

Shiva hat Knieschmerzen Ideal und Realität in tantrischen Ritualen

Im Tantra gibt es dieses charmante Ideal, dass der Mann sich als Shiva, die Frau sich als Shakti betrachten sollte. In dieser Gestalt sind sie eingeladen, sich im Rahmen eines Rituals sinnlich zu begegnen. Das zeichnet sich schon im neo-tantrischen Sprachgebrauch ab, in dem die Tantralehrerin dann eben »die Shaktis gehen einen Schritt nach links« sagt, wenn die Frauen gemeint sind oder, im Falle der Männer: »Die Shivas kommen mit ihrem Gespräch zum Ende.« Das ist eine sprachliche Verkürzung, und man versteht nicht gleich die tiefe Bedeutung, die diese Begriffe eigentlich haben.

Das eine, ungeteilte Ganze

Was kann es denn heißen, sich selbst als Shiva und als Shakti zu sehen? Die alten indischen Tantriker gehen davon aus, dass das Universum das ungeteilte eine Brahman ist; das Eine, leer von allen Eigenschaften und Unterscheidungen, aber alles umfassend. Aus einer bestimmten Perspektive teilt es sich auf in das eine Bewusstsein (das durch uns alle hindurch schaut wie durch einen Filter) und die eine Energie/Materie (was buchstäblich alles beinhaltet, was zu schauen, spürbar und messbar ist, also auch unsere Körper). Im Hindu-Tantra wird der Bewusstseins-Aspekt dieses Ganzen Shiva, sein Energie-Aspekt Shakti genannt.



Wenn ich mich als Shiva verkörpere, ist mir also klar, dass ich nicht auf meinen Namen und meinen Körper reduziert bin, sondern das große Ganze bin, was dahinter steht und das ganze Universum enthält und somit auch ungetrennt ist von Shakti. Verkörpere ich mich als Shakti, identifiziere ich mich mit der Urkraft, aus der alles gebaut ist, und das niemals getrennt ist von Shiva. Weil diese beiden immer vereint sind und doch in einer ersten Differenzierung als Polarität erscheinen, die sich in dieser Welt offensichtlich durch alles zieht, wird die Verschmelzung dieser Pole als wonnevoll erlebt, wie eben die sexuelle Verschmelzung von Mann und Frau als große Lust erfahren wird.

Lustspiel für Erleuchtete?

Ein wesentlicher Aspekt des tantrischen Rituals ist also diese Sichtweise: Mann und Frau »spielen« Shiva und Shakti und ahmen in der sexuellen Vereinigung den großen Erleuchtungsvorgang nach, in dem die große Polarität in das Ungeteilte und Nichtduale hineinschmilzt. Dieser Vorgang erklärt die heilige Bedeutung des tantrischen Rituals.

Nun sind aber die Wenigsten, die an einem solchen Ritual teilnehmen, erleuchtet oder in der Lage, diesen Vorgang wirklich von innen her nachzuvollziehen. Ist Tantra daher eher ein Lustspiel nur für Erleuchtete, und alle anderen sollten besser die Finger davon lassen?

Nein. Im Gegensatz zu den meisten anderen Wegen, in denen ein Same gelegt wird, aus dem später die Frucht spiritueller Reife erwachsen soll, geht es auf dem tantrischen Weg darum, das erleuchtete Bewusstsein auf dem aktuellen Stand wenigstens für die Dauer des Rituals schon so gut wie möglich zu simulieren, dort wirklich einzutreten (fake it until you make it) und darauf zu vertrauen, dass dieser Weg schneller zum Ziel führt als das Warten darauf, dass der Keim aufgeht. Das ist gar nicht so verschieden vom Method-Acting, in dem der Schauspieler alle Register zieht, um wirklich mit der Innenwelt der Rolle zu verschmelzen.



Schichten um den göttlichen Keim

Auf dem profanen Niveau eines fortgeschrittenen Tantra-Anfängers heißt das dann eben, sich selbst im Ritual in einer hohen und edlen Gestalt zu sehen, frei von der üblichen Selbstbezogenheit, und den Partner/die Partnerin ebenso zu betrachten, wenn nicht als Göttin, so zumindest als schön, wertvoll und großartig! Das ist zuerst nicht so einfach wie es klingt und führt oft zu verlegenem Lachen und Befangenheit. Wenn ich solch ein Ritual anleite, versuche ich es dann so zu erklären: Gemäß Tantra sind wir in unserem Kern göttlich und rein, und nur die vielen

Schichten um uns, die aus Gedanken, Gefühlen, Schatten bestehen, verdunkeln unser Wesen. Im Ritual beziehen wir uns jetzt mal auf den göttlichen Kern und nicht auf die Wolken drumherum.

