
DER SIEBTE DALAI LAMA

*Je höher du im Samsara aufsteigst,
desto höher ist die Klippe, auf der du thronst;*

*Je mehr Besitztümer du hast,
desto fester bist du gebunden.*

*Je lieber dir jemand ist,
desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass er dich verletzt;
Je schneller du deine Feinde besiegst,
desto schneller wächst ihre Zahl. . .*

*Daher ist keine Position in der Welt
die Mühe wert, sie zu erlangen.
Gib das auf, was dich nur belastet:
Ein unbelasteter Geist ist höchste Freude.*

*Das höchste Ziel ist es, diesem Weg zu folgen:
Körper, Sprache und Geist rein zu halten
mit reiner Selbstdisziplin.
Der Geist in Samadhi, glückselig und klar,
und Weisheit, die die Realität jeder
Situation erkennt.*

DER SIEBTE DALAI LAMA

Als Lobsang Khan 1705 in Lhasa einfiel und den Sechsten Dalai Lama gefangen nahm, entfesselte er Kräfte, die sein Verständnis und seine Kontrolle überstiegen. Er tötete den Regenten Sangye Gyatso, brachte den Dalai Lama zum mandschurischen Kaiser von China und setzte einen Mönch seiner Wahl in den Potala ein. Kurz bevor er unter bewaffneter Eskorte nach China aufbrach, richtete der Sechste Dalai Lama eine Abschiedsbotschaft an sein Volk:

Weißen Vogel am Himmel,
leihe mir nur einen großen Flügel,
damit auch ich nach Osten fliegen kann.
Bald werde ich aus Lithang zurückkehren
und dir deinen Flügel zurückgeben.

Nachdem er auf dem Weg nach China gestorben war, behaupteten einige, er sei ermordet worden, andere hingegen waren der Meinung, er habe sich in Meditationshaltung gesetzt und bewusst seinen Körper verlassen, um einen neuen zu suchen. Angesichts dieser Ereignisse lehnten die Tibeter Lobsang Khans Wahl für den Thron von Lhasa sofort ab und nahmen die Nachricht, dass der siebte Dalai Lama in Lithang geboren worden war, genau wie sein Vorgänger es versprochen hatte, freudig auf.

Gyalwa Kalsang Gyatso wurde 1708 in Lithang in der Nähe des Klosters Tubchen Jampa Ling in der Region Amdo im Osten Tibets geboren. Seine strahlende Intelligenz und seine tiefe spirituelle Neigung zeigten sich fast vom Moment seiner Geburt an. Als er vier Jahre alt war, hatte er eine Vision von Buddha, umgeben von den sechzehn *Arhats*, und im folgenden Jahr hatte er eine Vision von Tsong-Kha-Pa, der ihn anwies, seine Aufgaben in Zentraltibet zu übernehmen. Obwohl er es vorzog, in Abgeschiedenheit zu studieren und zu meditieren, folgte er den Geboten seines *Dharma* und engagierte sich in den Wirren der Welt. Im Alter von sechs Jahren stellte er sich unter Ngawang Lobsang Tempa, der sein Lehrer wurde, und innerhalb eines Jahres gab er den Bitten nach, eine Avalokiteshvara-Mandala-Einweihung anzubieten. Seine Studien der Sutras und Tantras machten so rasante Fortschritte, dass er bereits im Alter von acht Jahren eingeladen wurde, Klöster in ganz Osttibet zu besuchen und zu segnen. Er reiste nach Kumbum, dem großen Kloster, das vom Dritten Dalai Lama am Geburtsort von Tsong-Kha-Pa gegründet worden war, und dort saß er auf dem Thron des Dalai Lama und hielt vor einer großen Versammlung von Mönchen Vorträge.

Während seines Aufenthalts in Kumbum rasierte Gyalwa Kalsang Gyatso seinen Kopf und empfing die Ordination zum Mönch. Er stellte sich unter die Leitung von Chuzang Nomohan und begann ein intensives Studium der buddhistischen Dialektik, dem Tor zu den fünf großen Themen Buddhas. Er studierte Dharmakirti für *Pramana*, rechtes Denken und richtige Wahrnehmung; Maitreya und Asanga für *Prajnaparamita*, die Vollkommenheit der Weisheit; Nagarjuna, Aryadeva und Chandrakirti für *Madhyamika*, die Lehre vom Mittelweg, *Shunyata* oder die Leere; Vasubandhu für Metaphysik und Gunaprabha für Vinaya oder klösterliche Disziplin. Nachdem er sich in die Sutras und Tantras vertieft, alle Gelübde eines Mönchs abgelegt und sowohl die Dialektik als auch die großen Bereiche der buddhistischen Lehre gemeistert hatte, wandte Gyalwa Kalsang Gyatso seine Aufmerksamkeit Lhasa zu.

