



Buddhistische Methoden können den Menschen im Westen großen Nutzen bringen. Aber es gibt auch Probleme beim Zusammentreffen von Ost und West.

Christof Spitz plädiert dafür, den Kern des Buddhismus herauszuschälen und ihn an die westliche Kultur anzupassen.

Buddhismus heute – eine Tradition der Zukunft?

von Christof Spitz

In einer Welt, die mit Gewalt, Armut, Ausbeutung und Umweltzerstörung konfrontiert ist, werden Fragen nach dem Lebensinn drängender. Der Buddhismus erscheint mit seiner Schulung von Mitgefühl und Weisheit als eine Tradition der Zukunft, die den Menschen heute Perspektiven eröffnet. Insbesondere S.H. der 14. Dalai Lama weist immer wieder darauf hin, welche Möglichkeiten der Buddhismus nicht nur für die Entwicklung des Einzelnen, sondern für die Gesellschaft als Ganzes anbietet.

Welchen Nutzen hat der tibetische Buddhismus heute für uns im Westen? Ist er nur eine Modeerscheinung oder besteht nachhaltiges Interesse, vielleicht sogar die Notwendigkeit, ihn im Westen zu verankern? Der tibetische Buddhismus ist eine Tradition auf hohem Niveau, sowohl in der Theorie als auch in der Praxis. Und er ist eine lebendige Tradition, es gibt Studierende, Meditierende und hoch verwirklichte Praktizierende. Der Dalai Lama betrachtet den tibetischen Buddhismus als eine vollständig authentische Tradition, in der es die Kernlehren aus dem Theravāda ebenso gibt wie das Mahāyāna und innerhalb des Mahāyāna die tantrischen Lehren. In dieser Vollständigkeit gibt es das in keiner anderen buddhistischen Tradition der Welt.



Ethik, Meditation und Weisheit für die Menschen heute

Der Nutzen des tibetischen Buddhismus lässt sich anhand der Drei Höheren Schulungen von Ethik, Meditation und Weisheit erklären, den drei Säulen des Buddhismus. Die Ethik besteht im Kern in der Praxis der Gewaltlosigkeit, einer Haltung des Nichtverletzens, die auf der Erkenntnis der Gleichheit aller Lebewesen basiert. Jeder möchte



Shutterstock / M Jürg Hofmann

Glück, keiner will Leiden, und jeder hat das Recht und das Potenzial, dieses Ziel zu erreichen. Daraus ergibt sich die Notwendigkeit, andere zu respektieren und ihnen nicht zu schaden. Wie relevant sind diese Werte in unserer Gesellschaft?

Vermutlich ist unsere Welt deshalb so, wie sie ist, weil es uns an ethischen Werten wie Empathie und Mitgefühl mangelt. Der Einfluss der Religionen ist gering, Elternhaus und Schulen sind überfordert. Dabei ist das Vertrautmachen mit diesen Werten mindestens so wichtig wie bloße Wissensvermittlung. Hier kann der Buddhismus hilfreich sein, vor allem dann, wenn die Methoden ohne religiösen Kontext geübt werden. Achtsamkeit ist heute wohl eine der bekanntesten buddhistischen Übungen, und sie wird mit großem Erfolg im medizinischen und psychologischen Bereich angewendet. Sie ist ein bewährtes Mittel gegen Stress, Entfremdung und Vereinzelung.

Die zweite Säule des Buddhismus, die Meditation, lehrt uns, den Geist zu fokussieren und Zerstreuung entgegenzuwirken. Gerade die verschiedenen Techniken der Atemmeditation werden heute als heilsam empfunden, um den Geist zur Ruhe zu bringen und wieder zu uns selbst zu finden. In der Meditation können wir auch Liebe und Mitgefühl entwickeln und dadurch unsere Beziehungen zu anderen Menschen verbessern. Der Buddhismus bietet konkrete Anleitungen, wie wir sie erlernen und im täglichen Leben anwenden können.

Die dritte Säule des Buddhismus ist Weisheit, die uns hilft, die Wirklichkeit so zu erkennen, wie sie ist. Ein wesentliches Hindernis für Glück ist die Unwissenheit, daher ist es essenziell, die Wirklichkeit zu verstehen. Das Abhängige Entstehen ist eine Grundlehre des Buddhismus. Nichts existiert für sich und aus sich selbst heraus, sondern nur im Zusammenhang mit einer Vielzahl von Ursachen und Umständen. Wer sich mit buddhistischer Philosophie befasst, wird die Vernetztheit der Welt verstehen und eine ganzheitliche Sicht gewinnen.

