene Shiva dies seiner Frau Parvati verkündet hatte, um ihre Zweifel zu erhellen. Was die Bekanntmachung dieser Lehre auf Erden betrifft, sind sich die Texte nicht einig. Einige sagen, dass sie von Person zu Person vom höchsten Sitz Shivas bis zum menschlichen Wesen weitergegeben wurde. Andere behaupten, dass ein Heiliger - Matsyendra - Shiva und seine Gattin bei der Unterhaltung überrascht hätte, als diese die Lehre durch ihren Geliebten empfing. Tantra interpretiert diese Geschichte in spezieller Weise. Es bekundet öffentlich seine Überzeugung dass die Lehre übernatürlicher Herkunft und als unentbehrliches Wissen oder Mittel zur Befreiung geeignet sei. Nach dem grossen Abhinavagupta (Ende 10.-11. Jahrhundert) ist die Symbolik des Dialogs zwischen Shiva und Shakti eine Spiegelung des Göttlichen in sich selbst, ausgedrückt in Form einer Beziehung Meister-Schüler, eine Idee, die sich gut in die Theologie von Shiva-Shakti einfügt.

So wie uns die Kunst und die Skulpturen der Tempel schildern, erscheint es richtig, die Blütezeit der tantrischen Texte und Praktiken zwischen dem 8. und 10. Jahrhundert unserer Zeit anzusiedeln. Es handelt sich hier auch um eine Periode, in der in Kaschmir der Shivaismus den Buddhismus verdrängte und während der sich der grosse Shivaite Abhinavagupta an die Arbeit seiner umfangreichen tantrischen Synthese Tantraloka machte (ungefähr ums Jahr 1000).

Obwohl die Expansion von Tantra im Vergleich zur Ausbreitung des Islams im Jahr 1200 grosse Rückschläge erlitt, liess seine Aktivität nie nach, weder in der praktischen Ausübung, noch im literarischen Schaffen, noch im künstlerischen und architektonischen Ausdruck.

## Die tantrischen Schulen

Es ergibt sich eine grobe Unterscheidung in fünf Gruppen von Schulen: Shaiva, Shakta, Vaishnava, Saura, Ganapatya.

Die Entwicklung des shivaistischen Tantra, die sehr früh begann, hinterliess erst im 9. Jahrhundert schriftliche Spuren, gefolgt von einer reichen Wachstumsperiode bis ungefähr ins 13. Jahrhundert. Der Hauptvertreter Abhinavagupta (ca. 975-1025) war gleichzeitig ein grosses Genie, Tantrist, Dichter und Philosoph. Seine Werke enthalten eine kraftvolle Synthese der drei shivaistischen Systeme seiner Zeit: Krama, Trika oder Pratyabhijna und seiner eigenen Tradition des Kula. Der Shivaismus Krama, der seinen Ursprung im bekannten tantrischen Zentrum Uddiyana hat, enthielt ein blutiges Ritual

zu Ehren der Göttin Kala, bei dessen Ausübung man Schädel und Knochen benützte, und in dessen Verlauf es zu spontanen oder provozierten Trancezuständen kam. Die Rituale hatten eine grosse spirituelle Bedeutung: Die Befreiung des tief verstrickten Bewusstseins, durch rituelle Handlungen bis zum Durchbruch des totalen Gottesbewusstseins, welches Kali ist. In diesem letztmöglichen Zustand ist jegliche Dualität aufgehoben. Das Bewusstsein ist seinerseits aus seinen Begrenzungen befreit. Der befreite Mensch ist über die Dualität, über Gut und Böse, über die Bedingungen des Kastensystems, über die sexuelle Moral und die Bestimmungen der Unreinheit erhaben und kann diese Haltungen in Symbolen, Gesten und Handlungen rituell ausdrücken.

## Die Tantras der linken und der rechten Hand

Um gewisse Riten zu qualifizieren, existiert eine von Nicht-Tantristen erstellte Aufteilung über Riten, welche entweder der linken Hand (vama) oder der rechten Hand (dak-sina) zuzuordnen sind. Diese unterstreicht besonders die Haltung der orthodoxen Brahmanen gegenüber gewissen tantrischen Ritualen wie Fleisch essen, Wein trinken, aussergewöhnlichen sexuellen Verbindungen, die eine rituelle Unreinheit nach sich ziehen würden und deshalb als zur "linken Hand" gehörend verachtet werden. Diese Unterteilung wurde vor allem von den Shakta Tantra Anhängern vorgenommen, in deren Schoss eine Bewegung der "rechten Hand" (ungefähr 16. Jahrhundert) von Lakshmidhara geführt wurde, die die "linken" Praktiken verdammt, indem sie eine rein spirituelle Methode propagierte, nämlich die innere Verehrung der Shakti in Form des Sri-Cakra, des wunderbaren Rades, ein Biid, das für die Meditation gebraucht wird.

## Tantra: eher ein Zugang als ein System

Es ist am Anfang einfacher zu sagen, was Tantra nicht ist: Es ist kein System, sondern ein Zugang oder Ansatz. Tantra ist eine besondere Art, zu erklären und zu handeln. Der tantrische Ansatz erklärt den Weg der Erkenntnis (Jnana) und den Weg der Erfahrung (Vijnana). Tantra ist eher eine Annäherung durch Erfahrung als durch Wissen. Die experimentelle Annäherung (Vijnana) des Tantra kontrastiert mit der Erkenntnis (Jnana) der gelehrten Philosophen. Indem er seinen eigenen Zugang demjenigen der Erkenntnis gegenüberstellt, sagt einer der bedeutendsten Praktiker des Tantra unserer Zeit, Ramakrishna (1836-1886), Folgendes:

"Was ist vijnana? Es ist die Erkenntnis Gottes auf eine spezielle Weise. Das Wissen und die Überzeugung, dass das Feuer im Holz existiert, ist Jnana, die Erkenntnis. Auf diesem Feuer jedoch Reis zu kochen, ihn zu essen und sich dadurch zu ernähren, ist Vijnana. Durch eigene innere Erfahrung zu wissen, dass Gott existiert, ist Jnana. Aber mit ihm zu sprechen, dies zu geniessen wie ein Kind, ein Freund, ein Meister oder ein Liebhaber, das ist Vijnana. Zu realisieren, dass Gott allein das Universum und alle Lebenden zusammen geworden ist, das ist Vijnana."  
*(Gospel of Sri Ramakrishna)*

Was ist der Unterschied zwischen Jnana und Vijnana? Jnana ist die reine Erkenntnis, die universelle Wahrheit, während Vijnana die erfahrene Wahrheit, die an einer Lebenssituation erprobte Wahrheit ist.

