

# Ich suche den inneren Weg

*Du hast im Jahr 2019 eine Reise in den fernen Osten gemacht. Wo bist du gewesen und was hast du dort gemacht?*

Ich in einer Stadt in China eine Shaolin-Schule gegangen. Shaolin ist eine Art des Kung Fu, also eine Kampfkunst. Der Focus lag auf Sport von morgens bis abends, d.h. Liegestütze, Sprünge trainieren, mit Waffen kämpfen, Schwertern - der Shaolin-Stock ist einigen sicherlich auch ein Begriff. Dazu kamen andere Arbeiten. Die Schule war ausgerichtet auf Ausländer. Ich habe dort mit Menschen aus der ganzen Welt trainiert. Die Lehrer waren Chinesen.

*Du hast, als du hier nach dem Abitur weggegangen bist, im Grunde gesagt: „Ich bin dann mal weg.“ Was wolltest Du in der Zeit hinter dir lassen und was hast du gesucht und erwartet?*

Also in jedem Fall, die Komfortzone bei den Eltern zu verlassen, irgendwo auf eigenen Beinen zu stehen und etwas komplett Neues zu sehen und zu entdecken. Ich ging dort in die Schule und machte tagein und tagaus wirklich intensives Training, physisch und mental. Mit der Zeit habe ich gemerkt, dass ich „wachsen“, mich weiterentwickeln wollte.

*Wie anders war das alles? Sehr anders?*

Das war für mich ein bis dahin nicht vorstellbares Leben und ein total anderer Tagesablauf.

*Hart?*

Ja, sehr anstrengend. Ich habe auf jeden Fall einen Monat gebraucht, um mich daran zu gewöhnen. Das ist ja physisch noch einmal anders, als hier in Deutschland ein oder zweimal die Woche für eine Stunde zum Training

zu gehen. Da habe ich acht Stunden am Tag trainiert, das ist dann schon eine ganz andere Liga.

*Du hast also das total Andere gesucht? Hast du das dort gefunden? War das angenehm oder schrecklich oder vielleicht auch beides?*

Ja. Am Anfang dachte ich mir: „Wow, ich liebe Sport!“ Ich habe mein ganzes Leben schon immer Sport gemacht, weil ich es einfach angenehm fand, mich zu bewegen und auch für Körper, Seele und Geist etwas zu tun. Ich habe auch nach meinen Grenzen gesucht und habe sie gefunden.

*Insofern haben sich deine Erwartungen erfüllt, an Grenzen kommen?*

Ja, das war eins der Ziele.

*Und andere?*

Ein anderes Ziel war eben auch, mal etwas komplett Anderes zu sehen, eine andere Kultur kennenzulernen. Ich möchte ja auch irgendwie meinen Horizont erweitern. Das Ziel habe ich denkbar schlecht erreicht: Dafür, dass ich dort ein halbes Jahr gelebt habe, habe ich von der chinesischen Kultur viel zu wenig mitbekommen.

*Du warst ja quasi in einem Internat für Ausländer?*

Für Menschen aus der ganzen Welt, d.h. ich habe viel Westliches mitbekommen und Wenig von dem, wie die Shifus (Lehrer) eigentlich gedacht haben. Das fand ich wirklich schade.

*Welche Unterschiede zu unserer Kultur hast du wahrgenommen?*

Wenn ich durch die Straßen der Stadt gegangen bin, hab ich gemerkt, die Leute sind da ganz anders drauf. Zumal dort ja auch Sozialismus bzw. Kommunismus herrscht. Die arbeiten anders, gehen anders mit den Preisen

um. Nicht, dass es super günstig gewesen wäre, im Gegenteil, es war fast alles so teuer wie hier. Ich weiß, dass in China die Menschenrechte mit Füßen getreten werden. Aber der alltägliche Umgang miteinander war menschlich. Das war positiv, definitiv.

*Gab es für dich Überraschungen, was war schwierig?*

In Bezug auf Kultur?

*What ever!*

Was ich überraschend fand, dass man in China nach Konformität strebt und sich an die Regeln hält. Nicht so wie in Deutschland, wo jeder so rumläuft, wie er möchte. Wenn man sich hier in den falschen Gassen des falschen Viertels rumtreibt, bekommt man es mit den falschen Leuten zu tun. In China fühlt man sich ziemlich sicher.

