

Tantra ist tot – es lebe Tantra!

*Persönliche Betrachtungen zur »Tantra«-Kultur,
von Herbert Barkmann, Tantra Experience, Freiburg*



In den sieben Jahren, die ich als Tantra-Lehrer unterwegs war, konnte ich den Menschen eigentlich nicht wirklich etwas beibringen. Außer vielleicht, ein wenig unbefangener und freier mit ihrer Lust umzugehen. Je länger ich den Job machte, desto mehr stieg der Anspruch und desto unzufriedener wurde ich mit den Ergebnissen. Den Höhepunkt dieser »Karriere« bildeten die Tantra-Serails. Das waren Räume, in denen tantrische Sexualität von der Theorie her in warmer Herzatmosphäre gelebt werden können sollte. Trotz aller Faszination und aller Höhepunkte wurde auch dieser Anspruch nicht erreicht.

Je länger ich mit der Materie befasst bin, und das sind nunmehr bald zwanzig Jahre, desto mehr verstehe ich, dass wir, d.h. die westliche Gesellschaft, von »Tantra« eigentlich nichts verstehen. Was Osho und seine Schüler ursprünglich unter diesem Namen in die Welt gesetzt haben, ist wunderbar. Es ist ein großes Geschenk und war unbedingt notwendig. Aber Tantra war und ist das nicht. Sexualerziehung, sexuelle Befreiung, das eigene sexuelle Wesen kennenlernen, alles das trifft es. Tantra, im besten Sinne des Begriffs, ist jedoch etwas anderes.

Die Bedürfnisse des Ego

Nun kann ich nicht behaupten, dass ich das schnell verstanden hätte. Mehr als zehn Jahre lang hielt mein eigener Irrtum damit an, ungefähr so lange, wie ich selbst brauchte, um durch alle diese Teile meines Erwachenswerdens zu wandern. Erst mit dem Glück, dem erwachten Geist in einer konkreten Menschengestalt zu begegnen, änderte sich meine Sicht. Dann allerdings ziemlich gründlich und recht schnell. Es wurde klar, dass alles, was ich und die Menschen um mich bisher verfolgt hatten, unmittelbar aus dem Ego und seinen unerfüllten Bedürfnissen quillt, und dass wir uns nicht mit dem Eigentlichen, sondern mit den Phänomenen beschäftigen. Dass wir uns besseren Sex, den richtigen Partner, Erfolg, Selbstbewusstsein, Erlösung aus Einsamkeit, Erfüllung von Sehnsüchten usw. wünschen und erstreben und all dies im »Tantra« suchen.

Sex und Erleuchtung

Attraktiv ist dieser Weg vor allem, weil darin die Verheißung mitschwingt, endlich mal genug und ohne Schuldgefühle dem Sex fröhnen zu können (das mag eine mehr männliche Perspektive sein, Frau kann für sich sprechen). Von da an versuchte ich mich an der Synthese von Sex und Erleuchtung. Wenn man nur genug sexuelle Energie freisetzt, sollte diese die inneren Blockaden, Prägungen und Verwirrungen wegbrennen. Also her mit der Lust, das Becken aufwecken, immer

nahe am Orgasmus entlang, uns so hoch wie möglich energetisch aufladen. Mehr sei eigentlich nicht nötig, sagt die Theorie, schlussendlich bleibt der Kundalini dann gar nichts anderes übrig, als zu erwachen und aufzusteigen.

Denkste.

Die Irrungen des Ich

»The Ego is very cunning« (das Ego ist ziemlich clever), sagte Osho einmal und trifft damit den Nagel auf den Kopf. In all den »Tantra«-Gruppen (oder Freiraumpartys oder, oder), egal ob ich sie als Leiter oder Teilnehmer erlebt habe, geschah mit dem Großteil der Teilnehmer/innen ebenso wie mit mir selbst immer das gleiche: Statt in die innere Qualität von Weite, Wahrheit, Herzensöffnung zu treten, übernahm eben dieses Ego und sorgte dafür, die inneren und unreflektierten Bedürfnisse möglichst egoistisch zu erfüllen. Anschließend fühlte es sich toll und wollte mehr davon. Zusätzlich konnte »Ich« noch damit prahlen, wie weit »Ich« schon auf dem »tantrischen Weg« ist. Gruselig eigentlich.

