

«Die Erde ist ein Hotel»

Wie man seine Träume nutzt, ein gutes Leben führt und es auch so beendet – das lehrt **Tulku Lobsang** nächsten Freitag in Arbon.

KATHRIN REIMANN

Tulku Lobsang, Sie sind ein hoher buddhistischer Meister, Arzt und Astrologe. Für Ihren Witzgang wirken Sie sehr jung...

Tulku Lobsang: Ich bin 37 Jahre alt, mit 13 wurde ich als Reinkarnation erkannt und in den Lehren des Buddhismus ausgebildet. Als ich in den Westen kam und zu unterrichten begann, war ich 23 Jahre alt. Es gibt viele Lamas, die in jungen Jahren unterrichten. Das ist bei uns nichts Aussergewöhnliches.

Wir sprechen häufig davon, wie man sein Leben gestalten soll, um gut zu sterben. Wieso sollte man sich mit dem Tod befassen?

Lobsang: Die Menschen im Westen sind vielen Themen gegenüber offen eingestellt. Wenn es aber um den Tod geht, sind sie verschlossen und denken, dass er etwas Schlechtes sei. Klar ist: Wir werden alle sterben. Die Erde, auf der wir uns befinden, ist wie ein Hotel. Eines Tages klopft der Tod an, und wir müssen auschecken. Dann ist es gut, wenn wir uns vorbereitet haben und nicht überrascht sind.

Und wie soll man leben?

Lobsang: Wir müssen glücklich sein und im Moment leben. Die Vergangenheit ist vergangen und die Zukunft noch nicht da. Zudem müssen wir damit aufhören, andere verurteilen zu wollen.

Tulku Lobsang Meister und Arzt

Tulku Lobsang ist ein buddhistischer Meister und Arzt der tibetischen Medizin. 1976 im Nordosten Tibets geboren, trat er mit sechs Jahren in eine buddhistische Klosterschule ein und wurde im Alter von 13 Jahren als achte Reinkarnation des Nyente Lama erkannt. Er erhielt eine intensive Ausbildung in den buddhistischen Praktiken, in tibetischer Medizin, Astrologie und Philosophie. 1992 verliess Lobsang Tibet, um in Südinien sein Wissen in den

klassisch buddhistischen Texten zu vertiefen. Jedes Jahr reist er durch Europa, Asien und Amerika und gibt sein Wissen weiter. Sein Anliegen ist es, das Leiden in der Welt zu verringern. So lehrt er Übungen, welche helfen sollen, Krankheiten und negative Gefühle zu bekämpfen. Etwa wie man mit Meditation und Visualisierung ein psychisches Gleichgewicht entwickeln und die physische Gesundheit erhalten und bewahren kann. (Dar)



©: Hengton Moving

Gut und einfach durchs Leben gehen: Tulku Lobsang weiss, wie das geht.

Wir können nur uns selbst verändern. Denn das Glück finden wir nur in uns selbst.

Ein weiteres Ihrer Themen ist die Nutzung unserer Träume. Wie kann man sich darunter vorstellen?

Lobsang: In der Traummeditation geht es darum zu erkennen, dass unser Leben die Projektion eines Traumes ist. Und wenn wir erkennen, dass der Traum eine Projektion des Geistes ist, so können wir erkennen, dass unser Leben die Projektion unseres Geistes ist. Ausserdem verschlafen wir die Hälfte des Lebens. Daher ist es gut, wenn wir diese Zeit nutzen können.

Sie reisen ständig und geben Ihr Wissen weiter. Was treibt Sie an?

Lobsang: Ich weiss von Leuten, die einen Vortrag von mir besucht haben und deren Leben sich danach positiv verändert hat. Gerade im Westen haben wir viel Reichtum. Die Wirtschaftslage ist gut, das Gesundheitssystem auch, und wir haben genug Geld. Wir wissen viel über die verschiedensten Dinge, aber zu wenig über unseren Geist, deshalb leiden wir.

Welche Leiden sprechen Sie an?

Lobsang: Stress, Burn-out und Depressionen. Diese Probleme sind eng mit unserem Geist verbunden. Zudem gibt es versteckte Probleme wie die Einsamkeit, die Sinnlosigkeit und das Gefühl, sich selbst zu verlieren. Oft sind die Weisheitslehren Buddhas der einzige Weg, um aus diesen Problemen herauszukommen.

Wir stammen aus einem anderen Kulturkreis, können wir diese Lehren überhaupt nachvollziehen?

Lobsang: Meine Lehren haben nichts mit Kultur oder Religion zu tun, sie handeln von der Weisheit der Natur. Das sind die Lehren Buddhas. Die Natur hat nichts mit Kultur zu tun. Es gibt also nur ein Gesetz und eine Wahrheit. Man kann das mit einem Feuer vergleichen. Ein Feuer ist immer heiss, wenn wir es berühren. Egal, ob du Schweizer bist oder Tibeter. Man kann also sagen, dass die Hitze die Natur des Feuers ist. Albert Einstein sagte: «Der Buddhismus ist die einzige Religion, der es möglich ist, zu einer universellen Religion zu werden.» Er hat verstanden, dass wir alle dieselben

Wünsche und Probleme haben, dass wir im Kern alle gleich sind.

Wie sieht es mit Ihnen aus, haben sich Ihre Wünsche erfüllt?

Lobsang: Ich habe immer genau das getan, was ich gerne tun wollte. Und so kam es, dass ich diejenigen Dinge auch heute noch tun kann. Das macht mich sehr glücklich. Ansonsten entspanne ich mich einfach und lasse mich auf dem Weg des Lebens treiben. Dann sehe ich, was mir das Leben bringt und nehme es so an, wie es ist.

Wannhin bringt Sie Ihr Leben und um die Welt. Vermissten Sie Ihr Zuhause nie?

Lobsang: Zurzeit habe ich kein Zuhause. Ich habe die letzten Jahre mit Reisen verbracht. In Wien habe ich aber ein Büro, dort verbringe ich manchmal Zeit. Wann immer ich Freizeit habe, gehe ich nach Nepal oder Indien und nehme mir Zeit fürs Studium und meine eigene Meditationspraxis.

Seminar: Freitag, 23. Mai, in Arbon
Anmeldung erforderlich:
www.tulkuobsang.org/tourplan