1717 fielen die Dzungaren in Tibet ein, mit dem erklärten Ziel, den Thronprätendenten zu stürzen und den Siebten Dalai Lama auf den Thron zu setzen. Es gelang ihnen, nach Lhasa einzudringen, Lobsang Khan zu töten und seinen Thronprätendenten zu entfernen. Aber sie konnten ihr Versprechen, den wahren Dalai Lama einzusetzen, nicht einhalten, da dieser unter den „Schutz“ des Mandschu-Kaisers gestellt worden war. Als die Dzungaren daraufhin begannen, die Tempel und Häuser von Lhasa zu plündern, wandten sich die Tibeter an die Chinesen um Hilfe. 1720 fiel K'ang Hsi in Tibet ein, vertrieb die Dzungaren und überwachte die Inthronisierung des Siebten Dalai

Lama. Der Preis für diesen Dienst war die Etablierung einer chinesischen Machtbasis in Tibet. 1720 wurde Gyalwa Kalsang Gyatso als siebter Dalai Lama in der heiligen Stadt willkommen geheißen. Er begab sich zum Großen Tempel, wo er vor einer großen Zahl von Mönchen und Laien eine Rede hielt. Dann ging er zum Potala, wo er von Lobsang Yeshe, dem zweiten Panchen Lama, begrüßt wurde und von ihm die Ordination empfing.

In Übereinstimmung mit der vom fünften Dalai Lama begründeten Tradition erklärte er seinen Wunsch, unter dem Panchen Lama zu studieren, und unterwarf sich dessen Disziplin.

Da in Lhasa Frieden eingekehrt war, nachdem die Dzungaren vertrieben worden waren und der siebte Dalai Lama in die Stadt eingezogen war, zogen die Chinesen ihre Streitkräfte ab und nahmen diplomatische Beziehungen zur Regierung des Dalai Lama auf. In den folgenden Jahren studierte der Siebte Dalai Lama unter dem Panchen Lama und anderen berühmten Lehrern. Zunächst befasste er sich mit Tsong-Kha-Pas *Lamrim chenmo*, der Darstellung der Stufen des Pfades, und hörte sich die Vorträge des Panchen Lama darüber an. Darüber hinaus erhielt er Einweihungen in das *Vajrabhairava Tantra* und lernte die höchsten Formen des *Yoga Tantra*. Dann zog er ins Kloster Drepung, wo er alles, was er in Logik gelernt hatte, wiederholte und Dharmakirtis „Sieben Abhandlungen über Pramana“ sowie Nagarjunas Texte, die Werke der Madhyamika-Schule und Tsong-Kha-Pas Kommentare studierte. Nach seiner Rückkehr nach Lhasa wurde er vom Panchen Lama ordiniert und übernahm die volle Autorität seines Amtes. Trotz seiner beschwerlichen Pflichten als Dalai Lama verbrachte er lange Zeit in der Heiligkeit der Tushita-Kammer des Potala, wo der Panchen Lama ihm zahlreiche Einweihungen in die *Guhyasamaja*- und *Heruka-Tantras* sowie Tsong-Kha-Pas Lehren darüber gab. Er widmete auch viel Zeit der Metaphysik des *Abhidharma*.