## Alles ist Bewusstsein

Dieser leidenschaftliche Wille, die Wirklichkeit sogar bis in sein Herz hinein zu erfahren, verbirgt tatsächlich die unerschütterliche Überzeugung des Tantristen, dass die gesamte Wirklichkeit Bewusstsein ist. Die Schöpfung ist aus einer ewigen Quelle von Bewusstsein hervorgebrochen und hat sich durch eine Ausbreitung in Raum und Zeit offenbart. Wir befinden uns in diesem Raum und leben in dieser Zeit. Das befreiende spirituelle Leben dagegen ist eine Rückkehr zur Quelle, zur Quelle des Bewusstseins, zum Ursprung, wo die Vereinigung mit dem Ganzen geschieht.

Wiederum Ramakrishna:

"Die göttliche Mutter hat mir im Kali-Tempel offenbart, dass sie jegliche Sache geworden sei. Sie hat mir gezeigt, dass jede Sache voller Bewusstheit ist - das Bild, der Altar, die Wassergefäße, die Schwelle, der Marmorboden - alles ist Bewusstheit. Ich habe jede Sache im Zimmer "in der vollen Glückseligkeit badend" vorgefunden - in der Glückseligkeit des Satchidananda. Ich habe einen bösen Mann vor dem Kali-Tempel gesehen, aber auch in ihm habe ich die Macht der göttlichen Mutter vibrieren sehen. Deshalb habe ich einer Katze Nahrung verfüttert, die für die göttliche Mutter bestimmt war..." (H. Zimmer, *Philosophie und Religion Indiens*, Rhein Verlag, Zürich, 1961)



*Der tanzende Siva (Bild Regine Weber)*

## Die vier Stufen des Bewusstseins

Die Erfahrung des Bewusstseins ist das Herz von Tantra und der Hauptschlüssel zu seinem Verständnis, aber das Bewusstsein, wie wir es im täglichen Leben spüren, ist nur die Spitze des Eisberges. Es ist in Tat und Wahrheit verdichtet, auf eine mysteriöse Art unergründlich und grösstenteils verdeckt. Der klarste Ausdruck dieser Unterweisung wird in der Mandukya Upanishad gegeben. Diese ist mit 12 Versen die kürzeste Upanishade, aber wahrscheinlich diejenige, die das Konzept von Tantra am besten zusammenfasst.

Die erste Bewusstseinsstufe ist das, was alle Menschen kennen. Es bedeutet das normale nach aussen gerichtete Tageswachbewusstsein. Es ist die Ebene der Vielfalt und damit auch der Versplitterung. Der Genuss auf dieser Ebene entspringt den groben materiellen Vergnügen, dem Kontakt mit der Materie. Alle kennen die erste Ebene, jedoch nur wenige kennen eine höhere Ebene. Es ist wie die Beziehung zwischen Licht und Feuer. Feuer ist bereits fein, jedoch Licht ist noch feiner. Die zweite Ebene ist diejenige des Traumes: Im Traum ist die Welt zwar immer noch vielfältig, aber sie ist in mir. Es besteht kein Kontakt mit der groben Materie und das führt zu Gleichmut. Auf einer noch höheren Ebene gibt es keine Vielfalt mehr. Alles ist eins geworden. Wir erfahren dies im Tiefschlaf und in der tiefen Meditation. Alles ist nach innen gebracht, und alles ist eins geworden. Daraus entsteht Wonne. Alles ist eins geworden alles hat den gleichen Wert der Freude,

## Nur auf der körperlichen Ebene zu bleiben ist nicht Tantra

Es gibt noch einen höheren Zustand, aber der lässt sich nicht erklären. Es gibt nichts auf der Welt, das vergleichbar wäre. Man sagt: Alles ist Frieden geworden, oder alles ist "Shiva" geworden. Der Tantriker lebt den zweiten, dritten und vierten Zustand, in dem er mit der Materie in Kontakt kommt. In allem was er auf der materiellen Ebene genießt, spürt er die höheren Schichten des Bewusstseins. Dies ist die tantrische Erfahrung. Nur auf der körperlichen Ebene zu bleiben ist nicht Tantra. In jeder Erfahrung, in jedem Wesen die zweite, dritte und vierte Ebene zu spüren, ist Tantra. Bei jeder Erfahrung soll man weitergehen, bis man die vierte Ebene erreicht hat, denn dies ist der Ursprung der Schöpfung, das ist dort wo Shiva oder die Fülle zu finden ist.

## Sadhana

Wir kommen nun zum wichtigsten Teil unseres Themas: Tantra als Erweckung der Energie. Dies ist Sadhana oder die Rückkehr zur Quelle, wobei die gesamte Schöpfung mit allen sie erfüllenden Wesen nur eine Explosion der Ursprungseinheit, der Urkraft ist, die wie ein Fluss, der als Wasserfall auf ein Hindernis, in alle Richtungen zerstiebt und sich auf unzählige Flüsschen verteilt. Entfernen sich diese Ströme von der Quelle, so sind sie doch nicht im mindesten von ihr getrennt, weshalb sie sich auch als Wege zur Rückkehr anbieten. Die gesamte Schöpfung ist genau diese Verkörperung der primären Energie. Wer sie mit der richtigen Betrachtungsweise unterscheiden kann, wird alle Objekte der Schöpfung als Spuren des Schöpfers sehen, die den Weg zur ewigen Heimat weisen.

