

„Meine schwäbische Sturheit hat mir bei der Meditation geholfen!“

Der Ehrw. Ajahn Martin ist ein deutscher Mönch, der in einem thailändischen Waldkloster lebt. Andrea Liebers zeichnet das Portrait eines Westlers, der 12 bis 16 Stunden täglich in Meditation verbringt.

VON ANDREA LIEBERS

Eine Begegnung mit einem Mönch, der sein Leben ganz der Vernichtung der Unwissenheit widmet, der zu diesem Zweck seit mehr als 15 Jahren im thailändischen Dschungel lebt und im Schnitt 12 bis 16 Stunden pro Tag in Meditation verbringt – das passiert einem nicht alle Tage. Es regt dazu an, über sich und sein Verhältnis zum Dharma nachzudenken, die eigene Lebensweise in Frage zu stellen, überhaupt wieder Fragen zu stellen. Und vielleicht wird man sogar wieder mutiger – für die Möglichkeit der Erleuchtung – und neugierig darauf, wie es wäre, sich aus Samsāra zu befreien.



An buddhistische Ordensträger, die aus Thailand, Burma, Tibet oder einem anderen asiatischen Land kommen, sind wir inzwischen schon gewöhnt. Der Ehrw. Ajahn Martin jedoch ist einer von uns. 1957 in Stuttgart geboren, wächst er im Schwäbischen auf. Er ist ein eher stilles Kind, unauffällig, weder ein herausragender Schüler noch macht er durch irgendwelche Heldentaten oder besondere Begabungen auf sich aufmerksam.

Früh schon hat er einen Hang zum Tüfteln und beginnt nach der Schule ein Studium der Elektrotechnik. Mit einem Fulbright Stipendium kommt er in die USA, erweitert sein Studium um Com-

puter- und 80er Jahren populäre spirituelle Gemeinschaft in Schottland. Er fährt hin und entdeckt dort die Meditation, die er von nun an regelmäßig praktiziert. Wieder zurück in Deutschland nimmt ihn seine damalige Freundin mit zu ihrem Meditationslehrer Vimalo Kulbarz.

Im April 1989 lernt er dann „richtig“ meditieren nach der Theravāda-Methode, bei der Sitz- und Gehmeditation einander ablösen. 45 Minuten Sitzen, 15 Minuten achtsames Gehen. Zu Beginn ist es für ihn die Hölle, so lange still zu sitzen und den Geist zu beobachten, doch er bleibt am Ball. Er macht bei

Stille. Er beginnt, sein Leben um die Meditation herum aufzubauen. Morgens, bevor er zur Arbeit geht, sitzt er eine Stunde und abends, wenn er zurückkommt, ebenfalls.

Erfahrungen von Stille und Freude

Im Sommer 1990 macht er erneut eine Klausur mit Vimalo Kulbarz. Hier kommt es zu einer Art Durchbruchserlebnis, einem Zustand innerer Verzückung (pāli: *pīti*), die eintreten kann, wenn der Geist zur Ruhe kommt. Die Erfahrung ist zwar begleitet von starken Herzschmerzen, aber sie ist der Auslöser, dass Martin erstmals den Entschluss fasst, in die Hauslosigkeit zu ziehen.

Natürlich ist dieser Lebensentwurf nicht einfach, doch da ist seine schwäbische Sturheit: Was sich ein Schwabe in den Kopf gesetzt hat, das zieht er durch. Eine Eigenschaft, die ihn noch so manches Hindernis auf dem Weg bezwingen lässt. Was ihm hilft, von der eingeschlagenen Richtung nicht mehr abzuweichen, sind die beiden Freude-Stille-Erlebnisse, die sein Innerstes berührt haben und die Erlebnisse der äußerlichen Welt schal werden ließen. Er geht zwar noch zur Arbeit, trifft sich mit Freunden und hat auch eine Partnerin, aber nichts davon hat die Kraft, ihn so zu berühren, wie diese beiden Erfahrungen von der „Erhebung des Herzens“.

Bald darauf schließt das Forschungslabor, in dem Martin gearbeitet hat. 1991 geht er ins Kloster. Er will seinen Geist erforschen, und dazu muss er sich voll und ganz darauf konzentrieren können. Denn mit ein bisschen regelmäßiger Meditation und ein wenig konzentrativer Ruhe ist es nicht getan. Weisheit muss hinzukommen und die entsteht nicht dadurch, dass man über etwas nachdenkt. Denken führt nicht zur Einsicht, im Denken bleiben wir im Kopf hängen, in der Welt der Begriffe und Konzepte. Wo wir hinmüssen, ist das Herz, das *chitta* (pāli: *citta*, auch übersetzt als Herzgeist).