Je fortgeschrittener man ist, desto mehr wird sich die eigene Sichtweise zur Nondualität hin entwickeln, und desto weniger muss man sich verstellen, um wirklich die Gottheit zu verkörpern. Wenn die gute Absicht erstmal da ist, gibt es verschiedene Rituale, die einen dabei unterstützen, in diese Gestalt einzutreten. Zuerst geht es ja darum, die Identifikation mit dem Ego zumindest für die Dauer des Rituals etwas zu lockern, damit Platz ist für etwas Neues. Danach kann man versuchen, durch eine Art magische Invokation die Gestalt der Gottheit anzunehmen.

In der Schule von Andro, durch die ich gegangen bin, reinigt man dafür zuerst seinen Körper mit Wasser, schließlich mit Feuer und mantrischen Sprüchen. Der Mann weiht zuerst die Frau durch ein Nyasa genanntes Ritual, in dem er einen Körperteil berührt und spricht: »Dein Kopf ist Shaktis Kopf, ich verehere ihn«, und so fährt er mit allen Körperteilen fort. Dann wird er selbst zum Shiva geweiht. Diese langen Rituale sind dem Anfänger oft recht fremd. Sie sind aber nötig, um die Bewusstseinsveränderung zumindest ein wenig zu ermöglichen. Im traditionellen Tantra etwa buddhistischer Herkunft gibt es dazu noch viel komplexere und langwierigere Rituale, denen eine Einweihung und Ermächtigung vorangeht. Dort übt man durch regelmäßige Visualisierung und Mantra-Rezitation viele Jahre lang, sich als Gottheit zu verkörpern. Dafür sitzt das dann aber auch – beim westlichen Tantra leider nicht immer.

»Okay, ich bin Shiva«



In der Realität sieht es oft so aus: »Okay, ich bin Shiva. Na ja, mein Bauch könnte etwas weniger sein für einen indischen Gott. Hier vor mir – die Shakti – ich verehere sie. Hm, sie schwitzt aber ziemlich. Kann ich ihr das jetzt sagen, dass ich das nicht so mag? Egal, da geht's jetzt durch, das ist schließlich Tantra. Beim synchronen Atem bin ich leider rausgekommen. Oder war es Shakti? Passiert indischen Göttern auch nie, oder? Sie guckt etwas gelangweilt. Wahrscheinlich bin ich ihr zu ungeschickt. Sie hat das ja schon mit einem

Assistenten geübt, der hat's drauf. Da war es wieder, das Selbstmitleid. Ins Feuer damit!

Das lange Sitzen ist auch ätzend. Ach, wenn ich doch wie die Leiterin stundenlang im Lotus sitzen könnte! Aua, die Knie tun weh. Na gut, dann bin ich eben Shiva, dem die Knie weh tun! Shiva tun niemals die Knie weh! Jetzt kommt auch noch die Shakti in den YabYum. Aua! Diese Shakti hat aber auch ihre 75 Kilo. Da muss ich jetzt durch... Angenehm ist es ja schon, diese Nähe. Oh, ihre Brüste streicheln über meine Brust! Lecker! Darf man als Shiva jetzt so profan denken? Mist, jetzt rutscht sie mir runter. Ich krieg den Sitz nicht hin! Wie soll das jetzt erotisch werden?? Okay, okay, ich bin Shiva, alles ins Feuer!! Aber die Knie tun immer noch weh!«

Üben, üben, üben

Das nützt alles nichts, es braucht immer wieder milden Humor und eine freundliche Distanz zu sich selbst und: Übung, immer wieder Übung. Leider denken viele Menschen bei ihrem ersten Tantra-Ritual, das müsse jetzt die Offenbarung auf Erden sein und sind dann enttäuscht, wenn das profane Gedankenkarussell nicht aufhört zu rattern und sich weder Lust noch spirituelle Gefühle einstellen. Ich vergleiche das gerne mit dem Autofahren. Da braucht es auch eine lange Lehrzeit, und selbst nach Erwerb des Führerscheins dauert es noch eine Weile, bis man sich in dem neuen Medium wohl fühlt. Tantra-Rituale sind dem gar nicht so unähnlich. Bei manchen braucht es etwas Zeit, bis sich der Perspektivwechsel einstellt. Hat man die richtige Motivation und etwas Geduld, lernt man bei solchen Ritualen aber Dimensionen des Daseins kennen, die man sich kaum je erträumt hätte – und auch diese sind immer wieder durchzogen von ganz normalem Ego-Talk – den man dann aber vielleicht immer weniger ernst nimmt.



Silvio Wirth, Jg. 70 ist versiert auch in traditionellem Tantra und Yoga und leitet seit elf Jahren Tantra-Seminare und-Jahrestrainings. Mit seinem Secret-of-Tantra-Institut bei Berlin (www.secret-of-tantra.de) versucht er im Integralen Tantra (www.tantra-integral.de) Heiliges und Profanes zu integrieren.

kontakt@tantra-secret.de