Betrachten wir die Globalisierung: Oftmals fürchten wir uns vor den neuen Entwicklungen, wir haben das

Gefühl von Entfremdung. Dabei sind wir selbst eingebunden in die Prozesse des Wirtschaftssystems und der Kommunikation, wir sind Teil dieser Vernetztheit. Die Lehre des Buddha vom Abhängigen Entstehen kann uns helfen, uns als Teil des Ganzen zu verstehen. Ob Finanzkrise, Umweltprobleme oder Klimawandel – nichts existiert aus sich heraus oder lässt sich lokal begrenzen. In diesem Bewusstsein werden wir unser Leben entsprechend führen, die Lebensgrundlagen schützen und die Ressourcen schonend nutzen.

Der Buddhismus kann Antworten auf die Krise der Wachstumsgesellschaft geben. Das Ideal der Genügsamkeit beispielsweise und die Verlagerung der Prioritäten von den materiellen Dingen hin zur Erschließung geistiger Reichtümer und Potenziale können sehr heilsam für unsere Gesellschaft sein.

Spirituelle östliche Tradition trifft auf säkularisierte Gesellschaft

Der Wert des Buddhismus auch für den Westen und die moderne Gesellschaft ist unbestritten. Aber natürlich bringt die Einführung dieser 2500 Jahre alten Tradition in den Westen auch Probleme mit sich. Eine alte spirituelle Tradition des Ostens trifft auf eine aufgeklärte, säkularisierte Gesellschaft des Westens mit christlichen Wurzeln. Sind sie miteinander kompatibel?

Die westlichen Gesellschaften haben seit der französischen Revolution tiefgreifende Veränderungen auf geistigem, politischem und kulturellem Gebiet durchlaufen, die uns heute selbstverständlich erscheinen. Autoritäten sind gestürzt worden, die Religion wurde in den privaten Bereich verbannt, die Aufklärung brachte Werte wie Mündigkeit, Chancengleichheit und letztlich auch die Demokratie. Das alte Tibet dagegen war eine Gesellschaft mit ganz anderen Werten und Vorstellungen. Viele unserer Ideale sind den Tibetern eher fremd, obwohl festzuhalten ist, dass in den Vinaya-Regeln für buddhistische Ordinierte demokratisches Denken angelegt ist. Entscheidungen werden gemeinschaftlich getroffen und nicht durch eine herausragende Persönlichkeit. Im tibetischen Mahāyāna-Buddhismus ist es aufgrund der besonderen Rolle des Lamas etwas anders. Überhaupt wird in asiatischen Kulturen mehr in Hierarchien gedacht. Harmonie bedeutet hier, dass jeder seinen Platz in der Hierarchie findet.

Im Westen treffen tibetische Lehrer dann auf eine Gesellschaft, in der Entscheidungen demokratisch gefällt werden. Probleme und Konflikte werden bei uns offen angesprochen, und man versucht, Spannungen aufzulösen und im Konsens zu einer Lösung zu kommen. Das ist für östliche Lehrer meistens eine ungewohnte Erfahrung.



Die Abläufe sind vielfach schwer zu vermitteln, und die Kommunikation ist nicht immer einfach.

Auch das Verhältnis vom Schüler zum Lehrer ist in der Regel nicht frei von Konflikten und Missverständnissen, Westler haben oft Probleme, zu einem entspannten Lehrer-Schüler-Verhältnis zu finden. Die Hingabe zum Meister lässt sich positiv für die spirituelle Praxis nutzen, Westler aber können oft die verschiedenen Ebenen des Verhältnisses nicht differenzieren. So gibt es den Lehrer in seinem ganz normalen Alltagsleben, den Dharmalehrer und, in einer Praxis des fortgeschrittenen Tantra den Lehrer als Erscheinung des Buddhas.

