

# BODHI BAUM

ZEITSCHRIFT FÜR BUDDHISMUS UND MEDITATIVES LEBEN

INHALT

7. JAHRGANG NUMMER 4/82

Mirko Frýba  
*WEGE UND IRRWEGE  
BEI DER VERBREITUNG  
DES DHAMMA IM WESTEN*

**REDAKTION**

Friedrich Fenzl  
Dr. Paul Köppler  
Dr. Jesse Lyon  
Franz Ritter  
Mag. Ingrid Schreiber  
Erich Skrleta

**REDAKTIONSBEIRAT**

Ing. Heinrich Chowanetz  
Dr. Walter Karwath  
Rev. Genro Koudela  
Prof. Dr. Ernst Schönwiese  
Alle Ginselberg 12,  
A-3272 Scheibbs-Neustift,  
Tel. 0 74 82/24 12

**VERTRIEB &**

**ANZEIGENKONTAKT**

Octopusverlag Erich Skrleta  
Fleischmarkt 16,  
A-1010 Wien, Tel. 0 22 2/52 71 46

Mirko Frýba

## WEGE UND IRRWEGE BEI DER VERBREITUNG DES DHAMMA IM WESTEN

**Aus dem Englischen (Dhammaduta in the West and its hindrances, Buddhist Quarterly 1981) übersetzt von Matthias Barth. Dr. Frýba ist Präsident der Schweizerischen Buddhistischen Union. Er hat 1968 in Indien das Mönchsgewand abgelegt, seitdem lebt er in Bern, wo er als Meditationslehrer und Ausbilder von Psychotherapeuten wirkt.**

### Historischer Hintergrund

Durch erstmalige zuverlässige Übersetzungen buddhistischer Schriften in westliche Sprachen, haben westliche Gelehrte gegen Ende des letzten Jahrhunderts wirklichkeitsgetreue Information über die Lehre Buddhas nach Europa und Amerika gebracht. Das theoretische Interesse am Buddhismus wuchs. Es kam dazu, daß Menschen aus dem Westen nach Asien reisten, um sich dort in dem Dhamma auch praktisch unterweisen zu lassen. Eine fruchtbare Zusammenarbeit zwischen inspirierten westlichen und östlichen Exponenten des Dhamma begann sich zu entwickeln.

Die konkrete Dhammaduta-Arbeit, welche hauptsächlich von Anagarika Dharmapala aus Sri Lanka und seinen westlichen Freunden begonnen wurde, ist in kontinuierlichem Bemühen von Mönchen, die in den Westen kamen, weitergeführt worden. Sie ermöglichten es uns, die buddhistische Lebensart in einigen im Westen geschaffenen Viharas direkter kennenzulernen. Gleich-

zeitig begaben sich einige außergewöhnliche Persönlichkeiten aus dem Westen (Ananda Metteya, Nyanatiloka, Schwester Upalavanna, Nyanaponika, Paul Dahlke, Lama Govinda, Alexandra David-Neel – um nur einige dieser wohlbekannten Pioniere zu nennen) in buddhistische Länder, um sich dort in umfassender Weise der Ausübung des Dhamma zuzuwenden. Ew. Nyanatiloka, welcher 1903 in Burma ordiniert wurde, gründete in Dondaduwa auf Sri Lanka das erste Trainingszentrum für westliche Mönche. Sein Schüler Ew. Nyanaponika schuf dann 1958 die Buddhist Publication Society, welche seither Englischlesenden eine zuverlässige Führung in Studium und Praxis des Dhamma vermittelt.

Eine neue Phase dieser Entwicklung ergab sich aus kulturellen und politischen Geschehnissen während der letzten zwanzig Jahre. Die herkömmlichen Werte der westlichen Zivilisation wurden in dieser Zeit vor allem von Intellektuellen und Jugendlichen in Frage gestellt. Eine Kulturkrise und Ausweglosigkeit unserer westlichen Lebensweise wurde allgemein sichtbar. Einige führende westliche Psychologen und Philosophen, wie Erich Fromm und Ronald Laing, wiesen auf die Möglichkeit hin, eine Lösung in den Methoden des Zen und der Satipatthana-Vipassana zu finden. Paradoxerweise erwies sich die zwangsmäßige Emigration der tibetanischen Lehrer als sehr wertvoll für Suchende aus dem Westen. Auch der rasch wachsende wirtschaftliche Austausch

zwischen Japan und westlichen Ländern, welcher von einem kulturellen Austausch begleitet war, half bei der Verbreitung des Buddhismus mit. So kamen die buddhistischen Lehren aus verschiedenen asiatischen Ländern in den Westen, und es ergab sich eine wohlwollende und im allgemeinen befriedigende Zusammenarbeit zwischen den Vertretern der verschiedenen Traditionen und Interpretationen.

