

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 55 (1951-1952)  
**Heft:** 23

**Artikel:** "Rote" Lamas in Tibet  
**Autor:** Flückiger, F.A.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-670787>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Vor allem aber übersehen die Leute, die uns gerne das Yoga-Sitzen und -Atmen beibringen möchten, eines: dass nämlich das Sitzen und Atmen auf dem sehr sorgfältig ausgearbeiteten achtfachen Stufenpfad erst die dritte und vierte Stufe bilden. Die erste und die zweite bestehen darin, dass der Schüler lernt, sich an sich selber und an die Welt anzupassen. Er darf nicht ein Mensch sein, dem es nicht wohl ist mit sich selber, aber auch nicht einer, der mit der Welt im Unfrieden lebt, sondern er soll sich und seiner Umgebung gegenüber in ruhiger und selbstverständlicher Weise seine Pflicht erfüllen. Erst wenn er das wirklich vermag, darf er mit den Sitzübungen anfangen.

Wenn der Schüler durch Sitzen und Atmen seinen Körper und zum Teil auch seine Seele etwas beruhigt hat, wird er gleichsam auf den Weg in sein eigenes Innere geführt. Das geschieht dadurch, dass ihm bestimmte Bilder aufgegeben werden, auf die er sich konzentrieren muss. Diese Bilder haben sakralen Charakter, wir können diese Konzentration am besten mit einer Art stummem Gebet vor einem Heiligenbild vergleichen. So tief muss er sich in seine Betrachtung versenken können, dass er die ganze Welt um sich vergisst. Und im tiefsten Zustand der Versenkung gelangt er dann zur höchsten Stufe des Yoga-Weges: dem sogenannten Samadhi, dem «Zusammensein mit dem Höchsten», nämlich Gott. Bis einer aber so weit kommt, muss er oft jahrelang üben, ja sogar viele Leben lang, denn die Inder glauben an die Wiederverkörperung.

Das hat nun alles nicht mehr viel mit dem eingangs erwähnten Lebendigbegrabenwerden zu tun,

nicht wahr? Das dürfen wir nicht so bestimmt behaupten. Es gibt viele verbürgte Berichte gerade hierüber. Wenn auch diese Dinge noch nicht in genügendem Masse wissenschaftlich erforscht sind, so spricht doch vieles für die Annahme, dass zahlreiche solcher Erscheinungen durchaus echt sind. Es scheint eben so zu sein, dass diese Menschen nicht nur imstande sind, sich seelisch von der Welt zurückzuziehen, um Gott näher zu kommen, sondern dass sie durch ihre Uebungen auch die Bedürfnisse des Körpers auf ein uns fast unglaublich vorkommendes Minimum zu beschränken vermögen.

Wie dem auch sei: diese Dinge sind im Grund am Yoga nebensächlich. Den Yogins kommt es, wenigstens soweit sie echt sind, auf eine tiefe seelische — wir würden sagen religiöse — Erfahrung an. Von da aus sind denn auch die erwähnten «Früchte» zu verstehen. Die ewige Jugend und Schönheit sind dieselben, die uns als Lohn im Himmel versprochen werden, und die Macht über andere Menschen ist jene Macht, die auch vielen der christlichen Heiligen zugeschrieben wird. Wir brauchen nicht einmal an Wunder zu denken, wissen wir doch alle, dass im echten Sinne fromme Menschen (und das sind die richtigen Yogins) vieles vermögen, was der Durchschnittsmensch beim besten Willen nicht fertig bringt.

Das Wesentliche ist ihnen freilich nicht himmlischer Lohn oder die Möglichkeit, auf Erden als Friedensstifter zu wirken, sondern einzusinken in die Unendlichkeit des Göttlichen, «zusammenzu-sein mit dem Höchsten».

## «Rote» Lamas in Tibet

Von F. A. Flückiger

Seitdem es deutlich geworden ist, dass der Kommunismus in seinem Versuch, Asien zu erobern, nicht mehr wie früher als etwas «ganz anderes» auftritt, sondern die religiösen Ueberlieferungen Mittelasiens mit seiner Ideologie zu durchdringen sucht, ist vielfach die Meinung aufgetaucht, es handle sich bei den sogenannten «roten» Lamas um eine Art bolschewistischer Wanderprediger.