Sadhana bedeutet wörtlich "Anstrengung, um zu einem Ziel zu gelangen". Das Ziel für den Tantristen ist die Fülle. Die ihm zur Verfügung stehenden Mittel sind dieses Leben selbst und alle Realitäten, Zeichen des Lebens und Symbole der Schöpfungsenergie. Sadhana ist die erlebbare Kunst zu durchdringen, zu spüren zu werden und zu wachsen, eine Kunst, die den Körper, die spirituelle und geistige Ebene und die ganze sie einschliessende Natur benutzt.

Je nach Schule können sich die angewandten Methoden beträchtlich unterscheiden. Hier soll versucht werden, einige Elemente eines zusammenfassenden Modells darzulegen.

## Die Begegnung mit dem Meister

Die Notwendigkeit, einen Guru (Mann oder Frau) zu haben, entsteht nicht dadurch, dass dieser unerlässlich für den Unterricht und die Supervision der technischen Aspekte in der tantrischen Unterweisung wäre. Sie kommt nicht einmal daher, dass die tantrische Texte nicht die ganze Lehre beinhalten, sondern ein Teil davon "geheim gehalten" wird und die Vermittlung dieses Teils traditionsgemäss mündlich von Generation zu Generation weitergegeben wird. Die Notwendigkeit eines Gurus hat einen anderen Grund: Die Begegnung mit dem richtigen Guru wird als "das Herabsteigen der Gnade" (sakti-pata) angesehen. Es ist ein von der Quelle der Energie gegebenes Zeichen, in gewissem Sinne als Befehl für jemanden auf seinen Weg zurückzukehren. Die Begegnung mit dem Guru ist nicht eine auf klaren Kriterien aufgebaute Wahl. Es ist ein wenig wie sich verlieben: Der Guru beginnt im Innern des Schülers zu agieren, der seinerseits unwiderstehlich zu ihm hingezogen wird. Der Meister, welcher aus Mitgefühl lehrt, ist für den Schüler "Gott auf Erden". Es ist die Person und nicht nur die Unterweisung die zählt. Der Meister wirkt von nun an im Schüler so, wie Gott wirken würde - in seinem Geist, seinem Herzen und seinem Körper -, und das Leben des Schülers wird sich ändern, der Körper des Meisters wird für den Schüler zum Yantra, in dessen Mitte die Göttin weilt. In der Vereinigung mit dem Meister vereinigt er sich mit der Energie selbst.

## Einweihung (diksha)

Der Beginn der Sadhana ist von einem Einweihungs-Ritus (diksha) geprägt, wodurch der Meister formell den Schüler akzeptiert und dieser den Wunsch zum Ausdruck bringt, den spirituellen Weg unter dessen Leitung zu gehen.

Abinavagupta gibt zu Beginn seiner Tantrasara eine interessante Beschreibung der diksha, wo er die speziellen tantrischen Elemente besonders hervorhebt: die Initiation ist die Verbindung der bewussten Energie zwischen Meister und Schüler, wie die Verbindung der Flamme einer Lampe mit der Flamme einer anderen Lampe. Die erste Einweihung dauert normalerweise drei Tage; die beiden ersten sind zur Vorbereitung der dritten bestimmt. Wenn der bedeutungsvolle Moment herannaht, ziehen sich Meister und Schüler, begleitet von einigen nahen Bekannten, an einen ausgewählten geschützten Ort zurück, in einen Wald oder an ein Flussufer. Sie bauen eine Hütte, in der sie

eine für die Zeremonie bestimmte Plattform errichten. Am folgenden Tag, nach dem rituellen Bad, meditiert der Meister über seinen Körper als den von der Gottheit ausgewählten Sitz. Der Schüler, der sich jeglichen Sexualaktes enthalten hatte und somit die ganze sexuelle Kraft gespeichert hat, reinigt sich mit einem rituellen Bad und anderen Waschungen. Meister und Schüler setzen sich auf die mit heiligem Gras bedeckte Plattform und meditieren über den eigenen Körper und den des anderen als Sitz der Gottheiten. Der dritte Tag beginnt ebenfalls mit Bädern und Reinigungsritualen. Danach wird das heilige Feuer entzündet, und der Meister beginnt die Initiation zu übertragen.

Es gibt viele tantrische Riten der Übertragung. Bei der Einweihung überträgt der Meister seine Kraft auf den Schüler. Dies ist oft mit physischem Kontakt von Meister und Schüler verbunden und kann die Form des sexuellen Aktes annehmen. Es gibt auch andere Elemente wie z.B. Meditationen oder je nach Schule unterschiedliche Mandalas also Zeichnungen.

Die Einweihung endet mit einem Mantra. Der Meister gibt jetzt dem Schüler ein Wort oder einen Satz. Dieser Ton ist ein Zeichen des Meisters: Jedesmal wenn der Schüler oder die Schülerin diesen Ton ausspricht, entsteht die Nähe des Meisters. Es ist eine Verbindung mit dem Meister das Mantra zu wiederholen und die intime Beziehung zum Meister zu spüren. Wie wir schon früher gesehen haben, richtet sich diese Einweihung nicht nur an die "zweimal Geborenen", d.h. an die Hindus der drei oberen Klassen. Jeder Mann oder jede Frau, welcher Kaste sie auch angehören, kann sie im Prinzip erhalten.