### Gegenwärtige Situation

In den Siebziger Jahren hat das Interesse an buddhistischer Meditation stark zugenommen und eine große Anzahl von Lehrern wurde nötig. Dies führte dazu, daß heute zahlreiche Lehrer aus Burma, Japan, Laos, Sri Lanka, Thailand, Tibet und Indien regelmäßig in den Westen kommen oder gänzlich hier leben. Auch gibt es mehr und mehr westliche Meditationslehrer, welche in buddhistischen Ländern praktisch und theoretisch geschult worden sind.

Elemente buddhistischer Meditation finden auch immer häufiger in der westlichen Psychotherapie, Atem-Therapie, Psychohygiene und anderen Heilverfahren Anwendung. Diese Applikationen sind üblicherweise losgelöst vom theoretischen buddhistischen Hintergrund, und solange sie nicht als Buddhismus angeboten werden, besteht kein Grund, sich um falsche Vermittlung von Dhamma zu sorgen. Nichtsdestoweniger scheint es, daß im Zusammenhang mit der neuen Situation in buddhistischen Kreisen einige kleinere

Probleme aufgetaucht sind. Diese sollten aufmerksam ins Auge gefaßt werden, damit sie sich nicht zu ernsthaften Schwierigkeiten ausweiten. Die Wurzel dieser Probleme liegt in den üblichen Unzulänglichkeiten des menschlichen Geistes; ihre Beschreibung und der Weg zu ihrer Beseitigung sind in Tipitaka und den Kommentaren zu finden. Allerdings dürften darunter einige erwähnenswerte spezifisch westliche Aspekte zu finden sein.

Es ist die Absicht dieses Artikels, einige dieser Probleme, welche zu Hemmnissen in der Verbreitung des Dhamma im Westen werden könnten, hervorzuheben. Daneben wird versucht, ihre Ursachen und Gründe etwas zu beleuchten, um damit Anregung für ihre Beseitigung zu geben. Die folgenden vier Hemmnisse, welche da und dort unter westlichen Buddhisten bereits aufgetreten sind, sollten Vermittlern des Dhamma bekannt und durchsichtig sein:

1. Suchen und Anbieten meditativ Erfahrung ohne Verständnis des theoretischen Hintergrundes und ohne klares Wissen über Methode und Zweck.
  2. Tendenzen zum Persönlichkeitskult und Anhängen an äußeren Autoritäten.
  3. Ausschließlichkeit und Beschränkung auf einzelne spezifische Methoden und Herabsetzung anderer.
  4. Sektierertum und mangelnde Zusammenarbeit, oder gar Verhinderung der Arbeit anderer.
- Diese Hemmnisse sind keineswegs bloß unter westlichen Schülern und Lehrern anzutreffen. Wo und wie auch immer sie auftreten – sie sind dem wahren Buddhismus in all seinen Schulen und Variationen fremd. Ihre Beseitigung ist eine notwendige Voraussetzung für den Fortschritt der buddhistischen Bewegung als Ganzes, wie auch für das spirituelle Wachstum des betroffenen Einzelnen. Wir wollen sie im folgenden anhand einiger negativer und positiver Beispiele genauer betrachten.

### **Suchen und Anbieten meditativ Erfahrung ohne klares Verständnis**

Das Interesse an Meditation wächst – manchmal jedoch aufgrund sehr oberflächlicher Motivation: einem dem Durst nach Exotischem und Außergewöhnlichem. Es macht heute einen guten Eindruck, über parapsychische Erlebnisse und aufregende Erfahrungen beim Ausüben seltener Praktiken in fremden Ländern berichten zu können, da diese Dinge in unserer modernen „liberalen“ Gesellschaft keinem Tabu mehr unterliegen. Meditationserfahrungen sind für einige ebenso zum Konsumgut geworden, wie die Industrieprodukte: je mehr desto besser. Ob die Erfahrungen sinnvoll und befreiend sind, spielt dabei keine Rolle. Einige sogenannte „alte Meditationsschüler“ gehen von einem Retreat zum nächsten, bloß um damit ihre größere Erfahrung zu zeigen, was ihr Ego und ihren Dünkel stetig stärkt. Ihr Alltagsleben zwischen den Retreats wird dann umso mehr von manipulativen Tricks, dummer Konkurrenz und gieriger Streberei bestimmt. Da dieser Gefahr in Asien seltener begegnet wird, vermögen selbst einige sonst fähige östliche Meditationslehrer diese Vorgänge nicht klar zu erkennen. (Während in asiatischen Kulturen ein Wissen um inneres Erleben im sprachlichen Lernen, wie auch im traditionellen Sozialisationsprozeß jedem Individuum vermittelt wird, ist im Westen, wo logisches Ordnen und Anhäufen rein verbaler Information hoch gepriesen wird, die Erziehung relativ arm an erlebnismäßiger Förderung – ausgenommen dort, wo westliche Religiosität in ihrem Besten noch immer lebendig ist.) Im Versuch, etwas zu erreichen, mag einer leicht wie jener reiche Mann werden, der in der biblischen Parabel vom Kamel und dem Nadelöhr beschrieben wird. Diese gewinnsuchende Religiosität, die auch im Boom psychologischer und spiritueller Techniken mitschwingt

