



TÖCHTER DES GLÜCKS

SIE FOLGEN DEN SPUREN *BUDDHAS* ODER WEIHEN YOGA IHR LEBEN. WAS ABER BEWEGT MITTELEUROPÄISCHE FRAUEN DAZU, SICH DEN SPIRITUELLEN PFADEN ASIENS ANZUVERTRAUEN?

von SABINE BACHER

Vor 2.500 Jahren saß ein Mann unter einem Baum in Indien und machte jene Entdeckung, die große Teile der asiatischen Welt erreichen und formen sollte. Er fand, wonach er sein Leben lang gesucht hatte: Erleuchtung. Buddha erkannte die illusionäre Wirklichkeit unserer Welt sowie die Wahrheit dahinter. Seit dem letzten Jahrhundert erobert der Buddhismus nun auch den Okzident. Insbesondere der tibetische Buddhismus scheint es uns »Westlern« sehr angetan zu haben. Drei Frauen, die ihm nachfolgen, erzählen ihre Lebensgeschichten und von der Erkundung dauerhaften Glücks.

BLAUE AUGEN IN ROTER ROBE

Lama Palmo ist eine stattliche Frau, mit Augen voller Leben. Das kurz geschorene Haar tut ihrer Ausstrahlung keinen Abbruch. Sie bewegt sich selbstverständlich in ihrer roten Robe, die sie als buddhistische Nonne seit 1998 trägt, am Halskragen prangt als But-ton ihr Wurzelguru S.E. Cham-gon Kuanding Tai Situ Rinpoche. Als Wurzelguru ermöglicht der tibetische Meister seiner Schülerin ein tiefes Verstehen der Lehre Buddhas. Der Thron, den die Österreicherin als Lama, das heißt als spirituelle Lehrerin, einnehmen darf, befindet sich nicht in einem nepalesischen Kloster, sondern in einer Purkersdorfer Villa. 1970 in Wien geboren, gräbt Lama Palmo schon als Kind, damals heißt sie Sabine Januschke, nach Antworten: »Ich habe nah an der Verzweiflung gesucht und bin immer an die Grenze gestoßen, diese Sehnsucht in mir drinnen zu stillen.« Es folgen die Jahre der Pubertät, in der sie »nichts ausgelassen hat«. Die wilden Zeiten des Ausprobierens enden mit

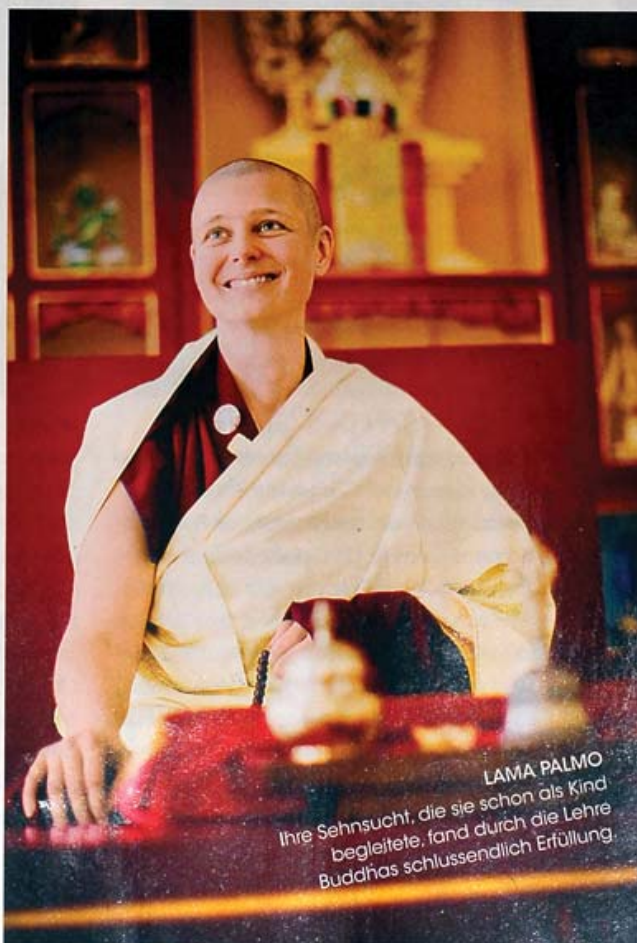
Überwinde dich selbst und du wirst die Welt überwinden.