## **Puja oder die Verehrung der Göttin**

Dann muss der Schüler täglich die Puja ausführen. Das Mantra ist wie ein Samen in der Erde, der durch die Puja spriesst und wächst. Der Schüler hat vom Meister das Mantra und auch die Gottheit d.h. ein konkretes Symbol z.B. eine Figur bekommen. Die Puja vollzieht sich über die Atmung und die Vereinigung. Täglich muss er über das Bild meditieren, indem er zuerst das Bild betrachtet. Durch die Atmung verbindet er sich mit dem Bild, er wird eins damit. Mit der Puja wächst er täglich in der Bewusstseinssebene.

Es gibt auch Schüler, bei denen werden anstatt Bilder lebendige Personen (Frau oder Mann) gewählt. Die Vereinigung geschieht dann mit dieser Frau oder diesem Mann. Es handelt sich dabei nicht um die eigene Frau oder den eigenen Mann, denn nach hinduistischer Sicht ist die Ehe eine soziale Beziehung. Man heiratet nicht für Tantra, sondern für die Familie. Für Tantra muss es eine andere Person sein. Es sei jedoch betont, dass die Puja meistens eine figurative Praxis darstellt.

## **Yoga und Meditation**

Für diejenigen, die schnell in die höheren Bewusstseinssebenen wachsen müssen, gibt es zwei weitere Methoden. Genau dafür hat uns die tantrische Tradition den Hatha Yoga gegeben. Wenn man im Hatha Yoga nicht nur die Stellungen und Atmungen

praktiziert, sondern auch die Reinigungen übt, und die Energien in sich wachsen lässt, wie es in der Hatha Yoga Pradipika und der Gheranda Samhita beschrieben ist, ist dies ein beschleunigter tantrischer Weg. Der Hatha Yoga, wie er in den westlichen Schulen gelehrt wird, ist allerdings meist soweit abgemildert, dass es kaum zu einer sehr grossen Energieentwicklung kommt.

Ein anderer Weg ist die Meditation. Es gibt ein Buch, das heisst "112 Meditationen". Es sind Meditationen zur Energieentwicklung darin enthalten, jedoch auch Meditationen der Achtsamkeit, Meditationen mit Vorstellungen, Gruppenmeditationen etc. (*Vijnana Bhairava: Das göttliche Bewusstsein - 112 Weisen der mystischen Erfahrung im Sivaismus von Kashmir, übersetzt und kommentiert von Bettina Bäumer. Edition Adyar, ISBN3-89427-241-4*)

## Yoga und Tantra

In Indien hat der Begriff „Yoga“ viele Bedeutungen. Im Abendland haben wir recht technische Vorstellungen. Wenn wir von einer Yoga-Schule, einer Yoga-Lehrerin oder von einem Yoga-Diplom sprechen, so wird der Begriff Yoga sehr technisch verwendet.

In Indien kann eine Pilgerfahrt Yoga sein, eine richtige Puja zu machen kann auch Yoga sein. Patanjali war der erste Gelehrte, der ein System von Yoga aufgezeichnet hat. In diesem System gibt es aber keine Körperübungen, keine Atem- oder Reinigungstechniken. Dieser Yoga ist vielmehr eine innere Erfahrung. Nach Patanjali haben viele Schulen sein System aufgenommen und nach Ihrer Lehre interpretiert. z.B. haben Leute die ausschliesslich mit vedischen Riten lebten daraus einen Karma oder Kriya Yoga gemacht. Andere wiederum, die die Gottesliebe und die daraus resultierende spirituelle Erfahrung ins Zentrum ihrer Lehre stellten, haben daraus einen Bhakti Yoga gemacht.

Auch der Tantrismus hat Patanjalis Modell übernommen und daraus den Hatha Yoga gemacht, und dies mit dem Ziel den Yoga für die tantrische Sadhana nutzbar zu machen. Hatha Yoga ist also eine tantrische Auffassung von Yoga.

## Der Weg des Helden (vira): Sexualität, schwarze Magie

Wenn die Person jetzt so ausgebildet und geformt ist, dass sie die letzte Einheit entdeckt, dann nennt man sie nicht mehr Tantrika, sondern Vira, das heisst Held. Das heisst, er hat die ganze Welt und sich selbst bemeistert. Und es gibt für ihn keine Hindernisse und Bindungen mehr. Auch nicht die Dinge, die andern verboten sind. Wenn Tantra so sehr die Neugierde weckt und so wenig verstanden und oft zurückgewiesen wird, so liegt dies an den behaupteten sexuellen Praktiken, Orgien und Handlungen der schwarzen Magie. Diese von aussen herangetragene Verurteilung stimmt weder mit der Einstellung des Tantristen gegenüber solchen Handlungen überein, noch mit seiner Geisteshaltung während der Ausübung dieser Praktiken. Es handelt sich um einen schmalen Weg nahe am Abgrund; viele straucheln und gehen zugrunde.

Das häufigste sexuelle Ritual heisst Makara, das bedeutet "die Worte, die mit dem Buchstaben M beginnen": alkoholische Getränke (Madya), Fleisch (Mamsa), Fisch (Matsya), geröstete Körner (Mudra), und der Koitus (Maithuna). Diese fünf Dinge sind allerdings in der traditionellen hinduistischen Gesellschaft für den, der nach dem Heil strebt, streng verboten. Nicht verboten sind die für den Tantriker, weil er auch in ihnen die letzte Wahrheit und den letzten Zustand des Bewusstseins findet. Er ist Held geworden und deshalb fällt er dort nicht herunter, wo die anderen herunterfallen.

Das ist jetzt die Prüfung der Unterscheidungsfähigkeit für sich selbst. Wenn man durch diese Dinge sein Gleichgewicht und seine reine Sicht nicht verliert, ist man Held geworden. Wenn man durch diese Dinge zurückgeworfen wird in Maya, dann ist man noch nicht bereit und fähig. In tantrischen Schulen, wo Schüler mit dem Meister leben, gibt der Meister gelegentlich den Test, um zu sehen, ob der Schüler bereit ist. Wenn er Vira geworden ist, ist er auch Meister geworden. Er darf nicht mehr mit dem Meister verweilen, sondern muss selber Meister sein.

