

Rabeya Müller | Werner Heidenreich

Achtsames zuhören, Gemeinsames finden

Muslimisch-buddhistischer Coffeetalk

Eine Muslimin und ein Buddhist aus Köln engagieren sich aktiv für ein friedliches Leben in der Stadt und arbeiten unter anderem im Rat der Religionen miteinander. Für INTA hat Rabeya Müller den buddhistischen Religionslehrer Werner Heidenreich aus ihrer muslimischen Perspektive befragt. In ihrem Gespräch beim Kaffee werden unterschiedliche Perspektiven zwischen muslimischen und buddhistischen Vorstellungen, aber auch wechselseitige Anknüpfungspunkte, sichtbar.

Hier bieten wir den Austausch ungekürzt, die für den Druck bearbeitete und gekürzte Fassung ist in INTA 8 (2015) „hören und reden“, S. 6-9 nachzulesen.

Rabeya Müller: Viele Menschen haben nur eine unklare Vorstellung von der buddhistischen Lehre. Ist der Buddhismus wirklich eine Religion ohne Gott bzw. würdest du den Buddhismus überhaupt als Religion bezeichnen?

Werner Heidenreich: Der Buddhismus enthält eine ausgereifte Philosophie und eine ebenso umfassende Psychologie. Zugleich hat er auch sehr viele religiöse Aspekte, die sich in den 2.500 Jahren seiner Geschichte soweit fortentwickelten, dass wir heute den Buddhismus als eine Religion bezeichnen können. Aber der Buddhismus schließt ausdrücklich die Idee eines Schöpfers aus, da es sonst eine Dualität zwischen Schöpfer und Schöpfung geben würde.

Die meisten Muslime irritiert das. Wie kann es eine Religion geben ohne einen Glauben an eine Schöpfungskraft? Das ist für den Islam grundlegend.

Gäbe es einen Schöpfer der Welt, dürfte der logischerweise nicht den „universellen Daseinsmerkmalen“ unterliegen, zu denen Bedingtheit, Wandel und Vergänglichkeit aller Phänomene gehören. Etwas Unbedingtes schließt der Buddha aus, ein von den Gesetzen der Welt getrenntes bzw. unabhängiges Wesen kann es nach der Lehre des Buddhismus nicht geben. Andererseits wurden aber viele Gottheiten und Geister, meist aus dem Hinduismus kommend, in leicht abgewandelter Form in das buddhistische Pantheon aufgenommen. Für die Gött_innen gilt aber nach buddhistischem Verständnis, dass auch sie den Daseinsmerkmalen unterliegen, wenn diese auch wesentlich langsamer und weniger dramatisch als bei den Menschen wirken.

Es gibt also auch hier mehr zwischen Himmel und Erde als was unsere Schulweisheit sich träumen lässt.

Was würdest du als die wichtigste Botschaft des Buddhismus bezeichnen?

Ganz generell werden die „Vier Edlen Wahrheiten“ als Kern der buddhistischen Lehre bezeichnet. Sie lehrte der Buddha in seiner ersten Lehrrede und alles weitere, was er predigte, ist rückführbar auf diese vier Wahrheiten.

Die erste Wahrheit ist die Wahrheit von der Unvollkommenheit aller Phänomene (Pali: dukkha), da sie alle den Daseinsmerkmalen unterliegen: Sie sind unbeständig, unterliegen also einem fortwährenden Wandel, können demnach selbst wenn sie einen Zustand der Vollkommenheit erreichen würden, diesen nicht halten.

Zweitens sind alle Phänomene vergänglich, das ganze Universum unterliegt einem ständigen Prozess des Werdens und Vergehens und drittens gibt es kein unbedingtes, von anderen Faktoren unabhängiges Phänomen. Alles hängt zusammen und bedingt sich gegenseitig. Der berühmte buddhistische Schlüsselsatz lautet dazu: „Dieses ist, weil jenes ist.“

Diese drei Merkmale erklären, dass alles in der Welt von Unvollkommenheit gekennzeichnet ist. Das entsprechende Paliwort „dukkha“ wird meist mit dem Wort Leiden übersetzt, was aber meiner Auffassung nach zu dramatisch klingt und nicht der eher neutralen Beschreibung der Wirklichkeit entspricht.