*Was hat dich begeistert?*

Das Wachsen an mir selbst. Im Nachhinein finde ich, wenn man sich ein halbes Jahr auf etwas konzentriert, das tagein tagaus macht, sich da wirklich rein begibt, wirklich mal erlebt, was das bedeutet, und nicht nur so oberflächlich hier einmal geguckt und dort einmal geguckt, – das gilt nicht nur im Sport, sondern allen Lebensbereichen – , wenn man sich mit etwas wirklich auseinandersetzt mit intrinsischer Motivation und das gerne möchte sich z. B. über die Schule hinaus in verschiedenste Disziplinen einarbeitet, das ist eine Erfahrung, die mir total wichtig geworden ist: Das hat meine Einstellung zu Arbeit verändert. Ich weiß jetzt, dass ich in meinem Leben etwas erreichen möchte. China war für mich eine Art game changer.

*Hingabe an etwas, nicht nur heute hier, morgen da schnuppern ...*

Ja, genau. Ich denke an das Fernsehen ich kann mir auf Netflix und Amazon Prime Video eine Serie nach der anderen reinziehen und habe dann nichts davon wirklich gesehen, geschweige denn genossen. Nur konsumiert. Aber einen Film zu schauen, der cineastisch anspruchsvoll dargestellt ist, das ist etwas ganz anderes.

Viele Kinder machen unter der Woche viele verschiedene Sportarten. Jetzt würde ich sagen: „Mach eine Sache richtig, tauch richtig ein, lerne sie richtig kennen und wenn's dir nicht mehr gefällt gehst du nächstes Jahr anderswo hin.“ Und dabei geht es ja auch nicht nur um den Körper; in jeder Sportart steckt auch eine bestimmte Weise des Denkens. Diesen Weg würde ich nach der Erfahrung in China jetzt jedem empfehlen.

*Dein Aufenthalt in China hat dich also verändert. Bist du derselbe geblieben oder bist du ein anderer geworden?*

Ich bin noch mehr ich selbst geworden.

*Das ist super, dass du das sagen kannst. Ich nenn das immer: „verwandelt in sich selbst“. Im Fernen Osten spielen leiblich-seelische Übungen ein große Rolle in der Religion und im Leben. War das bei dir auch so?*

Wenn du die Leute, die da in die Schule für Ausländer gegangen sind, so gefragt hättest, hätten die gesagt: „Was heißt hier seelisch?“ Die Schule war ganz und gar ausgelegt auf Arbeit am Körper, so wie die Westler es sich vorstellen. Das war mein Problem damit. Ich hab da aber Leute kennengelernt, die sich daraus selbst noch mehr gemacht haben. Die haben für sich nicht nur Kung-Fu gemacht, sondern auch „internal“ Kung-Fu. Die haben Inneres mit Äußerem verbunden, Leibliches mit Seelischem. Die meisten wollten schnell möglichst viele Formen (Kampffiguren und

Abläufe) erlernen, und nur einige wollten sich auf wenige Formen beschränken, diese aber in die Tiefe führen. Die haben besser verstanden, was diese Übungen eigentlich wollen.

*Diese Erfahrungen haben dich sehr „verwandelt in dich selbst“. Wird das jetzt hier im Westen wieder schwächer?*

In China selbst habe ich gar nicht so sehr gemerkt, dass eine Verwandlung mit mir im Gange war; das alles hat eigentlich erst nach meiner Rückkehr richtig losgelegt. Ich habe gemerkt: „O, hier ist ja vieles komplett anders.“ Ich würde sagen: Bewusst geworden ist mit diese Verwandlung erst in Deutschland, aber stattgefunden hat sie in China.

*Sehr interessant!*

Den weitaus größeren Kulturschock hatte ich, als ich von China zurück nach Deutschland kam, mehr als beim Verlassen Deutschlands um nach China zu gehen. Das klingt komisch. Zurückkommen war schwieriger.