Die grosse Schwierigkeit mit den tantrischen Kreisen im Abendland besteht darin, dass statt mit dem Treffen des Meisters, mit Puja, mit Yoga, mit Meditation zu beginnen, beginnen sie mit der Prüfung. Das hat so keinen Sinn, denn niemand ist bereit dafür.

Die tantrische Annäherung, insbesondere diejenige, die sich durch Sexualität und Gewalt ausdrückt, erscheint uns sehr fragwürdig, solange wir nicht an das Grundprinzip herangehen: Yoga ist Bhoga, d.h. dass die ganze Disziplin, ob rituell, physisch oder mental, letzten Endes eine Schule der Erfahrung der Freude (bhoga), des Vergnügens, des Wohlseins ist. Doch dieser Grundgedanke schliesst die Erfahrung des Leidens nicht aus, das in anderer Weise ebenfalls zu einer bereichernden Erfahrung des Bewusstseins werden kann, unter der Bedingung, dass man nicht wie an das Vergnügen daran gebunden ist. Tatsächlich stellt sich der Tantrismus nicht auf den Standpunkt der Zweiteilung von Vergnügen und Leid, sondern auf denjenigen der Erfahrung der Leidenschaft, der Kraft, die uns im Tiefsten unseres Seins berührt und uns von den Banden, die unser Bewusstsein einschränken befreien könnte. Der traditionelle Hinduismus lehrt uns die Beherrschung der Leidenschaften, d.h. deren Unterdrückung, indem die Leidenschaft (rajas) durch Reinheit (sattva) dominiert wird. Tantra benützt diese Leidenschaften im Gegensatz dazu, um den Sieg zu erringen, in dem es sie wie einen wilden Hengst zähmt. Dies ist das grundsätzliche Bhoga, die Erfahrung der Befreiung von den Leidenschaften.

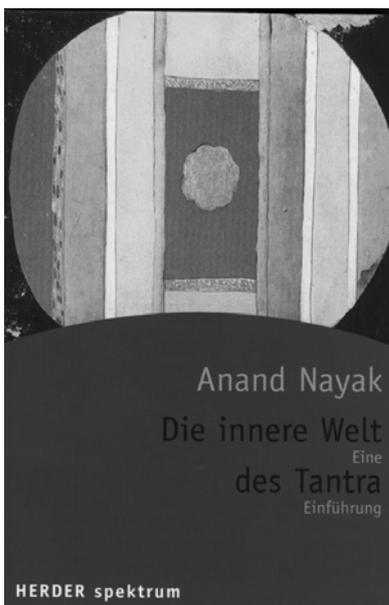
## **Abhängigkeit / Unabhängigkeit**

Eine weitere, der Praxis des Tantra absolut zu Grunde liegende Idee - bei deren Unkenntnis jegliche Praxis unheilvoll und zerstörerisch werden kann - ist die Unterscheidung zwischen Abhängigkeit und Unabhängigkeit. Die tantrischen Lehren entwickeln diese Begriffe, wenn sie vom Guru, von Lösungen und Wünschen sprechen, sowie von der äussersten Erfahrung des Kaivalya oder der Freiheit. Da jegliches Wissen ein Spiel des Bewusstseins ist, letztendlich das Bewusstsein von Shiva, der Shakti ist, kann sich die spirituelle Suche niemals mit einem Wissensobjekt begnügen. Das Ziel des Weges ist einmalig, es ist Shiva, das Letzte. Mit anderen Worten, der Praktizierende kann sich nicht mit den Vergnügungen und Freuden, die von weltlichen Wirklichkeiten ausgehen, zufrieden geben. Sie sind nichts weiter als Wegweiser und müssen als solche angesehen werden. Der Sadhaka -d.h. der Tantrist auf der spirituellen Suche - der nicht fähig ist, seine Erfahrungen, als einfache Erfahrungen zu sehen, die zu anderen

viel edleren und feineren Erfahrungen führen, letztendlich zur letzten Erfahrung von Shiva, ist kein würdiger Suchender, weil er bereits im Netz der Maya und der Unwissenheit gefangen ist. Im Gegensatz ist der Sadhaka, der zum Held geworden ist, fähig, die ganze Wirklichkeit zu sehen, einschliesslich dessen, was normale Wesen als schlechte oder verbotene Gegenstände bezeichnen - wie z.B. das Zeichen und der Tanz von Siva.



*Anand Nayak (1942-2009) wurde in Mangalore (Süd-Indien) in einer katholischen Familie geboren. Er verbrachte mehrere Jahre mit dem Studium der Lehren des Hinduismus, Buddhismus und Christentums an den indischen Universitäten und religiösen Zentren. 1976 promovierte er in Paris in katholischer Theologie und in Religionswissenschaften. Bis zu seinem Tod war er Professor für Missiologie und Religionswissenschaften an den Universitäten Fribourg und Neuchâtel und Lehrer der Sadhana Meditation. Anand Nayak ist Autor des Buches „die innere Welt des Tantra“ (Herder Verlag).*



*Anand Nayak, Die innere Welt des Tantra, Herder Verlag, ISBN: 3-45113-3\$*

# ***Die Meister-Schüler (guru-sisya) Beziehung im Tantra***

***Anand Nayak***

Die Notwendigkeit für einen Meister, Mann oder Frau, der den Schüler/die Schülerin auf dem geistlichen Weg begleitet und zum Ziel führt, ist in fast allen Religionen der Welt ein fester Bestandteil der Lehre. In den indischen Religionen – Hinduismus, Buddhismus und Jainismus – hat die Meister-Schüler Beziehung eine sehr klare und strukturierte Form. Wir versuchen hier, diese Lehre im Tantra näher zu betrachten. Der Tantra ist ein Bereich des Hinduismus, der absolut unabdingbar in bezug auf die letzte Befreiung ist.