und die in Anlehnung an ein effektives Bedürfnis kommerziell ausgenutzt wird, nennt der tibetanische Lehrer Tshögyam Trungpa sehr treffend „Spirituellen Materialismus“.

Wem daran liegt, wahren Dhamma, welcher zu einer menschlicheren Lebensweise und zur endgültigen Befreiung von Leiden führt, zu vermitteln, sollte nicht bloß Meditationstechniken anbieten, sondern auch das diesen zugrundeliegende theoretische Wissen. Rein intellektuelles Studium der Schriften oder ein ehrerbietiges Gespräch über des Lehrers Lehrer genügen hierzu nicht, obwohl beide eine nützliche Funktion haben können. Das vermittelte Wissen muß umfassend genug sein, um sowohl für Erfahrungen in der Meditation wie auch im Alltagsleben Relevanz zu haben. Es soll – in einer dem westlichen Meditierenden verständlichen Sprache – alle Aspekte des **Edlen achtfachen Pfades** beinhalten. Meditationskurse sollten durch Seminare über die theoretischen Aspekte des Dhamma ausgewogen und ergänzt werden, damit die Theorie eine klare kognitive Landkarte für die Reise der Praxis gibt. Weder das Extrem des reinen Intellektualismus, noch das des blinden Anti-Intellektualismus haben auf dem Mittleren Pfade Platz. Die Methoden der wahren Dhamma-Lehrer zeichnen sich stets durch eine umfassende Ausgewogenheit zwischen Theorie und Praxis aus. Gute Lehrer sind darauf bedacht, jede Stufe des Trainings mit solcher Balance zu durchdringen. Die Satipatthana-Vipassana-Methode von Ew. Mahasi Sayado, welche sowohl im Osten wie auch im Westen eine der verbreitetsten ist, bietet dafür ein Beispiel. Eines der grundlegenden Prinzipien dieser Methode ist das ‚innere Benennen‘ jeder einzelnen Erfahrung. Dieses ‚Notieren‘ oder ‚Aufmerken‘ garantiert, daß die Meditation nicht zu einem bloßen unreflektierten Erleben degeneriert. Die Vorträge und Schriften von Ma-

hasi Sayado geben klar umrissene kognitive Karten, welche dem Meditierenden ermöglichen, seine Erfahrung und seinen Fortschritt im Kontext des Dhamma zu lokalisieren. Eine weitere sehr hilfreiche kognitive Landkarte ist das Buch „Geiststraining durch Achtsamkeit“ von Ew. Nyanaponika, welcher sowohl den östlichen wie auch den westlichen Geist gründlich kennt.

### **Persönlichkeitskult und unheilbares Anhängen an äußeren Autoritäten**

Buddha gab durch umfassendes Vorleben seiner Lehre andern die Möglichkeit, seinem Beispiel zu folgen. Er zeigte den Weg, sich von jeglicher Abhängigkeit und süchtiger Ergebenheit – letztlich sogar dem Angehängensein an der Befreiungslehre selbst – zu befreien. Seiner Methode zu folgen heißt, volle Verantwortung für die eigenen Entscheidungen und Taten zu übernehmen. Ein echter Buddhist verwirklicht die von Buddha gelehrteten Ideale in seinem eigenen Leben und versucht nicht, diese bloß auf irgend einen Gott oder Guru zu projizieren. In der Mahatanhasankhaya Sutta gibt Buddha gar die Weisung, sich auch auf ihn nicht zu stützen, sondern einzig und allein auf die eigene Erfahrung des Dhamma. Leider gibt es solche, die nicht gewillt sind, in dieser Weise Verantwortung für ihre Entscheidungen und Taten zu übernehmen; sie hängen sich dann an einen Lehrer, der für sie entscheidet. Solch eine Haltung ist meist das Ergebnis pathologischer Erfahrungen in der Kindheit – vielleicht der Vormundschaft durch einen autoritären Vater oder des Verschlungenwerdens durch eine überpossessive Mutter. Die psychologische Entwicklung solcher Menschen ist verzögert und sie halten an infantilen Verhaltensgewohnheiten fest. Es ist sehr schlimm, wenn ein Lehrer solch pathologischen Bedürfnissen entspricht und sie gar noch nährt, indem er erlaubt, daß um ihn ein Persönlichkeitskult ent-