Am Anfang ist es wohl eher so, dass man den Lehrer als jemanden sieht, der Wissen vermittelt. Respekt sollte selbstverständlich sein, aber auch kritisches Hinterfragen. Der Dalai Lama empfiehlt sogar, man solle erst einmal die Texte als Lehrer betrachten und weniger den Menschen, der sie vermittelt. Im Westen aber wird manchmal sehr viel auf die asiatischen Lehrer projiziert, und es kommt leicht zu Spannungen. Die Tibeter schätzen und respektieren auf natürliche Weise ihre Lehrer, allerdings nicht in einer so künstlich devoten Haltung, wie sie Menschen bei uns aus Unsicherheit oft einnehmen.

Ein anderes Problem ist, dass manche spirituelle Lehrer starke Wurzeln in Asien haben, verbunden mit Verpflichtungen, vor allem auch finanzieller Art: Von asiatischen Meistern, die im Westen unterrichten, wird erwartet, dass sie finanziell zum Aufbau ihrer Klöster beitragen. Schwierig wird es, wenn sie dann ihre Rolle als Lehrer nutzen, um Geld für diesen Zweck zu sammeln. Es ist selbst-

„Im Westen wird manchmal viel auf die asiatischen Lehrer projiziert, und es kommt leicht zu Spannungen.“

verständlich, dass westliche Buddhisten auch Verantwortung für die Tibeter in Tibet und im Exil übernehmen und ihnen helfen. Zu diesem Zweck hat das Tibetische Zentrum die Flüchtlingshilfe gegründet. Es sollte aber abgewogen sein, so dass die buddhistischen Zentren nicht ausbluten.

Soziales Engagement ist ein wesentlicher Bestandteil der westlichen Gesellschaft. Es ist für uns kaum denkbar, Mitgefühl zu üben und dabei die Verantwortung für die Gesellschaft auszuklammern. Gäbe es keine Mildtätigkeit, könnten die vielen Hilfsorganisationen für Menschen und Tiere nicht bestehen. In der Tradition des tibetischen Buddhismus hat das gesellschaftliche Engagement traditionell keinen hohen Stellenwert. Man sorgt für seine Familie oder Sippe, aber die Vorstellung von einem Staat, in dem

die Mitglieder Solidarität leben, ist fremd. Gerade im tibetischen Buddhismus geht es um das Streben nach Erleuchtung und Vervollkommnung des Einzelnen durch Studium und Meditation.

„Es ist für uns im Westen kaum denkbar, Mitgefühl zu üben und dabei die Verantwortung für die Gesellschaft auszuklammern.“

Auf der anderen Seite erfahren die Klöster in Asien aufgrund des großen Vertrauens der Laien und der starken Wertschätzung für die Spiritualität so viel Unterstützung, wie wir es uns gar nicht vorstellen können. In den reichen Gesellschaften dagegen kämpfen viele Dharma-Zentren ums Überleben. Zu den strittigen Fragen in diesem Zusammenhang gehört auch, ob wir für Dharma-Seminare Geld verlangen sollten. Wenn in Asien Unterweisungen stattfinden, geschieht das auf Spendenbasis. Die Gebefreudigkeit ist enorm hoch, man erhofft sich dadurch Verdienste für den spirituellen Weg.

Dharma auf Spendenbasis ist unserer Erfahrung nach in der westlichen Welt kaum möglich. Wir haben hierzulande hohe fixe Kosten für Wohnung, Ernährung, medizinische Versorgung und Absicherung für das Alter, und diese sind kaum durch schwankende Spendeneinnahmen zu decken. Die Tradition des Gebens für spirituelle Zwecke ist im Westen wenig ausgeprägt. Wir sind es gewohnt, für „Dienstleistungen“ etwas zu bezahlen und verbinden damit den Wert, den wir der Sache geben. Damit ist die Gefahr der Kommerzialisierung gegeben.

Antworten auf drängende Lebensfragen?

Welche Antworten auf drängende Lebensfragen finden die Menschen im Westen im Buddhismus? Hierzulande leben wir in Familien oder Partnerschaften, das sind wichtige Lebensentwürfe. Die klassischen buddhistischen Lebensanweisungen stammen vorrangig aus einer monastischen Kultur. Probleme, die eine Partnerschaft oder eine



Familie mit sich bringen, sind hier kein Thema. Wenn sie thematisiert werden, dann ist es eher negativ besetzt. Partnerschaft beruht danach auf Begierde und ist samsarischer Natur.