## **Die Sadhana im Tantra**

Sadhana ist die konkrete Anwendung tantrischer Lehre und Prinzipien im täglichen Leben. Der Tantra geht davon aus, dass die ganze Schöpfung eine zersplitterte Realität ist, die aus der «Explosion» der ursprünglichen Einheit entstanden ist. Die Vielfalt in der wir sind und deren Teil wir sind, ist jedoch nicht ein Chaos, sondern es gibt eine gewisse Ordnung in ihr. Die Aufgabe im Leben eines jeden Menschen besteht darin, wieder die ursprüngliche Einheit zu erreichen, was die Aufgabe aller Lebewesen ist: die gemeinsame Rückkehr zur ursprünglichen Quelle, wie Wassertröpfchen, die sich zusammenfügen, um wie ein gewaltiger Strom zurück ins Meer zu fließen. Die *sâdhanâ* ist genau diese Anstrengung für die Wiedererschaffung der Einheit.

Der Weg zur inneren Einheit ist die konkrete Praxis, die eine Person ausübt. Man muss hier bemerken, dass nach dem Geist des Tantra diese Praxis nicht nur eine spirituelle und mentale Aktivität ist, sondern ebenso eine Anstrengung des Körpers wie des Geistes; ein Weg, auf dem die ganze Schöpfung in ihren materiellen, organischen, psychischen und spirituellen Aspekten ihren Platz einnimmt.

## **Die Notwendigkeit eines Gurus**

Niemals macht sich eine Person allein auf solch einen Weg der *sîdhanî*. Die Tantras verurteilen die Initiative derer, die den tantrischen Weg anhand einer Buchlektüre zu praktizieren beginnen oder, was noch schlimmer ist, nachdem sie ein von einem Meister an einen anderen Schüler gegebenes Mantra «gestohlen» haben. Sie warnen vor bevorstehendem Misserfolg und Zerstörung.

Die Notwendigkeit, einen Guru zu haben, entsteht nicht dadurch, dass dieser unerlässlich für den Unterricht und die Supervision der technischen Aspekte in der tantrischen Unterweisung wäre. Sie kommt nicht einmal daher, dass die tantrischen Texte nicht

die ganze Lehre beinhalten, sondern ein Teil davon «geheim gehalten» wird und die Vermittlung dieses Teils traditionsgemäss mündlich von Generation zu Generation geschieht. Die Notwendigkeit eines Gurus hat einen anderen Grund: Die Begegnung mit dem richtigen Guru wird als «das Herabsteigen der Gnade» (*sakti-pata*) angesehen. Sie ist ein von der Quelle der Energie gegebenes Zeichen, in gewissem Sinne ein Befehl, auf den richtigen Weg zurückzukehren.

## **Der Meister (Guru)**

Im Tantra wird der menschliche Guru als Shiva – der höchste Gott – angesehen, weil er/sie für den Schüler die verkörperte Präsenz Gottes auf der Erde ist. Weder Alter noch erworbene Erfahrung machen aus dem Menschen einen Guru, sondern die auf Gnade beruhende Anwesenheit Shivas in ihm, seine Identifikation mit Gott. Er ist reinen Geistes, in seinen Gedanken und in seinem Verhalten. Er unterdrückt jegliche Leidenschaft in sich, ist nicht auf der Jagd nach Geld. Er ist nicht unbedingt eine gelehrte Persönlichkeit, kennt aber die Veden und die anderen Schriften. Er zeigt seine spirituelle Kraft durch seine Handlungen: er behandelt alle Menschen gleich, mit Respekt, Liebenswürdigkeit und Wohlwollen; er ist unter allen Umständen wahrheitsliebend. Er ist Gott vollständig ergeben und kein irdischer oder himmlischer Wert kann ihn verführen. Er redet mit Geduld aber wenig, seine Worte sind gut gewählt. Er ist für seine Schüler immer ein Beispiel für ein einfaches Leben und noble Gedanken, denn er lebt der Wahrheit und nicht den Erwartungen der Menschen getreu.

Es sind die elementarsten Gesten und Handlungen des täglichen Lebens, die dem Schüler die Richtung auf dem spirituellen Weg weisen. Der Meister ist der lebende Beweis dafür, dass es möglich ist, seine Existenz dem Suchen nach der 'letzten Wahrheit' zu widmen. Oft lehrt der Meister den Schüler, ohne ein Wort zu sagen. Der wahre Meister lehrt den Schüler durch die Stille.

Der Meister beobachtet und begleitet den Schüler in all seinen Lebensumständen. Er kennt die Hindernisse, die Illusionen, die den Suchenden blind machen. Er kennt die schwierigen Momente, die überwunden werden müssen und die Opfer, die man erbringen muss. Aber die wahrhaftigen Meister sind sich bewusst, dass sie sich noch auf dem Weg befinden.

Der Meister sieht die Welt anders als der Anfänger; sein Bewusstsein ist erweitert. Er nimmt Dinge wahr, die der Schüler noch nicht wahrnimmt. Er besitzt insbesondere die Fähigkeit, den Seelenzustand der Person, die ihn um Rat fragt, zu ergründen. Der Meister erkennt sofort die Beweggründe, die den Schüler veranlassen haben, ihn zu konsultieren

## **Der Schüler**

Der Schüler verkörpert die Offenheit für dieses heilbringende Licht, so wie die Erde sich für das Licht der Sonne öffnet. Er ist ein demütiger Diener des Meisters. Er bringt dem Meister nicht nur intellektuelle Aufmerksamkeit entgegen, sondern auch materielle Dienste. Genau wie der Meister muss auch der Schüler gewisse Bedingungen erfüllen. Alle

religiösen Traditionen lehren, dass der Schüler als solcher vom Höchsten selber bestimmt wird. Er muss von Gott auserwählt werden. Es ist also unerlässlich, dass er intellektuell gebildet und bereit ist, seine intellektuellen Kenntnisse zu nutzen. Er muss fromm und moralisch integer sein, damit die innere und äussere Praktik nicht im Widerspruch zueinander stehen. Der künftige Schüler löst sich von seiner Vergangenheit, nimmt einen neuen Lebensstil an und versucht, sich der höchsten Wahrheit zu nähern. Dazu braucht er den Rat eines erfahreneren Menschen.