*Der Dalai Lama war einmal zum Interview bei einem Journalisten, Alfred Biolk. Der war sehr ehrfürchtig und sagte etwa: „Eure Heiligkeit, jetzt machen sich ja auch viele Menschen auf den Weg in den Fernen Osten, um Buddhisten zu werden.“ Der Dalai Lama fiel ihm fast ins Wort und sagte: „Davon halte ich gar nichts“. Biolk war regelrecht baff. Der Dalai Lama sagte: „Die Menschen sollen in ihren eignen Kulturen den Weg ihrer Religion finden. Es ist sehr schwer als Mensch des Westens im Buddhismus wirklich anzukommen. Die meisten trennen sich auch im Unfrieden von ihrer Religion, und das ist kein guter Beginn im Buddhismus.“*

Ich stimme dem Dalai Lama komplett zu. Wenn ich mit Freunden rede, fällt mir ihr westliches Denken auf. Aber östliches Denken ist etwas

anderes. Es ist schwierig, mit unserer westlich geprägten Sicht östliche Traditionen und Religionen wirklich zu verstehen. Wir fassen das dann gern mit unseren Schlagwörtern zusammen: Wir reden dann von Loslassen, Achtsamkeit, Meditation, aber wollen uns nicht auf das große Ganze verlassen, was mit dir geschieht, wenn du wirklich fernöstliche Traditionen ausübst.

*(bis hierher im Gemeindebrief)*

*Ich kenne dieses Problem: Wenn du mit deinen westlichen Begriffen über den fernen Osten, mit deinem westlich geprägten Interesse herantrittst, verfehlst du den Zugang zu fernöstlichen Traditionen. Dies gilt nicht nur für die Frage nach Gott, die im Buddhismus so nicht gestellt wird, sondern auch für viele andere Dinge im Bereich unserer Spiritualität, die wir gern dem Osten zuschreiben oder überstülpen. Mir wurde gesagt: Wer sich auf den Weg macht, muss sich radikal der Andersartigkeit stellen.*

Wirkliches Konvertieren ist sehr schwer. Auf dem Papier geht ja alles. Westliche Leute nehmen in China ein Angebot für Ausländer wahr und bilden sich ein, sie hätten Shaolin erfahren. Die Shivus (die Lehrer) haben wahrscheinlich über uns geschmunzelt, wenn sie wahrgenommen haben, was wir da wollten. Viele wollten ja nur Sport – das, um was es da wirklich geht, wollten die meisten gar nicht sehen. Ich habe mir aber mehr gewünscht.

*Glaubst du, dass man wesentliche Übungen aus dem fernen Osten in der Religion des Westens einführen kann?*

Das tun wir schon längst, z. B. mit den Mantras.

*In der Liturgie und in Taizé ...*

Ja, genau. Immer wieder: „Christe, du Lamm Gottes“, das ist ein Mantra.

*Das, wovon du sprichst, diese immer wiederkehrenden Kehrverse haben wir im Christentum seit den ersten Jahrhunderten, als das römische Reich seine größte Ausdehnung hatte. Damals gab es einen Austausch auch mit dem fernen Osten. Als Jahrhunderte später Missionare nach Indien kamen, waren sie verwundert, dass es da schon Christen (die Thomaschristen) gab, und im Westen wird unter dem Namen Josaphat ein Heiliger verehrt, dessen Biographie 1 zu 1 die des Buddha ist. Wer am Ende das „Copyright“ auf die Mantramethode hat, (die Wiederholung kurzer elementarer Verse), lässt sich nicht mehr klären. Auch der Begriff „Meditation“ ist in beiden Kulturen immer schon da, hat sich im Westen aber im Zusammenhang unseres Glaubens an Jesus Christus etwas anders entwickelt. Wenn wir mit Buddhisten über Gott reden, lachen die uns aus (ich hab‘ das erlebt), aber wenn wir über Meditationserfahrungen sprechen, haben wir uns etwas zu sagen.*

Meditation im Westen ist vor allem dies: Ein Symbol oder ein Text des Glaubens wird nicht nur erklärt, sondern vertieft ‚betrachtet‘ und dafür wiederholt. Meditation beginnt da, wo die Erklärung abgeschlossen ist. Man spricht hier von gegenständlicher Meditation. Meditation im Osten ist vor allem dies: achtsames Dasein, alles loslassen und leer werden. Man spricht hier (in westlicher Terminologie) von nicht gegenständlicher Meditation.

Aus meiner Sicht hat kultureller Austausch immer etwas Positives. Es passiert und es ist immer wieder wünschenswert.