Auch das Bild der westlichen Frau als gleichberechtigte Partnerin, Kollegin, Freundin sowie die im Grundgesetz verankerte Gleichberechtigung von Mann und Frau ist den patriarchisch ausgerichteten Kulturen des Ostens zuerst einmal fremd. Interessant ist, dass die überwiegende Zahl derjenigen, die an buddhistischen Seminaren teilnehmen, weiblich ist. Die Lehrer, besonders die asiatischen, sind fast ausschließlich Männer.

Die Gleichstellung der Frauen im Buddhismus, besonders auch der Nonnen, die Wiedereinführung der Bhikṣuṇī-Ordination in der tibetischen Tradition – das alles sind Ziele, an deren Verwirklichung engagierte westliche Frauen lange schon beharrlich arbeiten. Aus der tibetischen Tradition kommen indes nach wie vor starke Vorbehalte, sogar von Seiten der Frauen und Nonnen selbst. Doch wenn der tibetische Buddhismus im Westen dauerhaft seinen Platz finden will, wird er sich auf die Bedürfnisse und Werte des Westens einstellen müssen. Der Buddhismus hat immer schon die Färbung der jeweiligen Kultur angenommen, in die er sich überliefert hat.

Der Buddhismus wurde in Asien hauptsächlich in Klöstern überliefert; im Westen ist er vor allem unter Laien verbreitet. Er trifft damit auf total andere gesellschaftliche Strukturen. Klosterprojekte im Westen sind fast ausnahmslos gescheitert. Viele Westler sind nicht bereit oder fähig, auf Dauer ein klösterliches Leben zu führen und legen nach einiger Zeit ihre Robe wieder ab. Um dem Buddhismus im Westen eine Zukunft zu geben, braucht es als erstes eine Vision und dann die Tatkraft, sie umzusetzen. Wichtig ist, den Kern des Buddhismus herauszuschälen und ihn ohne Verfälschung an die hiesigen Gegebenheiten und an die westliche Kultur anzupassen. Voraussetzung dafür ist, dass es Menschen gibt, die eine

hervorragende Ausbildung durch Studium und durch Praxis des Buddhismus erfahren haben.

Akademisches Wissen allein reicht nicht aus, um den Buddhismus zu vermitteln. Wir müssen darauf achten, dass westliche Menschen in der Lage sind, den Dharma möglichst vollständig kennen zu lernen und nicht bedarfsorientiert einzelne Punkte herausgreifen. Obwohl auch das im Einzelfall durchaus nützlich ist, wie man an bestimmten im Westen adaptierten Formen der Achtsamkeits- oder Mettā-Meditation sieht. Aber die Gefahr besteht, dass der Buddhismus in seiner tieferen Bedeutung nicht mehr überliefert oder verstanden wird. Dazu brauchen wir die asiatischen Lehrer, die uns ihre Tradition vermitteln. Durch sie können wir den authentischen Geschmack des Dharma kennen lernen und dann in unsere Lebenssituation übersetzen. Diesen Weg müssen wir selbst gehen.

Es ist an uns, Verantwortung für den Dharma zu übernehmen, wir können es nicht den tibetischen und asiati-

„Hierzulande leben wir in Familien oder Partnerschaften, die klassischen buddhistischen Lebensanweisungen stammen vorrangig aus einer monastischen Kultur.“

schen Lehrern überlassen, den Buddhismus in einer für uns angemessenen Form zu lehren. Das ist ein langer Prozess, und er erfordert einen respektvollen, achtsamen Dialog beider Seiten. Stellen wir uns dieser Verantwortung, dann wird der Buddhismus eine Chance haben, seine tief innewohnende Weisheit auch im Westen zu offenbaren. So könnte sich das Potenzial dieser einzigartigen Geistesschulungstradition zum Wohle der Gesellschaft und auch nachfolgender Generationen entfalten. ▀



Christof Spitz, geboren 1955, ist Buddhismus-Lehrer und Tibetisch-Dolmetscher, u.a. für S.H. den Dalai Lama. Er kam 1980 ins Tibetische Zentrum, lebte hier 13 Jahre als Mönch und gestaltete das Systematische Studium des Buddhismus wesentlich mit. Heute ist er neben seinen Tätigkeiten als Seminarleiter und Übersetzer auch Geschäftsführer des Tibetischen Zentrums. Das Bild zeigt ihn 2007 in Hamburg mit dem Dalai Lama.