Wer nicht durchschaut, wie seine Sorgen, Ängste, Nöte entstehen, der

„Es war, wie wenn man nachts um Drei aus einer lauten Disco herauskommt und plötzlich mitten in der Stille der Straße steht. Um einen herum ist sternenklare Nacht, die Stille durchdringt alles, und der Lärm fällt von einem ab.“

putertechnik und steigt in die Welt der Universität ein. In den USA erhält er das Angebot zu promovieren, entscheidet sich dann aber doch für eine Stelle in Hamburg. Dort ist er in einem Forschungslabor angestellt und hat mit Bildanalyse und Künstlicher Intelligenz zu tun. Er verdient genug Geld und könnte zufrieden sein mit sich und seinem Leben.

Aber in ihm rumort es, irgendetwas nagt an seinem Inneren. Er hält Augen und Ohren offen für etwas Neues. Da lernt er Findhorn kennen, eine in den

Vimalo eine Klausur und erfährt eine Stille, die ihn ganz und gar erfüllt: „Es war, wie wenn man nachts um Drei aus einer lauten Disco herauskommt und plötzlich mitten in der Stille der Straße steht. Um einen herum ist sternenklare Nacht, die Stille durchdringt alles, und der Lärm fällt von einem ab“, erinnert er sich.

Martin schwört sich, Meditation, die ihm diese Freude beschert hat, nun nicht mehr aufzugeben. Mit Buddhismus hat das bis dahin noch nichts zu tun, es geht ihm nur um diese Erfahrung der

bleibt ein Gefangener der Dunkelheit, erklärt der Mönch. Denn unzählige Schleier verdecken den Geist und verdunkeln ihn. In dieser Dunkelheit ist keine Erkenntnis möglich. In ihr regieren nicht wir über unser Leben, sondern es sind die Leidenschaften, die uns regieren. So lange die Klarheit im Geist fehlt, fallen wir immer wieder auf die Versprechungen des umnachteten Geistes herein. Wir wissen zwar, dass es uns nicht glücklich macht, wenn wir den Verlockungen und Versprechungen nachgeben, und dennoch probieren wir es immer wieder von neuem. Vielleicht macht mich der neue Job doch glücklich? Sollte ich hier lieber nicht die Wahrheit sagen? Heute lasse ich die Meditation einmal ausfallen, ich brauche meine Ruhe. Wer ist es, der uns das verspricht? Wo in uns sitzt diese Instanz?

Wenn wir hartnäckig weiterfragen, so rät Ajahn Martin, uns immer wieder im Atem verankern, dann werden wir an einen Punkt geführt, wo wir plötzlich Gewissheit haben. Zu einem Beobachter, der weiß. Wenn wir eins mit diesem Wissenden sind, im Samādhi [tiefe Konzentration, Anm. der Red.] in vollständiger Einspitzigkeit, dann verschwindet die Welt um uns herum. Wenn alles in einem Punkt zusammenfällt, dann ist keine Dualität mehr vorhanden. Dieses Ziel hat Martin vor Augen, dorthin will er dauerhaft kommen.

Heimkommen – im thailändischen Waldkloster

Ab Juni 1991 lebt Martin im Gaia House, einem Klausur-Zentrum im Südwesten Englands. Das darauf folgende Jahr verbringt er in verschiedenen anderen Theravāda-Klöstern in England, von 1993 bis 1994 lebt er (mit Ayya Khema) im Buddhahaus in Deutschland.

Das Ambiente stimmt zwar, er ist an Orten, an denen die Lehre des Buddha gelehrt und praktiziert wird, doch er findet während dieser Zeit kaum ausrei-

chend Gelegenheit zum Praktizieren. Ständig ist er mit Tätigkeiten befasst, die im Kloster anfallen: für Meditationskurse kochen, Broschüren schreiben, Bücher setzen. Martin ist so beschäftigt wie in der Zeit seiner Berufstätigkeit. Dass er sein Ziel im Westen nicht erreichen würde, wird ihm immer klarer. Und so reift in ihm der Entschluss, Europa zu verlassen und sich in Asien einen Lehrer zu suchen. Es zieht ihn in das Waldkloster Baan Taad in Thailand, dessen Abt der bekannte Ehrwürdige Lehrmeister Maha Bua war. Die Verbindung zu diesem Lehrer spürt er, seit er dessen Buch *Von Herz zu Herz* (Straight from the Heart) gelesen hat. Im März 1995 fliegt er nach Thailand, um ins Kloster Wat Pa Baan Taad zu gehen.