Die Kosmische Kobra Atmung

Aus der Begegnung mit dem erwachten Geist hatte ich auch etwas bekommen, was sich mit der Zeit als der größte Segen meiner geistigen Praxis erwiesen hat, die »Kosmische Kobra Atmung«, eine Technik aus dem Tantrischen Kriya-Yoga. »Tantrisches Yoga« ist ja eigentlich ein seltsamer Begriff, aber genau das ist es. Der tantrische Aspekt ist die bedingungslose Anerkennung, dass alles, was mir begegnet, mit mir zu tun hat, von mir erschaffen ist und mir dazu dienen kann, über das kleine Ich hinauszuwachsen. Nichts ist falsch, alles kann genutzt werden. Das Yoga daran ist der Wille und Weg, mit steter und persönlicher Anstrengung an mir zu arbeiten und das Paradoxon anzuerkennen, dass alles, was und wie es ist, genau richtig ist und ich doch stets darum bemüht bin, mich immer weiter zu entwickeln. Entwickeln in diesem Sinne meint, über die Handlungsantriebe der inneren unbewussten Bedürfnisse und Verwirrungen (im Yoga »Samskaras«, in der Psychologie »unbewusste Persönlichkeitsanteile«) hinauszuwachsen, sie zu erkennen und anzuerkennen, aber ihnen keine Kraft zu geben, sich im Leben weiterhin störend und verletzend bemerkbar zu machen. Stattdessen werden sie liebevoll als zu mir gehörende Anteile anerkannt. Das bedeutet nicht weniger, als Herr meines eigenen Lebens zu sein.

Die Arbeit an mir selbst

Die Arbeit mit mir selbst beginnt ganz unten. Stille, Präsenz, Zulassen was ist, Gefüh-

le erleben und akzeptieren, Schmerz aushalten und in Selbstverantwortung nehmen, bei Bedarf teilen mit anderen, ohne eine Forderung daran zu knüpfen. Alles, was ich erlebe, ist in mir, sonst könnte ich es nicht erleben. Nichts geschieht, was ich nicht eingeladen habe. Über lange Zeit mit mir alleine gehen, bevor ich bereit bin, in Freiheit von Bedürftigkeit einen Partner, eine Partnerin an meiner Seite zu lieben, anstatt diesen Menschen zu brauchen.

Zuletzt hatte ich das Glück, zwei ganz besondere Tantrabücher (»Juwel im Lotos« und »Tantra Bliss«, beide im Hans-Nietsch-Verlag) übersetzen und herausgeben zu dürfen. Hier habe ich die Heimat gefunden, die der oben beschriebenen Haltung entspricht. Dahin hat sich meine Arbeit mit Menschen gewandelt. Und die ist heute nicht mehr von Großartigkeit: »was bin ich für ein toller Tantra-Lehrer«, sondern von Demut erfüllt: »welche schöne Aufgabe hat das Leben mir da gegeben«.

Tantra: die Essenz

Tantra ist für mich heute die Energie, die die Wirbelsäule hinauf und hinunter fließt. Sex ist fein, wenn er da ist, und kein Thema, wenn er nicht da ist. Tantra ist meine Achtsamkeit, möglichst in jedem Moment Klarheit darüber zu haben, was mich gerade *wirklich* antreibt. Welche Themen in mir zu welchen Gedanken, Bedürfnissen und Handlungen führen – und dann zu entscheiden, ob ich das eine tun oder das andere lassen will. Tantra ist die Freiheit, aus tiefstem Herzen für mich zu sorgen und damit Energie freizusetzen, für andere da zu sein. Tantra ist meine Bereitschaft, ganz und gar ich zu sein, egal was irgendwer darüber denkt oder meint. Tantra ist auch die Bereitschaft, aus dieser Haltung immer wieder herauszufallen in die alten Muster und dann, wenn ich es erkenne, darüber zu lächeln, mir zu verzeihen und wieder in die Klarheit zurückzukehren.

Tantra ist, die Lebensenergie einzuladen, in mir zu toben – selbst wenn es »mIch« kostet. Es lebe Tantra!

Die Bücher »Juwel im Lotos«, von Bodhi Avinasha und Sunyata Saraswati und »Tantra Bliss« von Bodhi Avinasha (beide im Hans-Nietsch-Verlag 2015) wurden auf Deutsch von Herbert Barkmann herausgegeben.



HERBERT BARKMANN
lehrt Tantrischen Kriya Yoga und ist ermächtigt, die Einweihung in die Kosmische Kobra Atmung zu geben. Einzel- und Gruppenangebote in Deutschland und Italien.
www.tantra-experience.de,
info@tantra-experience.de