Im Jahr 1727 war der Vater des Siebten Dalai Lama in politische Intrigen verwickelt, die zu kurzen Unruhen zwischen verschiedenen Fraktionen der Aristokratie führten. Als die Chinesen in Lhasa eintrafen, war die Hauptstadt ruhig, aber ihr Verdacht, dass der Dalai Lama daran beteiligt gewesen sei – eine Schlussfolgerung, für die es keine Beweise gibt – veranlasste sie, ihn für sieben Jahre ins Exil zu schicken. Anstatt sich dem Defätsismus oder der Verzweiflung hinzugeben, nutzte er diese Gelegenheit, um sich in Begleitung ausgezeichneter Lehrer in die Zurückgezogenheit zurückzuziehen und sein Studium und seine Meditation zu intensivieren. Er besuchte verschiedene Klostergemeinschaften und hielt Vorträge über die Lehren Buddhas, Tsong-Kha-Pas und früherer Dalai- und Panchen-Lamas. Er beendete sein Exil mit einer großen Reise durch Zentraltibet, kehrte unter freudigem Empfang nach Potala zurück und begann, Neulingen die Ordination zu erteilen. Er bat den Panchen Lama, nach Lhasa zurückzukehren und an seiner Seite zu sitzen, doch der alte Mönch lehnte dies aufgrund seiner schwachen Gesundheit ab. Nachdem der Dalai Lama die Angelegenheiten in Lhasa geregelt hatte, unternahm er die beschwerliche Reise zum Kloster Tashilhumpo, um bei seinem Hauptlehrer zu sein. Dort führten die beiden Gefährten in Weisheit und selbstlosem Dienst täglich Gespräche, und der Dalai Lama studierte den *Direkten Weg* des Panchen Lama und kümmerte sich um die Bedürfnisse seines Lehrers. Die großen Klöster Tibets begehrten jedoch seine Anwesenheit, und mit der Zeit sah sich der Dalai Lama aufgrund seines Amtes gezwungen, nach Drepung, Sera und eine Reihe anderer Zentren zu reisen. Als der zweite Panchen Lama 1737 starb, trauerte der Dalai Lama um ihn, setzte jedoch seine Reisen, seine Lehrtätigkeit und die Einweihung von Mönchen fort, während er auf das Wiedererscheinen des Panchen Lama wartete.

Als Palden Yeshe, der dritte Panchen Lama, alt genug war, um seinen Willen zu äußern, bat er den Dalai Lama um Unterweisung. Mühelos erneuerten die beiden Gefährten ihre Freundschaft und kehrten ihre Rollen um. Der dritte Panchen Lama zeigte dem siebten Dalai Lama dieselbe tiefe Ehrfurcht, die der siebte dem zweiten Panchen Lama entgegengebracht hatte. Trotz seiner Hingabe an Meditation und Studium wurde der Dalai Lama in seinem späteren Leben immer aktiver. Neben der Unterweisung des jungen Panchen Lama besuchte er regelmäßig Klöster, um zu lehren, zu predigen, Reformen durchzuführen und Initiationen zu geben. Obwohl die Chinesen nach dem Aufstand von 1727 den mächtigen Militärbeamten Phola in Lhasa eingesetzt hatten, hatte der Dalai

Lama still und leise die tibetische Regierung neu organisiert und gestärkt. Er forderte Phola nicht heraus, machte ihn aber nach und nach für die Verwaltung Tibets irrelevant.

Als Phola starb, versuchte sein Sohn Gyurma Namgyal, ein impulsiver Mann, der den subtilen Machtverlust Pholas miterlebt hatte, die Macht seines Amtes mit Waffengewalt wiederherzustellen. Es kam zu einem neuen Aufstand, und die Mandschu schickten eine Armee nach Lhasa, doch als diese eintraf, war die Ordnung bereits vollständig wiederhergestellt und alle Probleme vom Dalai Lama selbst gelöst worden. Beschämter über ihre übertriebene Reaktion erkannten die Chinesen, dass der Dalai Lama besser in der Lage war, Tibet zu regieren, als jeder von ihnen ausgewählte Vertreter, und so akzeptierten sie seine weltliche Autorität und zogen ihre Armee zurück. Obwohl er als der gelehrtste aller Dalai Lamas in Erinnerung geblieben ist, war der Siebte auch ein Meister der Meditation und ein fähiger Herrscher.

Er überredete einen seiner Lehrer, Materialien zum *Kalachakra Tantra* zu sammeln und zu studieren, insbesondere alles, was Tsong-Kha-Pa darüber geschrieben und gelehrt hatte. Er fasste alles zusammen, was er finden konnte, und stellte die große *Kalachakra*-Einweihung wieder her, die die Geheimnisse von Shamballa offenbart. Er gründete den Kashag, ein Ministerkabinett zur Überwachung der Regierungsgeschäfte, und reorganisierte die Staatsämter. Außerdem erbaute er das berühmteste Wahrzeichen Lhasas nach dem Potala, den Norbulingka oder Juwelenpark, einen Sommerpalast. Die Prozession des Dalai Lama von einem zum anderen wurde zum zentralen Fest des tibetischen Jahres, bei dem die Bevölkerung ihren spirituellen Führer und weltlichen Herrscher mit freudiger Hingabe begrüßte. Als der Siebte Dalai Lama 1757 starb, hinterließ er ein Vermächtnis, das mehr als ein Jahrhundert voller Wechselfälle überdauerte und dem Dreizehnten Dalai Lama bei seinen Bemühungen half, die politische Würde und spirituelle Vitalität Tibets wiederherzustellen.

