

Aus:

**Pema Chödrön**

### **Das Unwillkommene willkommen heißen**

Jede Herausforderung ist eine Gelegenheit für spirituelles Wachstum, sei es ein kleines Ärgernis, sei es, dass alles, so wie wir es bisher kennen, zusammenbricht. Vielleicht liegt die ultimative Herausforderung vieler Schüler darin herauszufinden, dass der Lehrer ihr Vertrauen missbraucht hat. Das geschieht leider viel zu oft in spirituellen Gemeinschaften. Scheinbar aus dem Nichts wird der allzu menschliche Aspekt des Lehrers mit allen unangenehmen Details enthüllt.

Sie haben sich vielleicht gerade erst für diesen Lehrer erwärmt oder schon tiefe Liebe und Respekt für ihn entwickelt – und plötzlich wird Ihre Welt auf den Kopf gestellt. Dann ist, wie es so schön heißt, seine „Schattenseite“ aufgedeckt worden.

Was dann? Klammern Sie sich daran, dass „er nichts falsch machen kann“? Oder verfallen Sie ins andere Extrem und lehnen ihn völlig ab? Ob man die spirituelle Gemeinschaft und den Lehrer verlassen soll, ist eine wirklich schwierige und sehr persönliche Entscheidung. Für mich ist jedoch die Entscheidung, ob man Herz und Geist verschließen oder offen und verletzlich bleiben soll, das Wichtigste. Viele haben ihre Lehrer verlassen, weil sie ein bestimmtes Verhalten nicht hinnehmen konnten, haben dabei aber stets ihre Freundlichkeit in Erinnerung behalten und weiterhin das wertgeschätzt, was sie von ihnen gelernt hatten.

Wie man sich in Zeiten wie diesen einen nicht fixierten Geist und ein sanftes Herz bewahrt, wird für die Schüler zu einem Koan. Vielleicht stellen sie fest, dass dies die größte Lehre ihres Lebens ist, oder sie erkennen, dass es für sie Zeit ist zu gehen. In beiden Fällen besteht die Herausforderung darin, sich genug geistigen Klarblick zu bewahren, um zu sehen, dass Schaden angerichtet wurde, aber offen genug zu bleiben, um einem Menschen – jedem Menschen – zu ermöglichen, aus seinen Fehlern zu lernen und sich weiterzuentwickeln. Normalerweise wollen wir eindeutige Ergebnisse und Schlussfolgerungen, die entweder richtig oder falsch sind. Wenn wir jedoch zulassen, dass sich das Leben frei von unseren Werturteilen entfaltet, kann es sehr überraschende, unerwartete Wendungen nehmen und wird uns immer viel lehren.

Aber ist es überhaupt möglich, „Ich dulde dieses Verhalten nicht“ oder „Ich bin wütend und fühle mich verraten“ gleichzeitig mit „Diese Person liegt mir am Herzen“ aufrechtzuerhalten? Das ist eine wichtige Frage. Es ist, als hätte ein guter Freund oder ein geliebtes Familienmitglied etwas Schlimmes getan. Manchmal wenden wir uns gegen sie und wollen nichts mehr mit ihnen zu tun haben. Überraschend finden etliche Betroffene jedoch irgendwie einen Weg, das Verhalten zwar nicht zu billigen oder weiter zu ermöglichen, aber der Person gleichzeitig ihre Liebe nicht zu entziehen. Ich erinnere mich, dass Trungpa Rinpoche sagte, man solle immer die Tür offen halten, egal was jemand getan hat. Das ist mit Sicherheit eine harte Praxis. Dazu muss man sich weit aus der eigenen Komfortzone hinausbegeben; muss die Fähigkeit entwickeln, das tiefe Lernen in der Wachstumszone zu erfahren und dadurch transformiert zu werden.

Es ist für niemanden einfach, ein Koan dieser Größenordnung anzunehmen, und es würde mich nicht überraschen, wenn dies für Sie nicht infrage kommt, zumindest nicht im Moment. Was dann? Ich habe festgestellt, dass der vernünftigste Weg darin besteht, einfach anzuerkennen, wo man steht, ohne Schuldgefühle oder Arroganz, die Entscheidung zu treffen, die man treffen muss, und weiterzugehen im Leben. Aber beim Weitergehen können Sie auch danach streben, dass diese Erfahrung Sie nicht völlig kompromisslos werden lässt oder Ihr Herz verhärtet. Sie können danach streben, dass es Ihr Engagement für Selbstreflexion und Sanftmut vertieft. Dann werden Sie weiterhin lernen, wohin Sie auch gehen. Ihr Weg zur Erleuchtung wird weitergehen.

Die Lehrenden helfen Ihnen zu erwachen, indem sie sowohl Ihre Defizite als auch Ihr grundlegendes Gutsein widerspiegeln. Sie zeigen Ihnen sowohl die Neurosen, die Sie nicht sehen wollten, als auch das Potenzial, von dem Sie vorher noch nicht einmal wussten, dass es vorhanden ist. Doch sobald Sie sich mit diesen Aspekten Ihres Geistes vertraut gemacht und auf den Geschmack gekommen sind, immer mehr sehen zu wollen, öffnet sich Ihnen die ganze Welt als Ihr Lehrer. Das nennt man „den universellen Lehrer finden“ – Lehrerin ist dann die Welt der Erscheinungen.