*Mir ist wichtig die Erfahrung der Rezitation: dass man nicht nur seine eigenen Worte spricht, sondern Worte, die schon da sind, immer wieder spricht und singt und Zugang zu der Erfahrung gewinnt, die sich damit verbindet. Das ist im Westen und im Osten wichtig.*

Ich habe gesehen, im Osten schwimmt vieles. Es wird nicht gesagt, das

ist jetzt Religion, das ist Sport. Auch den Körper sieht man eher als Einheit, in der alles miteinander verbunden ist. Wir trennen viel mehr. Es gibt so viele Spezialisten, aber wir bräuchten mehr Leute, die das große Ganze sehen. Auch ist es in unserer Gesellschaft Trend, alles extrem zu individualisieren. Der fernöstliche Einheitsgedanke betont die Zusammengehörigkeit, dass da eine Verbindung ist, alles mit allem zusammenhängt.

*Hast Du dich durch deine Zeit in China dem Christentum entfremdet oder sogar einen neuen, veränderten Zugang gefunden? Das interessiert mich natürlich besonders.*

Das glaub ich! Ich finde die Frage schwierig, aber vielleicht ist die Antwort doch einfach: Ich würde sagen, ich habe mich dem Christentum erst mal entfremdet. Ich habe andere Blicke gewonnen auf Spiritualität, Weltanschauung und Emotionen.

*Du sagst: „erst mal“. Ich verstehe das so: Du machst keine absolute Äußerung für immer und ewig.*

Genau. Erst mal ist das jetzt so. Erst mal bin ich weggegangen, weil ich mich einer anderen Sache sehr zugewandt habe.

*Ob ein in der Tiefe gelebtes Christentum, das nicht „dünn drüber“ ist, wirklich so anders ist, das musst du noch rausfinden.*

Da geb ich dir absolut recht.

*Ich könnte dir sagen, der einzige gravierende Unterschied ist, dass wir Gott personal erfahren und dass wir unsere Personalität in der Personalität Gottes begründet sehen. Insofern ist Gott menschlich und wir sind „göttlich“, trotz aller Abgründe. Das würde der Ferne Osten so nicht sagen. Aber in den spirituel-*

*len Praktiken wie Rezitation, Schweigen, Körperlichkeit im Gottesdienst, Gebärden und in der Tiefe der Gebetserfahrungen gibt es viele Überschneidungen. Die muss man aber entdecken, die kann man nicht einfach gesagt bekommen, verstehen und akzeptieren. Das ist ein Weg, den man gehen muss.*

Ich versuche gerade diese Tiefe auf meine eigene Art zu erlangen, suche nach einem inneren Weg und weiß, dass der viele Überschneidungen hat mit dem, was das Christentum lehrt. Eigentlich mag ich doch nicht sagen, ich hab mich dem Christentum entfremdet und bin kein Christ mehr. Ich möchte da keine Trennung machen, möchte keine Tür zumachen.

Im Moment erforsche ich mein Inneres: Was gibt mir Ruhe? Woher kommt Kraft?

Ich meine nicht Muskelkraft oder mentale Kraft im Sinne von Schlagfertigkeit. Ich meine eher ... Klarheit, sowas! Das hat viele Überschneidungen mit dem gelebten Christentum. Ich habe gemerkt, dass es nicht genügt, einfach nur sonntags zur Kirche zu gehen.

*Du hattest eine Beziehung zum Gottesdienst, bist oft dagewesen in der Kinderkirche und im Gottesdienst am Sonntag. Ich glaube, wenn jemand einmal in der Woche ein Ritual mitvollzieht, wo Gebet und Einkehr dazugehört oder auch Schweigen, dann ist das nicht nichts, das wäre schon viel für viele.*

Ja, genau.