Dort wird erwartet, dass er jeden Tag meditiert, genau das, was sein brennender Wunsch ist. Natürlich hat Martin auch Bedenken. Er spricht die Sprache nicht, war noch nie zuvor in Thailand. Und erst als der Ehrwürdige Maha Bua ihn als Schüler akzeptiert hatte, erfuhr er, dass dieser schon seit Jahren eigentlich keine westlichen Schüler mehr annehmen wollte. Doch bei Martin macht er eine Ausnahme. Bei einer späteren Gelegenheit sagte er zu ihm: „Ich bin dein Lehrer. Wenn du zum Kaffee trinken gehst, dann trinkst du Kaffee, danach gehst du wieder zu deiner Meditation zurück. Hast du verstanden?“

Die Worte kann Martin damals nicht genau verstehen, er spricht noch kein Thai. Dennoch ist ihm sofort klar, was der Mönch zu ihm gesagt hat. Für Martin ist das erste Treffen mit Maha Bua wie ein Heimkommen. „Es war, als ob ich Vater und Mutter in einer Person begegnet wäre, für mich stand sofort fest, hier ist mein Platz.“

Nach neun Monaten im Waldkloster lässt sich Martin zum Mönch ordinieren und heißt seitdem Than (Ehrwürdiger) Martin Piyadhammo. Piyadhammo bedeutet „der vollkommene Vertrauen in den Dharma hat“. Erst nach zehn Jahren Mönchsein bekommt man den Titel „Ajahn“ verliehen, was „Lehrer“ bedeutet.

„Die Westler können mit der Einsamkeit in Wäldern und Bergen nicht umgehen.“

Die ersten fünf Jahre verbringt er nur innerhalb der „Klostermauern“, mit Ausnahme des täglichen Almosengangs ins Dorf und den drei Stunden in der Stadt, die er einmal im Jahr braucht, um sein Visum zu verlängern. Er ist in der Obhut des Meisters, beziehungsweise der älteren Mönche, die die jüngeren anleiten. Alles muss neu gelernt werden: Wie man sich als Mönch wäscht, kleidet, wie man sich hinsetzt, wie man isst. „Die Asiaten haben eine unendliche Geduld und sind sehr liebevoll und freundlich. Man wird dort nie so kritisiert, wie im Westen. Das erleichtert das Lernen.“

Die Meditation ist kein Zuckerschlecken, doch der Mönch Martin wächst mit den Jahren mehr und mehr hinein. Wenn Hindernisse auftauchen und er Probleme hat, treibt ihn das Wissen aus der Erfahrung an, dass alles, was er im Leben bislang erlebt hat, nur *dubkha* war, Leiden. Er hatte niemals einen Zustand außerhalb der Meditation erfahren, der ihm diese Zufriedenheit und Freude geschenkt hätte. Es machte also keinen Sinn, in die *samsārische* Welt zurückzukehren.

„Und wenn das auch nicht geholfen hat“, sagt er und lacht, „dann habe ich mich damit motiviert, dass ich an meine Kindheit und Jugend zurückgedacht habe. Für mich stand irgendwann fest,

dass ich auf keinen Fall noch einmal wiedergeboren werden will. Noch einmal diese Irrungen und Wirrungen und diese Qualen wie in der Schule oder in der Pubertät? Nein danke!“

Sein Lehrmeister tut das Seinige dazu. „Er tauchte immer im richtigen Moment auf“, erinnert sich Martin, „außerdem durchschaute Maha Bua uns alle. Einmal kehrten wir den Hof, als Maha Bua vorbeikam. Er ging zu einem der Mönchsbrüder und sagte: ‚Wenn du fegst, sollst du nur fegen und nicht ein Lied dazu singen.‘ Und es stellte sich heraus, dass dieser Mönch in Gedanken tatsächlich die ganze Zeit ein Lied im Kopf hatte.“

Mit Einsamkeit umzugehen, ist für Westler schwierig

Als seine fünf Lehrjahre als Mönch um sind, geht Martin jedes Jahr für zweieinhalb bis fünf Monate auf Wanderschaft in die benachbarten Provinzen. Den Rest der Zeit verbringt er in der Einsamkeit eines sehr abgelegenen Klosters, anfangs zusammen mit fünf anderen Mönchen, zum Schluss nur noch mit einem anderen Mönch. Während seiner Wanderschaft ist er allein und verbringt seine Zeit in Höhlen, weitab der Dörfer. Der tägliche Almosengang dauert nun eine bis zweieinhalb Stunden.