In der zweiten Edlen Wahrheit geht es um das Leiden. Sie erklärt, warum wir an der Unvollkommenheit unserer Existenz leiden. Wir leiden, weil wir nach Vollkommenheit streben, nicht vergehen wollen und gern von vielen uns bedingenden Faktoren, wie z. B. unseren körperlichen Bedürfnissen und Bedingungen, frei und unabhängig sein würden. Der Buddha sprach von „tanha“ (Pali), dem uns inhärenten Lebensdurst oder auch als Greifen nach Existenz verstanden, das uns an den Bedingungen unseres Lebens leiden lässt.

Die dritte Edle Wahrheit ist, wie es mein Lehrer gern auszudrücken pflegt, die „frohe Botschaft“ des Buddhismus, denn sie besagt, dass es trotz des grundlegenden existenziellen Konflikt zwischen unserem menschlichen Streben und den kosmischen unabänderlichen Bedingungen unseres Lebens einen Ausweg aus dem Leiden daran gibt.

Der Ausweg ist die vierte Edle Wahrheit, der „Edle Achtfache Pfad“. Dieser ist ein konkreter Praxisweg für Buddhisten, der zum Erwachen und Nirwana (dem Erlöschen des Greifens) führt. Dieser Weg wird in drei Gruppen zusammengefasst. Erstens die Weisheit, die uns ermöglicht, das wahre Wesen unserer Existenz zu erkennen. Gemeint sind die bereits genannten drei Daseinsmerkmale, die auch zusammengefasst als Leerheit von einer beständigen und unbedingten Entität bezeichnet werden können. Die zweite Gruppe stellt die buddhistische Ethik dar, zu dem weises Verhalten gehört, in dem wir nicht töten, stehlen, lügen, usw. Ziel ist ein Leben zu führen, das uns selbst, unseren Mitmenschen und unserer Umwelt nicht schadet. Die dritte Gruppe des Achtfachen Pfads ist der Weg der Geisteszähmung: durch regelmäßige und ausdauernde Meditation und permanente Achtsamkeit den Geist beruhigen, seine Muster und Strukturen durchschauen und durch das bewusste Führen der Gedanken und Emotionen zu einem heilsamen Bewusstsein zu kommen.

Das klingt wie ein fortdauernder Jihadu-nafs, also eine Anstrengung in Bezug auf die eigene Person und Persönlichkeitsentwicklung.-Ich finde, dass dies einem sehr viel abverlangt. Hierfür meinen absoluten Respekt. Im Islam geht es ja auch darum, eigene Unzulänglichkeiten zu erkennen, aber eben auch zu akzeptieren. Es erscheint einem geradezu bequem, sich dann in die Hand einer Schöpferkraft zu begeben, die/der einen (hoffentlich) auffängt.

Gibt es Texte, auf die sich Buddhisten beziehen und in welcher Sprache werden sie hier in Deutschland gelesen?

Es gibt eine gigantische Sammlung von Texten im Buddhismus, die zigtausende von Geschichten und Erläuterungen enthalten. Die älteste Sammlung der Schriften bildet der sogenannte „Tripitaka“ (Pali: Drei Körbe), die in drei thematisch unterschiedlich Körben zusammengefasst wurden. Der erste Korb „Patimokkha“ (Pali = Buch der Ordensregeln) enthält die Geschichte der Mönche und Nonnen zur Zeit Buddhas und die vielen Regeln, die Mönche und Nonnen einzuhalten haben. Es gibt darin 227 Gebote für Mönche und 311 für Nonnen!

Aha, also mehr Gebote für Frauen!

Im zweiten Korb befindet sich die umfangreiche Sammlung der „Suttas“ (Pali: Kette, Faden). Die Suttas (Sanskrit: Sutren) haben wohl die größte Nähe vom Stil her zur Bibel oder Koran. Sie enthalten die vielen Lehrreden des Buddha, die er in seiner fünfundvierzigjährigen Wanderschaft lehrte. Entsprechend umfangreich ist dieser Korb.

