

Lama Tsültrim Allione

Lama Tsültrim Allione ist die Bestsellerautorin von "Tibets Weise Frauen" (1984), "Den Dämonen Nahrung geben" (2008) und "Die 5 Dakinis – Die himmlischen Kräfte des Buddhismus" (2018). Lama Tsültrim ist die Gründerin von Tara Mandala, einem 700 Hektar großen Retreat-Zentrum mit einem dreistöckigen Tempel und einer Bibliothek, der dem göttlichen Weiblichen in der buddhistischen Tradition in der Nähe von Pagosa Springs im Südwesten Colorados gewidmet ist. Sie leitet eine lebendige internationale Gemeinschaft mit über vierzig Gruppen auf der ganzen Welt. Geboren in Neuengland, reiste sie in ihren späten Teenagerjahren nach Asien und wurde 1970 im Alter von 22 Jahren in Bodhgaya, Indien, als erste Amerikanerin zur tibetisch-buddhistischen Nonne ordiniert. Später gab sie ihre Robe zurück, heiratete und wurde Mutter von drei Kindern und ist heute Großmutter von sechs Enkeln. Im Jahr 2007 wurde sie in Tibet und Nepal als Emanation der berühmten tibetischen Yogini Machig Labdrön aus dem 11. Jahrhundert anerkannt und ist eine der wenigen weiblichen Lamas der Welt. Im Jahr 2012 erhielt sie von Seiner Heiligkeit dem 17. Karmapa die Machig Labdrön-Ermächtigung. In 2009 wurde sie von einem Gremium angesehener Gelehrter und Praktizierender in Bangkok, Thailand, als "Herausragende Frau im Buddhismus" international anerkannt. (Aus: <https://www.taramandala-sangha.de/veranstalter/lama-tsultrim-allione/>)



Neben ihrer buddhistischen Ausbildung hat Tsültrim Allione auch einen universitären Magistertitel für buddhistische Studien und Frauenforschung.

Gerade für ihr Buch „Den Dämonen Nahrung geben“ ist Lama Tsültrim bekannt geworden. Wenn wir im Westen an Dämonen denken, vor allem wenn sie aus dem asiatischen Kulturraum zu uns herüber geweht kamen, denken wir vielleicht an seltsame Glaubensvorstellungen, Animismus und Geisterglaube. Wenn man sich bestimmte Rituale in Tibet anschaut, drängt sich dieser Eindruck manchmal auch auf. Auch die Denkweise der Menschen in Asien scheint unseren westlichen Vorstellungen, was buddhistische Praxis sei, nicht immer zu entsprechen. Dort wird zu Buddha gebetet, um eine Prüfung zu bestehen oder Nonnen und Mönche segnen Autos, damit den Insassen kein Schaden durch Unfälle geschehe. Für uns ist dies oft unverständlich. Dass der Volksglaube nicht den Vorstellungen der Amtskirche entspricht, kennen wir allerdings auch hierzulande. Der Pfarrer lässt es geschehen, beteiligt sich sogar und sagt den Menschen, sie sollten nicht übertreiben, denn eigentlich... Die Welt des Glaubens ist eben ohne Widersprüche nicht zu haben.

Aus buddhistischer Sicht, zumindest was den tibetischen Buddhismus betrifft, ist die Lage etwas anders. Bevor der Buddhismus vom Herrscher Tibets den Menschen als Staatsreligion verordnet wurde, hingen die meisten Menschen dort dem „Bön“ an, für den Geister und Dämonen feste Bestandteile der Welt sind. Im Zuge der Durchsetzung der buddhistischen Lehre kam es zu einer Vermischung beider Systeme. Wenn man tibetische Lehrerinnen oder Lehrer ernsthaft fragt, würden die meisten nicht sagen, dass es die Götter, Geister und Dämonen tatsächlich gibt, sondern dass sie in den Bereich der Mythen und Legenden gehören. Ein gutes Beispiel ist die bekannte mythische Figur des Gesar, von dem in manchen Traditionen gesprochen wird, als habe er als Person tatsächlich gelebt. Aufgeklärte tibetische Lehrer wie z. B. der Nyingma-Meister Thartang Turku beziehen sich auf ihn, aber wissend, dass es sich um eine Legende handelt.

Gleichwohl ist die „Arbeit“ mit den inneren Dämonen sehr lohnenswert, wenn man sie wie Tsültrim Allione als Funktionen des Geistes sieht.

