

IST BUDDHISMUS EINE BEKÖMMLICHE PHILOSOPHIE?

Interview für *connection special 52* – von Ingeborg Szöllösi

Fred von Allmen, Du hast schon unzählige male Meditationskurse geleitet in Deutschland, was bringt Dich dazu, dies zu tun?

In den letzten 15 Jahren habe ich in Deutschland über fünfzig Meditationskurse geleitet, viele davon in Niederbayern, im Seminarhaus Engl in Unterdietfurt. Dabei habe ich immer wieder die erfreuliche Erfahrung gemacht, daß jene Menschen welche sich tatsächlich auf diese Praxis einlassen, erstaunlich heilende und befreiende innere Prozesse durchleben. Meditation ist aber - entgegen den immer wieder geschürten Hoffnungen - kein Sofort-Transformations- und Heilmittel, sondern verlangt einen langjährige, ernsthafte innere Auseinandersetzung und Praxis.

Was versprichst Du Dir von einem Austausch zwischen verschiedenen Meditationszentren?

Es ist nicht so sehr der Austausch zwischen den Zentren und eigentlich auch nicht der „Buddhismus“, von dem ich mir etwas verspreche. Vielmehr ist es die unmittelbare, tatsächlich gelebte Auseinandersetzung und Praxis der Meditation und ihrer Implikationen und Auswirkungen von der ich mir viel verspreche. Davon verspreche ich mir nämlich Transformation und Befreiung von hemmenden und quälenden emotionalen Tendenzen wie Sorge, Bedrückung, Ärger, Wut, Verlangen, Anhaften, Arroganz etc., eine Transformation, hin zu einem Herzen und einem Geist der tiefer in Offenheit, Großzügigkeit, Mitgefühl und Freude begründet ist und diese Qualitäten auch nach außen leben kann. Dies ist nicht einfach eine Hoffnung, sondern ich erfahre bei mir und bei vielen meiner KursteilnehmerInnen ständig, daß diese Veränderungen möglich sind, in dem Masse wie wir tatsächlich praktizieren.

Siehst Du einen Unterschied zwischen dem Buddhismus in Deutschland und dem in der Schweiz? Könnte man von einem spezifisch national geprägten Buddhismus sprechen?

Wie verträgt sich eine religiös philosophische Richtung aus dem Osten mit unserem christlich geprägten, abendländischen Erbe?

Unterschiede sehe ich vor allem in der Mentalität, der inneren Haltung, mit der die Menschen an die Praxis rangehen. Neben Deutschland und der Schweiz habe ich auch oft in Italien, Israel und Indien aber auch Schweden, England und den USA gelehrt. Die „germanische“ Zugangsweise ist oft etwas schwer, mit weniger Lust und Unbeschwertheit als z. Bsp. bei Südländern. Dafür ist sie aber meist ernsthaft und gründlich. Es bleibt uns im Grunde gar nichts anderes übrig als unsere jeweiligen nationalen und persönlichen Charakteristiken zutiefst zu akzeptieren und sie als gute Grundlage für eine befreiende Praxis wertzuschätzen. Wichtig ist dabei, daß wir uns praktisch und lebendig mit den östlichen Lehren auseinandersetzen, und äußerst vorsichtig sind, nicht aus Überheblichkeit gleich unsere abendländischen Vorstellungen in sie hinein zu projizieren und auch nicht unsere negative Konditionierung (wie jene der Schuldgefühle und der Selbstentwertung) auf sie zu übertragen. *Inwiefern hilft die buddhistische Lebenseinstellung den eher negativ eingestellten Abendländern? Vor allem die Deutschen neigen dazu, sich das Leben eher schwer zu machen. Kann da der Buddhismus befreiend wirken? Hat er einen therapeutischen Ansatz?*

Das Kultivieren von Qualitäten wie Wachheit, Gegenwärtigsein, Sensibilität, mitfühlende Liebe und Vertrauen hat nicht nur eine außergewöhnlich starke therapeutische Wirkung, sondern führt, schrittweise, direkt zur inneren Befreiung. Aber immer wieder muß uns hier klar sein: nicht der Buddhismus kann dies bewirken, sondern nur eine starke, ausdauernde und engagierte spirituelle Praxis. Ob buddhistisch, hinduistisch oder christlich, ist dabei wohl zweitrangig.

Inwiefern erschwert der hauseigene, abendländische Rationalismus die Rezeption des Buddhismus im Westen? (Die Abendländer machen ja gern aus dem Buddhismus einen verkappten Rationalismus, weil sie ihn nicht anders verstehen und ihnen viele andere Verkörperungsdimensionen und Ausdrucksmöglichkeiten nicht zugänglich sind.)

Ich denke, daß gerade unser Rationalismus die Rezeption des Buddhismus im Westen ermöglicht hat. Die wesentlichen Aspekte des Buddhismus können nämlich praktiziert werden, ohne daß man viel Unüberprüfbares glauben und ohne daß man Dogmen akzeptieren muß. Gleichzeitig besteht aber die Gefahr, daß wir dem Buddhismus nur mit dem rationalen und intellektuellen Geist begegnen, ihn analysieren, diskutieren, zu Tode besprechen und beschreiben, ohne je wirklich daran zu gehen, ihn in unserem Leben ernsthaft anzuwenden und zu praktizieren. In diesem Fall ist er so wenig transformierend, wie jede andere nicht praktizierte Philosophie oder Religion und wird höchstens zum Konflikten zwischen verschiedenen persönlichen Ansichten und Meinungen führen.

Buddhistische Schulen und Seminarhäuser sprießen aus der Erde. Sogar eine Vielzahl von Klöstern bieten Meditationswochen und buddhistische Retreats an. Der Buddhismus steht also hoch im Kurs. Was bedeutet das für uns? Stehen wir im Abendland vor einem religiösen Neubeginn? (Unsere christliche Tradition hat sozusagen ausgedient, aber ganz ohne Religion geht es auch nicht. Deswegen also Buddhismus als eine Art harmlose Religion und bekömmliche Philosophie?)

Der Buddhismus, und erfreulicherweise auch die Stätten der gelebten buddhistischen Praxis, sind gegenwärtig im Zunehmen begriffen. Wir Menschen (oder zumindest einige von uns) scheinen heute, wie seit Jahrtausenden, aufgerufen oder angetrieben, Sinn und Wesen des Daseins zutiefst zu ergründen. Irgendwo in uns drin sind wir davon überzeugt, daß tiefster Friede und Freiheit verwirklicht werden können und wir machen uns auf den Weg; in Klöstern christlicher oder buddhistischer Prägung, in Tempeln, in Meditationszentren, in der Einsamkeit oder sonstwo. Immer aber ist es ein Weg der Abkehr vom glitzernden, schnelllebigen Schein der "Welt" (und damit auch weg von dem Spektakel um die eine oder andere Religion oder Lehre, die gerade im Trend ist,) hin zu den herausfordernden, schwierigen, (oft gefährlichen) Tiefen unseres innersten Seins. Für die anderen wird Buddhismus, oder jede andere Religion, oberflächliche, harmlose und, im besten Falle, "bekömmliche" Philosophie bleiben.