Dem ist nicht so. Die «roten» Lamas sind im Gegenteil die Hüter der ältesten Traditionen von Tibet. Sie haben ihren Namen von ihren roten

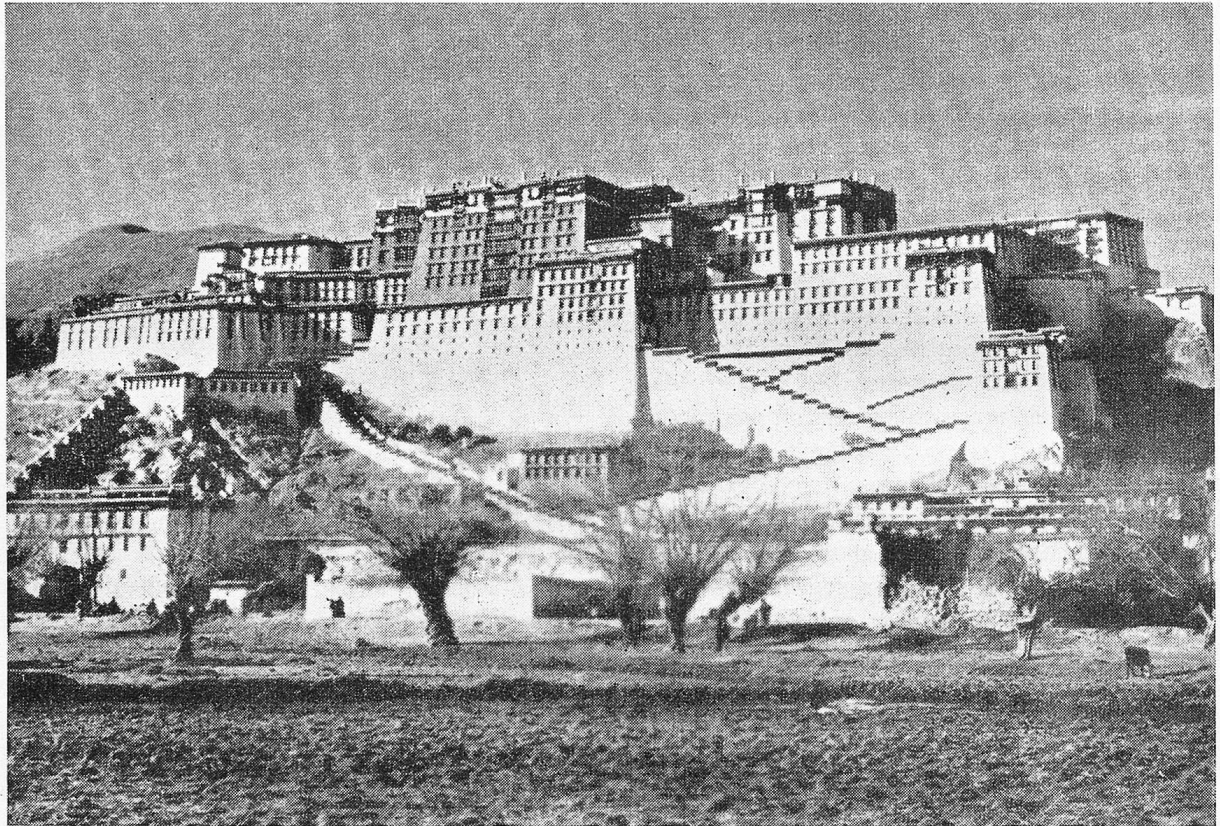
Schärpen und Mützen, durch die sie sich von den «gelben» Lamas, also der eigentlichen Staatskirche von Tibet mit dem Dalai-Lama als Oberhaupt, unterscheiden.