Sie räumt mit diesen Glaubensvorstellungen ebenfalls auf. Für sie sind Dämonen innere Zustände der Angst, Wut, Trauer und so weiter – wir alle wissen, wie sehr sie uns quälen können.

„Ich erkannte, dass die Dämonen, [...] größtenteils mit meinem Lebensalltag zusammenhängen, dass sie meine Sache waren, dass es sich um meine eigenen Probleme und Ängste handelte, um meine eigene Wut. Sie waren nichts Tibetisches; es waren keine exotischen Dämonen wie auf einem asiatischen Rollbild, die keinen direkten Bezug zu meinem Lebensalltag hatten.“¹

Ihre Idee, die sie in ihren Kursen und Büchern lehrt, besteht darin, diese Dämonen nicht zu bekämpfen oder zu ignorieren, sondern im Gegenteil zu füttern. Dazu könnte man dem Dämon die Frage stellen, was er brauche, um zufrieden zu sein. Tsültrim Allione geht davon aus, dass der Dämon einem tiefen Mangelgefühl entspringen kann. Wenn wir ihn einladen und füttern, verändert er sein Aussehen und wird vom zähnefletschenden Ungeheuer zu einem armen unglücklichen Wesen und am Ende zu einem freundlichen Begleiter, der jeglichen Schrecken verloren hat. Die Nahrung besteht natürlich nicht darin, dass wir ihm seine Wut etc. ausleben lassen, sondern darin, ihm zuzuhören und mit Verständnis zu begegnen. Denn

„die Dämonen, die ich meine, sind keine Gespenster, Kobolde oder satanischen Wesen. Als Machig Labdrön erklären sollte, was Dämonen sind, sagte sie: ‚Was wir Dämonen nennen, sind keine real existierenden, greifbaren riesenhaften schwarzen Gestalten, die jedem, der sie sieht, Angst und Entsetzen einjagen. Ein Dämon ist alles, was die Befreiung behindert.‘

Unsere Dämonen sind keine fratzenhaften Geistergestalten aus dem Tibet des 11. Jahrhunderts. Vielmehr sind sie das, was uns im Kopf herumgeht, die Probleme, die wir im Leben haben und die uns daran hindern, Freiheit zu erfahren.“²

„Dämonen sind letztlich eine Funktion des Geistes und besitzen als solche keine unabhängige Existenz. Trotzdem beschäftigen wir uns mit ihnen, als wären sie real, und glauben daran, dass es sie gibt – man frage nur einmal jemanden, der gegen posttraumatischen Stress, eine Sucht oder Angstattacken ankämpft. Dämonen tauchen im Leben immer auf, ob wir wollen oder nicht. Der Geist nimmt Dämonen als real wahr, und so kommt es, dass wir in einen Kampf mit ihnen verwickelt werden. Normalerweise stärkt unsere Gewohnheit, gegen angebliche Probleme anzugehen, die Dämonen noch, statt sie zu schwächen.“³

Tsültrim Allione unterscheidet verschiedene Dämonentypen, für die sie unterschiedlich Übungen vorschlägt. Typen sind zum Beispiel: Krankheitsdämonen, Angstdämonen, Dämonen der Liebe, Suchtdämonen, Missbrauchs-dämonen, Familiendämonen, Dämonen des Geistes, Dämonen stolzen Hochgefühls und der Dämon der Selbstbezogenheit. Auf die eine oder andere Weise haben die meisten von uns schon mit ihnen zu tun gehabt.

Die Arbeit mit Dämonen kann ihr zufolge allein oder als „Partnerarbeit“ geübt werden. Sie empfiehlt, dies nach einer Einführung und mit autorisierten Lehrerinnen oder Lehrern zu tun. Damit hat sie vielleicht nicht ganz Unrecht, da wir unsere Dämonen durch die Übungen recht genau kennenlernen. Auch wenn der Ursprung in der Chöd-Praxis liegt, hat sie Elemente der modernen westlichen Psychologie berücksichtigt. Die Lektüre ihres Buches ist zu empfehlen.

Eine ausführlichere Vorstellung der Arbeit mit den Dämonen ist geplant. Der Termin wird rechtzeitig auf der Homepage stehen bzw. über die wöchentliche Einladung bekanntgegeben.

Zusammenstellung und Kommentierung: Rüdiger



¹ Lama Tsültrim Allione: Den Dämonen Nahrung geben, Arkana, 2009, S. 58

² ebenda, S. 62 f.

³ ebenda, S. 63