Der Siebte Dalai Lama war zu Lebzeiten sehr beliebt, und sein erstaunliches Wissen über die Schriften wurde nur noch von seiner tiefen spirituellen Einsicht übertroffen. Als er einmal für tausend Mönche das *Vajrabhairava Tantra* aufführte, fielen Blumen vom klaren Himmel, und fortgeschrittene Meditationspraktizierende wurden Zeugen der Manifestation mystischer Kräfte. Trotz seiner ausgedehnten Reisen von Kloster zu Kloster fand er Zeit, spirituelle Lieder und Gedichte zu verfassen. Als er Ganden besuchte, das von Tsong-Kha-Pa gegründet worden war, wurde er von Ehrfurcht überwältigt und schuf eine Fülle von Liedern. Seine Errungenschaften verschafften ihm den Respekt spiritueller Lehrer aller Traditionen, und seine natürliche Bescheidenheit und Einfachheit machten ihn bei seinen Untertanen beliebt. Unter den einfachen Leuten blieb er als der Lama in Erinnerung, der sie nie vergaß. Wenn er das Gesicht eines Bauern aus seinem Dorf oder aus einer Stadt, die er besucht hatte, wiedererkannte, lud er ihn in den Potala- oder Norbulingka-Palast zum Tee und zu einem kurzen Vortrag über *Buddhadharma* ein. Jedem Mönch gab er den Rat, den er dem jungen dritten Panchen Lama am Ende seiner Studienzeit gegeben hatte:

Höre zu und studiere den weiten Ozean der Schriften, so wie es der unvergleichliche Meister Lama Tsong-Kha-Pa getan hat, bis du ein tiefes Verständnis für die Absicht Buddhas erlangst. Dann solltest du gut zuhören, wenn die besonderen mündlichen Überlieferungen zu den *Sutras* und *Tantras* gelehrt werden, und sie direkt in dein Herz aufnehmen. Schließlich solltet ihr den Gedanken entwickeln, das Rad des Dharma zum Wohle aller Lebewesen in nah und fern zu drehen.

In einem Gedicht, das er ironisch als „trockenes Stück Holz“ bezeichnete, wies der siebte Dalai Lama auf die immense Ernsthaftigkeit des spirituellen Pfades hin. Er verneigte sich vor Tsong-Kha-Pa und lehrte:

Wunderbar ist diese einmalige Gelegenheit,
Diese Grundlage mit acht Freiheiten und zehn Begabungen.

Doch sie ist vergänglich wie ein Regenbogen,
denn wer kann schon sicher sein, dass auch heute
das Bewusstsein seinen Körper nicht verlassen wird?
Wir sterben, Jung und Alt gleichermaßen, und am Ende
wer begegnet nicht dem Tod?

Er wies auf die Kluft zwischen der illusorischen Suche nach Glück in einer vergänglichen Welt und den Geboten der Lehre Buddhas hin und beklagte die Verblendung der Menschen im Allgemeinen:

Die Ausübung der zehn Tugenden ist der Brennstoff des Sandelholzes,
aber heute verbrennen die Menschen schwarze Kohlen der Vulgarität.
Bedeutungslose vergängliche Freuden täuschen die Massen
und lenken ihre Aufmerksamkeit von den Dingen ab, die dauerhafte Freude bereiten.

In einer Sprache, die an den *Dhammapada* und den *Udanavarga* erinnert, drückte er sein Entsetzen über die unzähligen Arten aus, wie dieselbe Verblendung ungehindert in jedes Bemühen um ein spirituelles Leben eindringt:

„Leiden ist der Weg zur Befreiung“, sagen sie,
und sie legen Roben an und sprechen über Religion.
Aber selbst während sie predigen, beherrschen fünf Gifte ihren Geist.
Sie täuschen Tugenden vor und verbergen ihre Fehler:
Korruption scheint überall zu florieren.