Die Religion des Lamaismus stellt, grob gesprochen, eine Verschmelzung des nordischen Buddhismus mit der tibetischen Urreligion, dem *Bön*, dar. Dabei betonen die Gelbmützen das buddhistische Element, die Rotmützen aber das magisch-ritualistische Element. Die Gelbmützen leben in grossen und kleinen Klöstern oder amtieren als eine Art

Dorfpriester. Die Rotmützen ziehen, obwohl auch sie viele Klöster besitzen, meist als Bettelmönche durch das Land, oder als Wahrsager, Regenzauberer und Wettermacher, als welche sie vom Volke häufig beigezogen und auch gefürchtet werden, stehen sie doch im Rufe, zahlreiche übersinnliche Fähigkeiten zu besitzen, deren schlimmste wohl die Ferntötung ihrer Feinde ist, die bewirken zu können die «Roten» gerne behaupten.

Wie interessant nun diese Dinge für die Völkerkunde sein mögen — nicht sie sind es, die so zahl-

und nicht jeder Lehrer jeden Schüler annehmen darf. Hat er einen solchen Meister gefunden, muss der Schüler, der meist noch im Knabenalter steht, diesem lange dienen, wofür er in den heiligen Lehren unterrichtet wird. Die wichtigste und philosophisch tiefste ist: Das Leben ist ein Traum! Geburt und Tod sind Täuschungen, die es zu erkennen und damit zu überwinden gilt! Diese eigentlich indische Lehre hat sich nun auf die seltsamste Weise mit der tibetischen Urreligion vermischt. Denn der Weg zur Erkenntnis dieser Täuschungen



*Der Potala-Tempelpalast in Lhasa, die Residenz des Dalai-Lama*

reiche Forscher bewogen haben, ihren Ritualen und heiligen Texten nachzuspüren. Denn die Sekte der «Roten» besteht nicht nur aus jenen mit dem Leben des Volkes verbundenen Zauberern, sondern sie zählt auch eine, wenn man so sagen darf, geistige Elite, deren Lehren und Riten für den Religionsforscher und den Philosophen eines der faszinierendsten Probleme bilden.

Um ein Rotmützen-Lama zu werden, bedarf es jahrelanger Vorbereitung. Zuerst muss sich der angehende Lama einen Guru, das heisst Lehrmeister suchen. Das ist gar nicht leicht, weil dabei ganz bestimmte Gesetze befolgt werden müssen,

führt durch das unheimliche und oft grauenvolle Götter- und Dämonenreich der Tibeter. Diesen Weg erfährt der Schüler nach und nach. Lange muss er die heiligen Tanzschritte und Uebungen lernen, die Gebetsformeln, welche nur wirken, wenn sie auf ganz bestimmte, dem Lehrer allein bekannte Weise ausgesprochen werden. Er muss gefährliche Mutproben bestehen; denn sonst vermöchte er später die dämonischen Visionen nicht zu ertragen, die er selber heraufbeschwören muss.

Wenn — oft nach vielen Jahren — seine Einweihung beendet ist, wird er ausgerüstet mit den heiligen Gegenständen, deren er bedarf: der Kang-



ling-Trompete, die aus dem Schenkelknochen eines Menschen gemacht ist, der Damaru-Trommel, aus zwei Schädelschalen, mit Menschenhaut überzogen, dem Donnerkeil, der Dämonenglocke und anderem mehr. So wird er auf die Pilgerschaft gesandt.

Diese führt ihn oft unendlich weit, bis in die Mongolei, oder in die Dschungel von Sikkim, und öfter noch in die unwirtlichen Schnee- und Felswüsten des Himalaya. Denn am gefährlichsten Ort kann er am ehesten den Dämonen begegnen, die es zu überwinden gilt. Darum sucht auch derjenige rote Lama, der in der Nähe menschlicher Behausungen bleibt, Begräbnis- oder Kremationsfelder auf.