*Mir scheint, dass es im Christentum im Moment zwei Dinge gibt, die nicht gut kompatibel mit deinem Weg sind: Das erste ist das Christentum, das ganz in seinem sozialen oder politischen Dienst an der Gesellschaft oder der Welt aufgeht. Klima, Gender, Demokratie, Hilfe für Notleidende, Gerechtigkeit ... das ist eine große Tradition im Christentum, dass wir uns einbringen. Das ist im Buddhismus überhaupt nicht so. Um in gesellschaftlichen Themen unterwegs zu*

*sein, musst du kein Christ sein. Die andere Tradition des Christentums ist seine Theologie, die in Lehrsätzen aufgesetzt und festgesetzt ist. Denk nur an die Begriffe des Glaubensbekenntnisses. Das hat Vorteile, das gibt Klarheit, das grenzt aber auch aus. Diese Lehrgestalt des Christentums ist in einer großen Krise, weil die Leute sagen: Das ist es für mich nicht, ich will nicht nur eine Lehre verstehen ich will eigene Erfahrungen machen. Ich will nicht nur beten, weil es dazugehört, ich will etwas erfahren dabei.*

Genau das ist der Punkt. Aus der Motivations-Szene passt da aus meiner Sicht leider der Ausdruck: „You fake it until you make it.“ Ich will nicht sagen, dass die Lehrsätze „fake“ sind, aber sie bringen nichts, wenn ich es nicht erlebe. Ich möchte es erleben um aus eigener Überzeugung sagen zu können, „ich glaube an Gott, den ich erfahren habe, den Allmächtigen, weil ich seine Kraft gespürt habe“ ... usw. Ich möchte das nicht nur so runterbeten, das gibt mir nichts ... Naja, fast nichts.

*Ich kann das gut verstehen und jeder, der tiefer eindringt ins Christentum, muss irgendwann so denken wie du, um dann „echter“ zu werden. Aber ich möchte die Rezitation elementarer Lehrsätze („Ehre sei dem Vater und dem Sohn“ ... „ich glaube an Gott, den Allmächtigen“ usw.) fortsetzen, damit Menschen sagen: Das ist erstmal leer für mich, und ich möchte es mit Erfahrung füllen. Die Rezitation der Lehre zeigt ja auch an, womit man alles Erfahrungen machen kann. Wenn du theologisch weißt, was mit Sünde und Gnade gemeint ist, aber noch keine Erfahrung mit deinen Abgründen gemacht hast und nie dieses Gefühl des Befreitwerdens gespürt hast, dann bleibt das ein leeres Wissen. Aber selbst eine leere Worthülse ist noch eine Einladung, einen Raum mit Erfahrung zu füllen.*

*In unserer Kirche war es lange Mode, alles, was gerade nicht gefüllt werden konnte, wegzuschmeißen. Damit sind Erfahrungsräume für die kommenden Generationen verschlossen worden. Ein riesiger Verlust! Vieles, was weggeschmissen wurde, war kein Müll sondern kostbar ...*

Viele Menschen aus China entdecken neu das Christentum.

*Ja, aber auch bei uns gibt es einen Trend der Erneuerung. Menschen strömen aber nicht zu Theologen und Predigern, sondern sie kehren in Klöstern ein, z.B. Taizé. Sie wollen Erfahrungen machen.*

Ich bin gespannt, wie mein Weg mich führt, aber ich genieße den Weg auch.

*Das strahlst du auch aus.*

Über sowas zu reden macht mir Freude.

*Keine Quälerei für dich ...*

Nein, das wünsche ich vielen Menschen, dass sie sich nicht in die Kirche quälen, sondern sich darauf freuen, etwas zu erfahren. Ich brauch dazu im Moment keinen Gottesdienst, keine Kirche, keine praktizierte Religion. Mein Weg ist im Moment, in mich hinein zu gehen und bei mir selbst zu sein. Daraus kann noch viel entspringen. Meine tagtägliche Übung ist es, den inneren Weg zu gehen.

*Weil ich dich schon lange kenne und dein Unterwegssein sehe, will ich es wagen, dir jetzt die Taizé-Andacht anzubieten: ab dem Ersten Advent jeden Sonntag um 18 Uhr. Keine Predigt, keine Plaudereien vorher und nachher, sehr meditativ, viel Stille, viel mantraartige Wiederholungen. Auch ein Weg nach innen.*

Das klingt sehr stark.

*In Taizé trennen sie zwischen dem Gebet und der Lehre. Die Lehre findet nachmittags in Bibelarbeiten statt. Der Gottesdienst ist frei von Belehrungen. Diese Trennung kennt auch der Buddhismus. Diese Trennung tut dem Gottesdienst und dem Gebet gut.*

*Herzliche Einladung dazu!*