Weisheit des Buddha

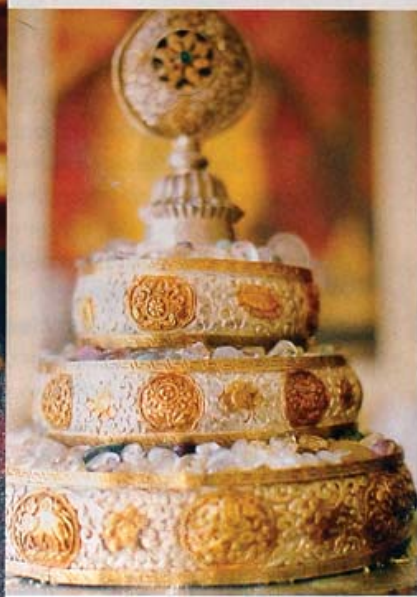
Beginn ihres Studiums der Germanistik. Mit dem Motto, »Jetzt muss etwas Vernünftiges her«, beginnt sie ihr Leben umzudrehen. Sie lernt ihren späteren Ehemann kennen und entdeckt während der Studentenjahre die Lehre Buddhas: »Da war die Sehnsucht aus der Kindheit wieder da und gleichzeitig die Erfüllung. Ein Lehrer saß vor mir und belehrte mich. Ich habe keinen Ton verstanden, aber in meinem Herzen hat es Krach gemacht, und ich dachte mir: Der kennt mich gar nicht und knackt mich innerhalb von fünf Sekunden!« Sie analysiert diese Erfahrung, weil sie wissen will, »ob das wirklich das ist, was es verspricht zu sein.« Schließlich fasst sie tiefes Vertrauen und lässt sich auf den inneren Ruf ein. Nach dem Studium als er-

folgreiche Journalistin und Fotografin tätig, erhält sie bald die Möglichkeit, einen hohen tibetischen Rinpoche (tibet.: »der Kostbare«), also einen Meister, der dem Buddha gleich kommt, zu fotografieren. Diese von ihrem ersten Lehrer initiierte Begegnung gehört zu den einschneidenden Erfahrungen ihres Lebens: »Als Tai Situ Rinpoche den Raum betrat, war da eine extreme Vertrautheit. Bei mir ist angekommen: Wo warst du die ganze Zeit? Da war so eine Art von tiefer, unvoreingenommener Liebe, die mich nur so überschwemmt hat.« Ihr Weg entfaltet sich, dennoch wird sie noch von inneren Konflikten gebeutelt, will, kann sich nicht ganz einlassen. Sie arbeitet an einem Buch über die Kagyu-Linie, die wie alle wahren buddhistischen Linien direkt bis zu Buddha zurückreicht. Für die Recherche bereist sie Nepal und Indien, lernt Tibetisch und studiert in den Klöstern Originalquellen. »Da

war ich schon verheiratet, aber in mir hat es gebrummt, und ich dachte mir, dass das nicht das Letztendliche sein kann, dass Glück ausschließlich auf Konditionen beschränkt ist. Also: Ich bin nur glücklich, wenn neben mir ein Partner ►



LAMA PALMO
Ihre Sehnsucht, die sie schon als Kind begleitete, fand durch die Lehre Buddhas schlussendlich Erfüllung.



ist, und ich bin nur glücklich, wenn ich ein Haus oder ein Auto habe, sondern es muss eine Art von Glück geben, die unabhängig von diesen äußeren Faktoren existiert, und die kann ich mir nur vorstellen, wenn ich all dem entsage.« Sie folgt ihrem Herzen und entscheidet sich für den Weg als buddhistische Nonne, entbunden von ihrer Ehe und den weltlichen Pflichten.

VON MITGEFÜHL UND HINGABE

Die goldgelben Steine der Mala, der buddhistischen Gebetskette, gleiten lautlos und rhythmisch durch ihre Finger, Lama Palmo erzählt von ihrem Leben und rezitiert zeitgleich fortwährend Mantren im Geiste, meditative Praxis ist immer präsent. Liebe und Mitgefühl sind für sie keine sentimentale Anwendung, sondern beschreiben die Offenheit im Herzen, die es ermöglicht, jegliche Art von Situation zu meistern. »Reines Mitgefühl besteht darin, unvoreingenommen gegenüber allen Wesen zu sein, Opfern und Tätern gleichermaßen, mich da nicht höher zu stellen, sondern diese Verbundenheit mit allen tatsächlich zu leben.« Im Jahr 2000 zieht sich Lama Palmo für drei Jahre freiwillig zur Klausur in ein amerikanisches Retreatzentrum zurück. Über diesen langen Zeitraum lebt die junge Frau fast ausschließlich in einer



winzigen Zelle und führt dort ein vorgegebenes Pensum an meditativer Praxis durch. »Man geht da hinein, um Mitgefühl und Hingabe zu entwickeln.« Diese Motivation durchdringt alle Handlungen auf dem buddhistischen Weg. Selbstlosigkeit bestimmt auch die Idee der Buddhistin, ein europäisches Nonnenkloster zu gründen. Diese Vision wartet noch auf ihre beinahe überirdisch anmutende Verwirklichung. Lama Palmo ist zuversichtlich: »Wenn es zum Wohle aller ist und unsere Wunschgebete fruchten, wird es entstehen.«