Dort vollzieht er nun die rituelle Anrufung, die sein Mittel ist, zur Erkenntnis der letzten Wirklichkeit, und damit zur Erlösung, zu gelangen. Es spielt sich nun gleichsam ein Mysteriendrama ab, in dem der Lama zunächst der einzige Schauspieler ist. Aber nicht lange, denn er ruft nun im Geiste die Dämonen herauf, die für ihn, der so lange darauf vorbereitet wurde, freilich gewaltig wirken müssen. So gewaltig, dass nach der Meinung der tibetischen Lehrer nur eine starke Persönlichkeit sie ertragen kann. Doch handelt es sich bei dieser Beschwörung nicht nur um einen abergläubischen Teufelstanz; der Aufbau der rituellen Texte, die zum Teil im Westen bekanntgeworden sind, weist darauf hin, dass selbst in dieser primitiven Magie das höchste Ziel der vergeistigten Religionen des

Ostens nicht untergegangen ist, nämlich das der Erlösung.

Der Gang der Beschwörung ist dem tieferen Sinne nach etwa der folgende: Zuerst verbindet sich der Lama im Geist mit der gütigen Göttin der Weisheit, damit sie ihm beistehe in seinem Unterfangen. Zum gleichen Zwecke ruft er auch seinen Lehrer an, den Guru. Und indem er zu tanzen beginnt, konzentriert er sein Denken auf das Nirvana. Jetzt kann er die Dämonen rufen, die ihn auch alsbald bedrohen. Aus ihren Namen können wir Europäer erfahren, was mit diesen Visionen gemeint ist, heissen sie doch Dämonen der fünf grossen Leidenschaften, nämlich: Zorn, Hochmut, Wollust, Neid und Unwissenheit. Diese Dämonen, die er lebendig vor sich sieht, durchbohrt er nun mit dem Speer der «fünf Weisheiten». Ist er solcherart von Leidenschaft frei geworden (denn zuletzt ist ja nichts anderes damit gemeint als *sein* Zorn, *sein* Hochmut, dann *seine* Wollust, *sein* Neid und *seine* Unwissenheit), kann er das letzte Opfer vollziehen, das Chöd. Im Chöd opfert er den Träger der Leidenschaften, nämlich seinen Leib, der Versammlung der Götter.

Wenn dieses Opfer in vollkommener Weise vollzogen wird, so heisst es in den Texten, dann tritt er aus der rituellen Verückung heraus als ein «im Leben Erwachter», als einer, der das Nirvana geschaut hat und damit, selbst wenn er noch in die Bedingtheiten des Lebens verstrickt scheint, erlöst ist.

## DER FLUCH DES ABUK KHAN

Von Ferdinand Ossendowski

Es war noch lange hin bis zum Ende unserer Wanderungen durch die Steppen von Chulyma und Minusinsk. Wir besuchten und untersuchten die Seen, die reich an Kochsalz waren und an denen es primitive Einrichtungen für dessen Gewinnung gab. Einige dieser Seen enthielten Soda, wie der Gänse- und Sulcha-See; andere, die dem Szira-See ähnelten, hatten einen Gehalt an Glaubersalz. Wir besuchten die Julia-Gruben mit ihren Kupfererz-Lagern, wo Engländer am Werk waren; wir sahen Eisen- und Manganerz-Ablagerungen und rückten immer weiter südwärts vor in der Richtung auf den Bezirk Minusinsk, in das Gebiet der letzten Ausläufer des Altai hinein. Als wir tiefer in die Chulyma-Steppen auf

dem linken Ufer des Jenissei eindrangen, begegneten wir häufiger und häufiger grossen und kleinen Dolmen (Hünengräber), manchmal fanden wir sogar grosse Ansammlungen von ihnen, die die Horodyschka (Massengräber) früherer Stämme bezeichneten, die hier von irgendeiner Katastrophe ereilt worden waren.

Diese Gegend, wo die Abakan-Tataren mit ihren Herden ihr Nomadenleben führen, ist ein ungeheurer, welthistorischer Gemeinfriedhof, der im Wechsel verschieden langer Zeitabschnitte von den Ouiguren, Soyoten, Khalcha-Mongolen, Oleten, Dsungaren und zahllosen andern Nomadenstämmen benutzt wurde, von Menschenmassen, wie sie an der nährenden Brust der Völkermutter.