Weil es so viele Reden gab und diese inhaltlich unstrukturiert gesammelt waren, werden im dritten Korb, dem „Abidhamma“ (Pali: Hohe oder Edle Unterweisungen), Erläuterungen und ausführliche Abhandlungen über die Lehre des Buddha gesammelt. Oft werden sie als die buddhistische Psychologie bezeichnet. Die Bücher in diesem Korb sind sehr wissenschaftlich aufgebaut und enthalten zahllose Aufzählungen und sehr tiefgehende Ausführungen zu allen Arten von Geistesregungen und Bewusstseinsformen. Einige der Bücher dieser Sammlung sind sehr schwer zu lesen.

Die Urtexte sind in Pali geschrieben, danach wurden sie in Sanskrit übersetzt und danach ins Chinesische und Tibetische. Es gibt Differenzen zwischen den Übersetzungen, doch generell ist in allen drei Textquellen eine grundlegende Übereinstimmung in der Lehre des Buddha zu finden.

Es gibt zwei große Richtungen im Buddhismus: Der Tripitaka ist mit einigen wenigen weiteren kanonischen Büchern die Grundlage des *Theravada-Buddhismus*, der heute in Myamar, Sri Lanka, Thailand, Kambodscha und Laos praktiziert wird

Es kommt im späteren *Mahayana-Buddhismus* eine weitere große Sammlung von Texten hinzu, die eine zusätzliche Grundlage für diese neuere Tradition des Buddhismus darstellt. Viele Schulen des Mahayana-Buddhismus konzentrieren sich in ihrer Lehre nur auf ein Sutra aus dieser Sammlung, wie z. B. Soka Gakkei, die als Kern ihrer Praxis nur das berühmte „Lotussutra“ nutzen.

Der Aufbau und Inhalt dieser Texte unterscheiden sich stark von denen der Tripitaka-Texte. Sie sind im Kern sehr viel philosophischer, setzen andere Schwerpunkte, wie z. B. den Aspekt der Leerheit und stellen den Buddha sehr viel mehr als ein transzendentes Wesen dar, das dem ganzen Universum lehrt. Der Mahayana-Buddhismus wird heute in Tibet, China, Japan, Korea, Nepal, Mongolei und Taiwan praktiziert.

Die Texte der ersten beiden Körbe des Tripitaka sind komplett ins Deutsche übersetzt ebenso sind auch die meisten der Mahayana-Suttas übersetzt und können als Bücher erworben werden oder direkt im Internet kostenlos gelesen werden. Zur buddhistischen Praxis auch hier in Deutschland gehört natürlich auch das Studium dieser Quellen. Bestimmte Sutren werden täglich rezitiert.

Auch im Islam werden Verse des Koran täglich rezitiert. Das tägliche, fünfmalige Gebet wird in Arabisch rezitiert, aber es ist schon wichtig zu wissen, was dies in der jeweiligen Muttersprache bedeutet. Dieses Gebet richtet sich natürlich an Gott, während das Sich-Beschäftigen mit dem Text nicht zu diesem Ritual gehört. Viele Hinweise ergeben sich für Musliminnen und Muslime ja dann aus der sog. Sunna (Lebensweise) des Propheten Muhammad, die meist niedergelegt sind in den sog. Hadithsammlungen. Allerdings gibt es darum immer wieder Diskussionen, so z.B. welches Hadith als authentisch gilt, also ein starkes Hadith ist. Wichtig ist jedoch, dass ein Hadith niemals dem Koran widersprechen darf, also wir haben in dieser Beziehung eine klare Hierarchie.

Aber, wie vorhin schon erwähnt, hast du davon gesprochen, dass es für Mönche und Nonnen eine unterschiedliche Anzahl an Geboten gibt. Wie sieht es denn generell mit dem Geschlechterverhältnis im Buddhismus aus?