Der siebte Dalai Lama wurde für seine Sanftmut und Herzensgüte verehrt, aber er war weder sentimental noch kompromissbereit. Er ermutigte jeden aufrichtigen Aspiranten, hatte aber keine schmeichelhaften Worte für diejenigen, die sich über ihren spirituellen Fortschritt täuschten oder andere beeindrucken wollten:

„Was auch immer ich sehe, wird im Licht von *Shunyata* betrachtet“,
sagen sie, doch sie können nicht die geringsten Störungen ertragen und werden wie verlorene Eulen
im inneren Feuer explosiver Frustration.
Ihr Weg ist nicht der Weg zur Freiheit.

Der siebte Dalai Lama lehrte, dass es unmöglich ist, ohne Hilfe seinen Weg zu finden, wenn das eigene Denken die besten Bestrebungen verraten kann. Hilfe kann jedoch nicht willkürlich angenommen werden, ohne die Gefahr, von anderen, die genauso blind sind wie man selbst, in die Irre geführt zu werden:

Daher hängt die Wurzel jeder Errungenschaft
davon ab, dass man einem *Guru*,
einem spirituellen Freund,
vertraut.

Verlasse dich auf einen vollendeten Lehrer,

Wenn man das Glück hat, von einem wahren spirituellen Freund fruchtbare Anleitung zu erhalten, muss man das Gelernte treu praktizieren. Obwohl der siebte Dalai Lama alle wichtigen *Tantras* kannte, riet er den Aspiranten nicht, sich auf sie zu konzentrieren. Die Grundlage für jeden Angriff auf die Täuschungen des Bewusstseins und die Illusionen der Welt sind ethisches Denken und Handeln, nicht fragmentarische Einsichten oder düstere Rituale:

Bezwinge Anhaftung und Abneigung
Und entwickle eine Haltung, die von Liebe durchdrungen ist
 Und alles mit Freude betrachtet.
Entwickle Mitgefühl, das allen Wesen
 Befreiung von Leid wünscht.
Entwickle die besondere Haltung, die
Das Gewicht des Wohlergehens der Welt trägt.

Das Bemühen, Täuschungen abzulegen und Anhaftung zu vermeiden, gilt nicht nur in Bezug auf andere. Neben der Neuorientierung in Bezug auf die Welt und dem Erlernen einer radikal anderen Art zu sprechen und zu handeln als der von der Welt empfohlenen, muss man sich auch mit der eigenen mentalen Dynamik auseinandersetzen:

Arbeite Tag und Nacht an dem Elefanten des unbewussten Geistes.
Schlage ihn mit scharfen Haken
der Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Verneinung von Negativität.
Bewahre die Selbstdisziplin wie deinen Augapfel.

Die inneren und äußeren Praktiken, die zu spiritueller Befreiung und universellem Mitgefühl führen, lassen sich in den sechs *Paramitas* zusammenfassen: *Dana* oder freundliche Großzügigkeit, *Shila* oder ruhige Selbstbeherrschung, *Kshanti* oder gelassene Geduld, *Virya* oder standhafte Ausdauer in Meditation und Dienst, *Dhyana* oder ununterbrochene Meditation und *Prajna* oder transzendentale Weisheit:

Denke: „Nun, da ich einen menschlichen Geist habe
 und das unbefleckte Dharma gekostet habe,
umgeben vom väterlichen Mitgefühl eines spirituellen Führers,
 möge ich gut praktizieren und
 unendliche Freude im Fluss des Bewusstseins erzeugen.“

Für den Siebten Dalai Lama ist der Bodhisattva-Pfad das einzige Mittel, über das es sich nachzudenken oder nachzudenken lohnt. Das Beschreiten dieses Weges mit mehreren Stufen erfordert enorme Anstrengungen zur Selbstentwicklung, jedoch niemals um des Selbst willen, wie subtil dies auch immer gedacht sein mag. Der einzige Gedanke, der grundlegend genug ist, um gleichzeitig die Essenz des Bewusstseins, die Denkweise eines Bodhisattvas und das Mittel zu seiner eigenen Verwirklichung zu sein, ist *Bodhichitta*, der Same des Weisheitsbewusstseins. In einem Gedicht erklärte er:

Der einzige Gedanke auf der Seite eines jeden,
Der kostbare Geist, der nach Erleuchtung strebt
als Weg, die Welt voranzubringen,
Wurde von Buddha als
Das höchste spirituelle Mittel angesehen.

Bodhichitta, „das Elixier, das grobe Wesen in Buddhas verwandelt“, ist das innerste Geheimnis der spirituellen Alchemie. Die Welt könnte seine Eigenschaften nicht fassen, wenn sie alle gleichzeitig offenbar würden, und nicht einmal Buddha versuchte, „den Ozean der wohltuenden Wirkungen von *Bodhichitta*“ zu beschreiben.