*Die Göttin Kali*

## **Die Meister-Schüler Beziehung**

Die Begegnung mit dem Guru ist nicht eine auf klaren Kriterien aufgebaute Wahl. Es ist ein wenig wie sich verlieben: Der Guru beginnt im Innern des Schülers zu agieren, der sich seinerseits unwiderstehlich zu ihm hingezogen fühlt. Der Meister, der aus Mitgefühl lehrt, ist für den Schüler «Gott auf Erden».

Es ist die Person und nicht nur die Unterweisung, die zählt. Der Meister wirkt im Schüler so, wie Gott wirken würde - in seinem Geist, seinem Herzen und seinem Körper - und

das Leben des Schülers wird sich ändern. Der Körper des Meisters wird für den Schüler zum Bild, in dessen Mitte die Göttin weilt. In der Vereinigung mit seinem Meister vereinigt er sich mit der Energie selbst.

*Ich beuge mich vor dir, o wahrer Meister (sad-guru)  
Du, der die Bande zerschneidet, die uns in diese Welt zurückhalten,  
Du, der die Vision von Weisheit spendet,  
Zusammen mit weltlichen Freuden und letzter Befreiung,  
Verbanner der Unkenntnis,  
Enthüller des Kula-Gesetzes,  
Menschliches Bild des höchsten Brahman  
Huldigung des řā Guru.  
(Mahanirvana-tantra 5.31-32)*

Die Meister-Schüler Beziehung wird im Laufe der Zeit mit verschiedenen Ritualen erlebt und vertieft.

Der Beginn der *sadhana* ist durch einen Einweihungs-Ritus (*diksa*) geprägt, wodurch der Meister formell den Schüler akzeptiert und dieser den Wunsch zum Ausdruck bringt, den spirituellen Weg unter dessen Leitung zu beginnen. Die Einweihung ist kein typisches Phänomen des Tantra. Sie stellte aber immer einen traditionellen und weit verbreiteten Ritus dar, der in der religiösen vedischen und brahmanischen Kultur praktiziert wurde. Dort war sie immer ein Bestandteil des etablierten und weit verbreiteten Ritus. Allerdings bringt der Tantra gewisse Eigenheiten hinein: Die Zielsetzung und die Beziehung, die aus der Verbindung mit dem Meister entsteht, unterscheiden sich von dem, was sie in der vedischen Einweihung (*upanayana*) sind. Und andererseits ist diese Einweihung nicht die einzige im Leben des Schülers des Tantraweges (*sadhaka*): Weitere werden im Verlaufe der *sadhana* folgen, um den spirituellen Fortschritt des *sadhaka* zu kennzeichnen.

Abhinavagupta gibt zu Beginn seiner *Tantrasara* eine Beschreibung der *diksha*, wo er die speziellen tantrischen Elemente besonders hervorhebt: Die Initiation ist die Verbindung der bewussten Energie zwischen Meister und Schüler, «wie die Verbindung der Flamme einer Lampe mit der Flamme einer anderen Lampe.»

Die erste Einweihung dauert drei Tage, wobei die beiden ersten Tage zur Vorbereitung des dritten bestimmt sind. Wenn der bedeutungsvolle Augenblick herannaht, ziehen sich Meister und Schüler in Begleitung einiger naher Bekannter an einen ausgewählten, geschützten Ort zurück, z.B. in einen Wald oder an ein Flussufer.

Dort bauen sie eine Hütte, in der sie eine für die Zeremonie bestimmte Plattform errichten. Am folgenden Tag, nach dem rituellen Bad, meditiert der Meister über seinen eigenen Körper als den von den Gottheiten auserwählten Sitz. Der Schüler, der sich jeglichen Sexualaktes enthalten und somit die ganze sexuelle Kraft gespeichert hat, reinigt sich mit dem rituellen Bad und anderen Waschungen. Meister und Schüler setzen sich auf die mit heiligem Gras bedeckte Plattform und meditieren über den eigenen Körper und den des anderen als Sitz der Gottheiten. Der dritte Tag beginnt ebenfalls mit Bädern und Reinigungsritualen. Danach wird das heilige Feuer entzündet, und der Meister beginnt die Initiation zu übertragen.

Indem er seinen Schüler mit «göttlichem Blick» betrachtet, knüpft er dessen Haarsträhne zum Zeichen seines Standes als Schüler. Mit dem Daumen kennzeichnet er

mit einer Geste des Drückens (*nyasa*) sechs Partien des Körpers: Beine, Sexualorgane, Bauchnabel, Herz, Hals und Kopf. Dies dient als Hinweis auf die Zerstörung der sechs unreinen Wege und der Neugestaltung der sechs neuen Wege Shivas. Mit verbundenen Augen und Blumen in der Hand wird der Jünger dann zum Ort geführt, wo sich das Mandala-Diagramm befindet. Das Ziel der nun folgenden Reinigungsriten ist die «Neuerschaffung» des Schülers. Der Meister haucht seinem neuen Geschöpf den Namen der «gewählten persönlichen Göttin» (*ista-devata*) ein. Der Jünger gibt seiner Freude Ausdruck, diesen heiligen Namen der Göttin, der ihn und alle seine Taten lebenslang begleiten wird, zu erhalten, indem er Blumen um sich verstreut.