In der buddhistischen Hierarchie stehen in fast allen Traditionen die Frauen den Männern nach. Es gibt in den letzten Jahren sehr konkrete Bemühungen, die Stellung der Frauen und speziell der Nonnen den Mönchen anzugleichen. Dies stößt immer wieder auf teils heftigen Widerstand sowohl von Mönchen als

auch von Laien. Die Laien in manchen Ländern, wie z. B. Myamar oder Sri Lanka, bevorzugen bei ihren Gaben und ihrer Anerkennung noch immer stark die Mönche. In manchen buddhistischen Traditionen wird auch heute noch davon ausgegangen, dass der Mann eine bessere Wiedergeburt darstellt als die Frau, und dass diese sich zu bemühen habe, im nächsten Leben als Mann wiedergeboren zu werden. Im Westen gibt es eine starke Frauenbewegung im Buddhismus. Mittlerweile lehren viele Frauen und erlangten eine hohe Stellung innerhalb der buddhistischen Hierarchie.

Es scheint doch eine grundsätzliche Problematik in dieser Geschlechterdifferenz zu liegen, die Frauen über Religionen hinweg vielleicht auch ‚verbindet‘. In unseren Regionen gibt es allerdings ganz unterschiedliche Sichtweisen auf Islam und Buddhismus.

Empfindest du die Reaktionen auf den Buddhismus in Europa manchmal auch als positive Diskriminierung?

Der Buddhismus hat viel Zulauf im Westen während der Hippie-Zeit gehabt und wurde dadurch konservativen Kreisen suspekt. Vor ca. 20 Jahren musste ich noch häufig bei öffentlichen Vorträgen auf die Frage eingehen, ob der Buddhismus eine Sekte sei. In den letzten Jahren, besonders durch das Wirken des mit dem Friedensnobelpreis ausgezeichneten Dalai Lama, der als Sprecher der Buddhisten weltweit wahrgenommen wird, wurde Buddhismus als Religion des Friedens und des Mitgefühls wahrgenommen. Insofern wurde und wird ihm viel Sympathie entgegengebracht. Aktuell ist es die Praxis der Achtsamkeit, die sogar in Kliniken und an Schulen gelehrt wird, die die Wertschätzung gegenüber dem Buddhismus weiter hoch hält. Ich kann nicht von Diskriminierung des Buddhismus sprechen, auch wenn mir bewusst ist, dass wir keinen wirklich neutralen Status zwischen den verschiedenen Religionen im Land haben. Bis heute ist Buddhismus nicht als Religion im Sinne des öffentlichen Rechts anerkannt. Das dies noch nicht geschehen ist, hat aber nicht diskriminierende Gründe, sondern ist dem komplizierten Recht in Deutschland geschuldet. In vielen europäischen Nachbarländer ist Buddhismus als eigenständige Religion rechtlich vollständig anerkannt.

Das Problem habe Islam und Buddhismus ja noch gemeinsam. In Deutschland sind wir durchschnittlich 3,8 Millionen Musliminnen und Muslime.

Wie viele Buddhist_innen leben in Deutschland?

Es gibt dazu nur grobe Schätzungen. Es ist auch schwierig bei den Konvertiten festzulegen, zu welcher Religion sie zu zählen sind. Es gibt viele „Buddhist_innen“, die weiterhin Mitglied einer christlichen Kirche sind und sich auch nicht vollständig davon abwenden wollen. Allgemein spricht man von ungefähr 150.000 bis 200.000 Westlern, also Deutschen, die sich für den Buddhismus als ihre Religion entschieden haben und ungefähr 200.000 bis 250.000 Migrant_innen aus Asien, die Buddhist_innen sind. Insgesamt also gibt es in Deutschland etwa 400.000 bis 500.000 Buddhist_innen.

Wahrscheinlich fallen viele im Alltag auch nicht durch ihr Äußeres auf. Trotzdem haben ja alle Menschen, die sich einer bestimmten Religion, Philosophie oder Ideologie zugehörig fühlen das Bedürfnis sich mit Gleichgesinnten zu treffen.

Wie können die hier lebenden Buddhistinnen und Buddhisten ihren Alltag in Deutschland umsetzen?