Gegen Ende dieser „Höhlenzeit“, im Jahr 2009, nimmt er auf ihr Drängen einige erfahrene Praktizierende aus dem Westen mit in die Höhlen. Da die Umstände deutlich unwirtlicher sind als im Waldkloster, beginnen schon nach zwei bis drei Wochen die Schwierigkeiten. Es kommt zu Spannungen. „Die Westler können mit der Einsamkeit in Wäldern und Bergen nicht umgehen“, erklärt Ajahn Martin. „Der Mensch ist ein Herdentier, er braucht normalerweise einen Leithammel und eine Gruppe, zu der er sich zugehörig fühlt. Mit Einsamkeit umzugehen, ist extrem schwierig.“

Ajahn Martin hat es gemeistert, ohne dabei ein unsozialer Typ zu werden. Er strahlt eine herzliche innere Ruhe aus,

zeigt großes Interesse daran, wie es seinen Mitmenschen geht und gibt sein Bestes, um anderen zu helfen, an ihr eigenes Potenzial heranzukommen. Dabei hilft ihm eine Direktheit, die aus dem Herzen kommt und ins Herz des Fragenden trifft.

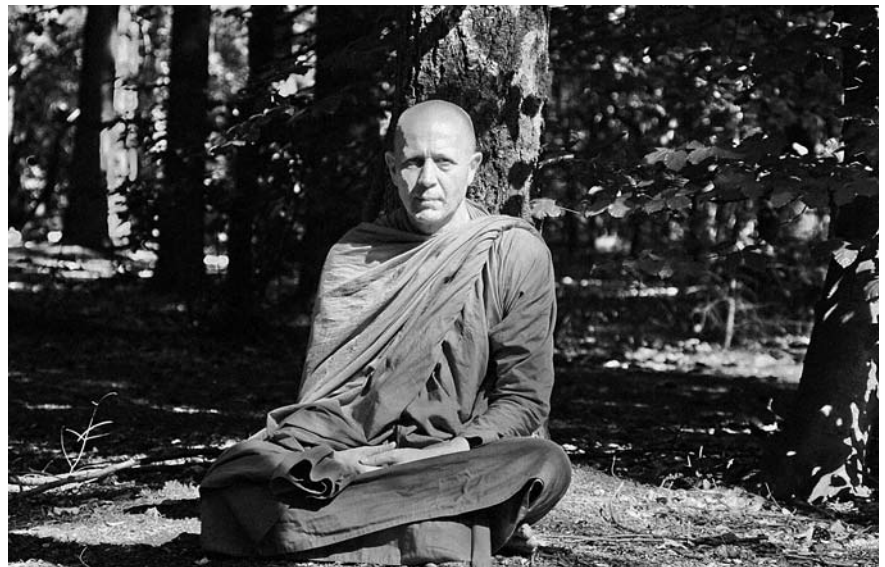
Ajahn Martin kommt ohne Umschweife zum Punkt, ob in seinen Unterweisungen oder in persönlichen Gesprächen. Wenn er merkt, dass jemand kurz davor steht, etwas zu verstehen, hakt er nach. Er findet den wunden Punkt und deutet darauf. Jetzt kann man fühlen, was gemeint ist, und in eine Erfahrung eintauchen.

„Der Buddhismus in Deutschland ist oft zu scholastisch. Es wird geredet und geredet, da ist viel Besserwisseri dabei. Doch darum geht es nicht auf dem Weg, sondern um die eigene Erfahrung.“

Seine Präsenz ist ein ununterbrochenes Anklopfen an die Herzen der an-

deren, und sie fragt: „Bist du schon wach oder schläfst du noch? Darf ich dich – ein bisschen zumindest – aufwecken?“

Auf die Frage, was ihn angetrieben hat, mit solch energischer Zielgerichtetheit seinen Weg in Richtung Nichtwiederkehr zu gehen, antwortet er: „Am Anfang war das Wichtigste, dass ich zuerst dieses Gefühl der Stille erlebt habe und später, am Ende meiner ersten längeren Klausur, dieses unbeschreibliche Gefühl von Freude. Im Vergleich dazu war alles andere schal und öd. Ich hatte etwas gefunden, das schöner war als alle Versprechungen, denen ich sonst hinterhergelaufen war. Später kam dann mein fester Entschluss hinzu sicherzustellen, dass dieses mein letztes Leben ist. Und bei all dem hat mir meine schwäbische Sturheit geholfen“, lacht er und geht auf eine Cola hinaus in den Hof.



MEHR ZU AJAHN MARTIN

- ☛ Der Ehrw. Ajahn Martin gibt vom 22. bis 28. Mai 2012 einen Meditationskurs im Meditationshaus Semkye Ling: Den Weg zum Herzen finden. Mehr Informationen unter: www.tibet.de
- ☛ Lehrreden von Ajahn Martin finden Sie im Internet: <http://www.wat-lao.org/Bibliothek/index-Ajahn%20Martin.html>
- ☛ Die Website des Klosters Baan Taad, in dem er lebt: <http://www.luangta.com/English/Index.html>