Der Jünger wird nun von neuem mit Wasser bespritzt und das Grundmantra (*mula-mantra*) der Göttin wird ihm zugeflüstert, um anzuzeigen, dass sein Körper von nun an identisch mit dem des Meisters und das Mandala identisch mit dem der Göttin ist. Der Schüler erhält dann das wichtige Wissen (*vidyā*), das sein Meister ihm als Geheimnis ins Ohr murmelt: das heilige Mantra, das mächtigste Mittel zur Befreiung. Der Schüler wirft sich voller Hingabe mit dem Gesicht nach unten zu Füßen seines Meisters. Dies ist das Zeichen totaler Unterwerfung und Annahme des Meisters in seiner Funktion als solcher. Danach erhalten der Meister und seine Assistenten eine Mahlzeit und Geschenke.

Dieser Ritus zeigt sehr genau den sakralen Wert der Einweihung. Der Schüler wird neu geschaffen nach der Natur von Shiva selbst, da er mit göttlicher Energie erfüllt wird. In ihm werden das Licht des Bewusstseins seines Meisters und der Göttin entzündet, im Hinblick auf die volle Entfaltung im Laufe der *sīdhanī*. Man kann hierzu bemerken, dass der rituelle Wert nicht nur vom gesprochenen Wort des Meisters herrührt. Damit das Wort wirkungsvoll wird, braucht es die Einwirkung der Energie des Körpers und des Geistes des Meisters auf den Körper und den Geist des Jüngers. Das Durchdringen des Bewusstseins ist eine typisch tantrische Methode der Reinigung und Heilung.

Diese Einweihung richtet sich nicht nur an die «zweimal Geborenen», d.h. an die Hindus der drei oberen Klassen. Jeder Mann oder jede Frau, welcher Kaste sie auch angehören, kann sie im Prinzip erhalten.

In tantrischen Kreisen leben nur wenige Schüler unter einem Dach mit dem Meister. Jeder Schüler/jede Schülerin lebt in der Familie, pflegt die Kinder, aber lebt im Bewusstsein der Nähe des Meisters. Der Schüler/die Schülerin fühlt sich ständig vom Meister getragen. Aber die wesentliche Lehre, die der Meister vermittelt, ist die Kunst der Unterscheidung von Abhängigkeiten, die als enorme Barriere auf dem Weg zum spirituellen Leben wirken. Es gibt viele sogenannte «Prüfungen» im Hinblick auf die Überwindung solcher Barrieren, kurz, eigener Vorstellungen.

Das Schlussritual ist die vollständige Übergabe der Kraft vom Meister zum Schüler. Der Schüler ist nun in den Augen des Meisters selber zum Meister geworden. Dies wird häufig durch das alte Ritual aus den Upanishaden (Kaushitaki-Upanisad 2,15) durchgeführt. Wie in der Upanishade der sterbende Vater dem Sohn seine Lebenskräfte übergibt, übergibt hier der Meister seinem Schüler den Lebenshauch:

Nunmehr daher die Vater-Sohn-Zeremonie, oder, wie sie auch heisst, die Vermachung (*sampradānam*). Wenn der Vater fühlt, dass er sterben wird, so bescheidet er den Sohn zu sich, und nachdem er das Haus mit frischem Grase hat streuen, das Feuer bei sich anlegen und Wasserkrug nebst Schüssel hinzu setzen lassen, so liegt mit einem noch nicht gewaschenen Gewande angetan der Vater da. Der Sohn tritt hinzu und neigt

sich vom Kopfende her über ihn, indem er seine Sinnesorgane mit denen des Vaters in Berührung bringt, - oder auch kann dieser ihn, indem er ihm zugewandt sitzt, das Vermächtnis machen. Dieses übergibt er ihm dann in folgender Weise:

Der Vater spricht: „Meine Rede möge ich in dich legen.“  
Der Sohn spricht: „Deine Rede nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Meinen Odem möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Deinen Odem nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Mein Auge möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Dein Auge nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Mein Ohr möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Dein Ohr nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Meinen Geschmack möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Deinen Geschmack nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Meine Werke möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Deine Werke nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Meine Lust und Unlust möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Deine Lust und Unlust nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Meine Geschlechtslust, Liebeslust, Zeugungskraft möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Deine Geschlechtslust, Liebeslust, Zeugungskraft nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Meinen Gang möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Deinen Gang nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Meine Manas möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Deine Manas nehme ich in mich auf.“  
Der Vater: „Mein Bewusstsein möge ich in dich legen.“  
Der Sohn: „Dein Bewusstsein nehme ich in mich auf.“

Sollte jedoch der Vater nur mit Mühe (wörtlich: aus der Nähe) sprechen können, so mag er zusammenfassend sagen: „Meine Lebenskräfte möge ich in dich legen“, und der Sohn soll antworten: „Deine Lebenskräfte nehme ich in mich auf.“<sup>1</sup>

Die Meister-Schüler Beziehung im Tantra unterscheidet sich von derjenigen in anderen Schulen, auch von Schulen innerhalb des Hinduismus, indem sie weniger eine zwischenmenschliche Beziehung als eine sakramentale, ritualisierte Beziehung zwischen Gott und Mensch durch die Person des Guru ist. Obwohl der Meister im täglichen Leben gute Beziehungen mit dem Schüler unterhält, hängt der tantrische Wert nicht davon ab, sondern liegt rein auf der Ebene von verborgenen Energien. Durch den *sakti-pata* (Zusammenbruch von Gnade-Energie) wird der Schüler zum Meister.

---

<sup>1</sup> *Sechzig Upanishad's des Veda, aus dem Sanskrit übersetzt und mit Einleitungen und Anmerkungen versehen von Paul Deussen. Leipzig : F.A. Brockhaus 1921, S. 40-41*