Es gibt ja glücklicherweise keinerlei staatliche Einschränkungen für Buddhist_innen. Es gibt eine wachsende Zahl an Tempeln und buddhistischen Zentren, auch wenn der Zulauf etwas abgeklungen ist. Große Städte wie Berlin, München, Hamburg oder Köln bieten verschiedene buddhistische Tempel und Zentren. Es gibt ein großes Angebot an Veranstaltungen und viele namhafte Lehrer und Würdenträger reisen durch Deutschland. Bisher kam auch der Dalai Lama mehrmals im Jahr nach Deutschland und hat vor vielen Tausend Menschen gesprochen. Buddhismus ist sehr lebendig in Deutschland und unterstützt

mit seinen Aktivitäten den Einzelnen in seiner Alltagspraxis.

Du selbst bist ja sehr aktiv im interreligiösen Dialog. Wie steht denn der Buddhismus allgemein zum Dialog der Religionen?

An diesem wird von buddhistischer Seite aus sehr aktiv teilgenommen, was der Dalai Lama immer wieder eindrücklich zeigt. Im Kern hat der Buddhismus einfache und dennoch wichtige menschliche Botschaften, die er gern mit den anderen Religionen teilt. Auf der Ebene der „Runden Tische“ und anderen Dialogveranstaltungen ergibt sich die Möglichkeit, Vorurteile und Missverständnisse gegenüber dem Buddhismus mit seiner komplexen noch immer in der Tiefe wenig bekannten Lehre auszuräumen. In Deutschland gibt es einen Zusammenschluss der Buddhisten, die Deutsche Buddhistische Union (DBU), in der eigens ein Arbeitskreis zum interreligiösen Dialog gegründet wurde. Damit soll den zahlreichen Aktivitäten der Buddhisten im Dialog mit anderen Religionen Rechnung getragen werden.

Aufgrund der politischen Situation weltweit und auch speziell in Deutschland hat der Dialog zwischen Christ_innen, Muslimen und Jüdinnen/Juden eine sehr viel höhere Priorität und Brisanz als der mit Buddhist_innen.

Trotzdem finde ich, dass, trotz aller Unterschiede, es gemeinsame Denkstrukturen im Ansatz geben kann, die weiter entwickelt werden könnten. Persönlich habe ich sehr viel in diesem Gespräch gelernt und nehme Vieles mit für den Alltag, besonders den Dialogalltag. Ganz herzlichen Dank für diesen Austausch.

Werner Heidenreich, geb. 1957 in Köln, war Gründer und Leiter des spirituellen Zentrums StadtRaum Köln. Er ist ehemaliges Ratsmitglied der „Deutschen Buddhistischen Union“ (DBU) und Mitglied im Kölner „Rat der Religionen“ und engagiert sich seit vielen Jahren in zahlreichen interreligiösen Gesprächskreisen und Foren für den Dialog der Religionen. Er ist Mitglied des internationalen Laienordens „Intersein“, gegründet von dem buddhistischen Meister Thich Nhat Hanh. In der „Internationalen Friedensschule“ unterrichtet er in den Jahrgangsstufen 1 bis 9 im Fach Religion Buddhismus. Im Jahr 2006 erschien im Diederichs Verlag sein Buch „In Achtsamkeit zu einander finden – die buddhistische Sprache der Liebe“, das es mittlerweile auch im mvg-Verlag als Taschenbuch gibt.

Rabeya Müller war langjährige Leiterin des IPD (Institut für interreligiöse Pädagogik und Didaktik) und ist stellvertretende Vorsitzende von ZIF e.V. (Zentrum für Islamische Frauenforschung und Frauenförderung), Gründungsmitglied des Liberal-Islamischen Bundes (LIB) und in vielen interreligiösen Zusammenschlüssen engagiert. Sie ist Redakteurin bei INTA und lebt in Köln.

*Veröffentlicht in einer für den Druck gekürzten Fassung in:
INTA 8 (2015), S. 6-9. Die Rechte liegen bei den Autor_innen.*