wickelt wird. In solchen Fällen hört Meditation auf, ein emanzipatorisches Training zu sein, und wird mehr und mehr zu einem Ritual, welches vor allem der Anbetung der Lehrerpersönlichkeit zuträglich ist. Wo immer eine Schule die persönliche Tradition eines Gurus lehrt, kann dieser Mechanismus beobachtet werden. Es kann sogar vorkommen, daß Buddha einem solchen Guru untergeordnet wird. Es ist bezeichnend, daß im Pali das Wort „Guru“ nicht gefunden werden kann; der Lehrer wird als „Kalyana Mitta“ – „guter Freund“ – bezeichnet. Die Anbetung eines Gurus führt zu einer symbiotischen Beziehung zwischen inkompletten Persönlichkeiten. Die hieraus entstehende Abhängigkeit zwischen Lehrer und Schüler schafft unvermeidlich gesteigertes Leiden. Außerdem ist Persönlichkeitskult dazu angetan, Intoleranz aufzubringen, blindes Vertrauen zu nähren und die eigene Realitätswahrnehmung auszuschalten. All dies führt rasch zu Sektierertum.

### **Ausschließlichkeit und Beschränkung auf eine einzige Methode**

Ein unsicherer Meditierender mag die von ihm praktizierte Methode als „besser“ deklarieren und Alternativen nicht zulassen. In einigen Meditationsschulen raten die Lehrer den Schülern davon ab, andere Techniken auszuprobieren und beharren lediglich an der ihnen bekannten. Wer die Gründe und Zusammenhänge dieser Beschränkung nicht versteht, kann leicht irreführt werden. Es gibt gute Gründe dafür, bei der einmal gewählten und vom Lehrer instruierten Technik zu bleiben und diese zumindest für die Dauer eines Kurses nicht zu wechseln. Erweist sich der Fortschritt mit dieser Methode als befriedigend, so gibt es keinen Grund, auf eine andere umzusteigen – immer vorausgesetzt, daß die Methode dem letzten Ziel buddhistischer Praxis gerecht wird. Dennoch sollten weder Schüler noch Lehrer eine

monopolistische Haltung einnehmen. Die verschiedenen Methoden mögen nicht bloß als akzeptabel, sondern vielmehr als für unterschiedliche Charaktertypen spezifisch geeignet betrachtet werden. Aus den Sutten geht deutlich hervor, daß Buddha selber eine große Anzahl von Wegen darlegte und die Methoden stets den jeweiligen Bedürfnissen anpaßte.

Welche der Methoden auch immer gewählt wird, es entspricht nicht dem Geist des umfassenden Achtfachen Pfades, die Praxis lediglich auf Kurse oder tägliche „sittings“ zu beschränken. Vielmehr sollte die Anstrengung unternommen werden, das tägliche Leben so weit als möglich mit dem Geist der Übung zu durchdringen. Jede der Übung gewidmete Minute bringt Gewinn.

### **Sektierertum**

Wer einer der drei oben beschriebenen Fehlhaltungen zum Opfer fällt, kann für ein rigides und engstirniges Sektierertum Raum schaffen – mit all seinen Begleiterscheinungen, wie Intoleranz, Aggression, Selbstgefälligkeit und Dünkel. Sektierertum führt vom Geist des Dhamma weg, wo immer es entsteht. Hier im Westen, wo die buddhistische Gemeinde noch so jung ist, ist sein Gift besonders gefährlich. Ob zwischen verschiedenen Traditionen oder gar innerhalb derselben Tradition, Sektierertum ist ein klägliches Phänomen. Wo es besteht, muß ihm mit wahrem Dhamma-Geist begegnet werden: nicht mit haßerfüllter Abwehr, sondern mit Achtsamkeit und Mitleid, jenen Kräften, die dem Edlen Achtfachen Pfad zugrunde liegen.

Wir können uns glücklich schätzen, daß so viele kompetente Dhamma-Lehrer – einige davon wurden oben erwähnt – uns gegenwärtig hier im Westen besuchen. Diese wahren Lehrer sind tolerant, sie tragen den Bedürfnissen jedes einzelnen Schülers Rechnung und verhelfen so zu Reife und Befreiung. Mögen alle Wesen glücklich sein!