Obwohl er für seine immense Gelehrsamkeit und dialektische Fähigkeit geschätzt wurde, schrieb der siebte Dalai Lama Verse, die in ihrer Einfachheit und Subtilität verblüffend sind. In einem Gedicht, das er schrieb, um einem alten Mönch zu helfen, sich auf den Tod vorzubereiten, sagte er:

Wenn die Zeit kommt,
die Last des Lebens durch die Tür des Todes zu tragen,
kann man weder Verwandte, Freunde, Diener noch Besitztümer mitnehmen.
Anhaftender Geist ist tierischer Geist:
Gib die Anhaftung auf.
Die unbegrenzten Wesen um uns herum,
Eltern, die uns freundlich aufgezogen haben,
Sind Geschöpfe, die nur nach Glück suchen:
Kultiviere einen altruistischen Geist.

Inmitten eines komplexen Liedes, das sich mit den vielfältigen Tricks befasst, die Unwissende anwenden, um ein falsches Gefühl des „Ich“ zu unterstützen, sprach er das Problem der Überbrückung von Meditation und Praxis an:

Halte während der Meditation den Geist so ungehindert wie den Raum;
Betrachte nach der Meditation den Fluss der Ereignisse, wie einen Regenbogen.
So werden die Dinge, die die Welt verführen
Als substanzlose Halluzinationen
erkannt.

Und im selben Gedicht wies er auf die wichtige Verbindung zwischen Kausalität und *Shunyata*, der Leerheit aller Dinge, hin:

So wie ein reflektiertes Bild klar erscheint
Wenn ein Mensch sein Gesicht vor einen Spiegel hält
Sind alle Dinge strahlend manifest und leer.
Aus diesem Grund sind Ursache und Wirkung unfehlbar.

So wie die freundliche und mitfühlende Art des Siebten Dalai Lama von einer kompromisslosen Überzeugung begleitet war, dass das spirituelle Leben das einzige Thema ist, das die Menschen beschäftigen sollte, so waren auch seine Bescheidenheit und spirituelle Strenge mit einem lebhaften Humor verbunden. Viele seiner Gedichte wurden auf Wunsch von Mönchen geschrieben, und er fügte Kolophone hinzu, in denen er sich über seine Bemühungen lustig machte und dabei wichtige Wahrheiten des Augenblicks beleuchtete. Nachdem er gerade die enormen Anstrengungen beschrieben hatte, die notwendig sind, um das Ego zu überwinden, unterschrieb er mit „der faule buddhistische Mönch Gyalwa Kalsang Gyatso“. Als ein großer Mönch um ein zweites Gedicht bat, erhielt er einen wunderschönen Text, dem eine Notiz beigelegt war: „Dieses Werk enthält nichts, was nicht schon in dem Lied enthalten ist, das ich zuvor für ihn geschrieben habe, aber da er beharrlich um ein weiteres bat, habe ich es geschrieben, um seine ständigen Bitten zum Schweigen zu bringen.“ Damit fügte er eine kleine, bedeutungsvolle Lektion über das Bitten um spirituelle Lehren hinzu.

Feinsinniges Denken, Feinfühligkeit und Belastbarkeit im Handeln prägten das Leben des Siebten Dalai Lama. Als Mann der Meditation und des Handelns, erfüllt von tiefem Mitgefühl und tiefer Hingabe, hinterließ er in seinen Gedichten und Liedern ein strahlendes Zeugnis seines Lebens. Die Quintessenz seiner Lehre, die er in seinem eigenen Leben wiederholt auf die Probe gestellt hat, findet sich vielleicht in seinen kurzen „Drei Meditationen“, die er für einen Einsiedler geschrieben hat:

Wenn man nicht den Samen
der Wertschätzung für einen vollkommenen *Guru* sät,
keimt der Baum der Kraft nicht.
Vertraue dich mit ungeteiltem Geist an.

Das menschliche Leben ist selten und kostbar,
Doch wenn man nicht von Gedanken an den Tod inspiriert ist,
Verschwendet man es mit Materialismus.
Sei bereit, jeden Moment zu sterben.

Alle Lebewesen waren unsere Mütter,
Drei Kreise des Leidens binden sie immer.
Es wäre unwürdig, ihnen nicht zu danken,
Nicht danach zu streben, Erleuchtung zu erlangen.

