

Erleuchtung ist

Ein Interview mit Sayadaw U Pandita



Sayadaw U Pandita, Jahrgang 1921, gilt als einer der bedeutendsten Meditationslehrer des Theravada in Birma. Seit 46 Jahren lehrt er weltweit Vipassana-Meditation in der Tradition von Mahasi Sayadaw, zu dessen Nachfolger er 1982 ernannt wurde. Im Rahmen seiner Europareise hielt er längere Meditationsretreats in Deutschland, Ungarn, Frankreich und Italien. Dieses Interview führte Frank Zechner im Juni 2000 am Ende eines intensiven siebentägigen Meditationsretreats in Gyenesdias (Ungarn). Es wurde vom deutschstämmigen Mönch Sayadaw U Vivekananda aus dem Burmesischen ins Deutsche übersetzt.

machbar!

Sayadaw, wie alt sind Sie und wann traten Sie dem Theravada-Orden bei?

Ich wurde am 28. Juli 1921 geboren, bin also 79 und mit zwölf Jahren als Novize dem Orden beigetreten.

Warum tritt ein Zwölfjähriger dem Orden bei?

Anfangs hatte ich keine besondere Motivation. Ich wollte ein gelehrter und weiser Mönch werden, der sich in den Schriften auskennt. Als ich älter wurde, entwickelte sich der starke Wunsch, aus dem Kreislauf des Leidens auszusteigen.

Sie sind im Westen als Meditationslehrer und Nachfolger von Mahasi Sayadaw bekannt. Wie sind Sie ihm begegnet?

Mit 28 Jahren lebte ich in einem Kloster in seiner Nähe. Damals war ich ein Mönch von neun Regenzeiten und mitten im Textstudium, als mein enger Freund U Pe Thin mich auf Mahasi Sayadaw aufmerksam machte. U Pe Thin war höherer Regierungsbeamter und übersetzte für Mahasi Sayadaw Interviews mit westlichen Meditierenden. In jungen Jahren hatten wir einander geschworen: Wenn einer zur Verwirklichung der Lehre kommt, würde er es dem anderen berichten, ähnlich wie das Versprechen von Sariputta und Mogalana, den Hauptschülern des Buddha. U Pe Thin hatte intensiv mit Mahasi Sayadaw praktiziert und die Lehre bis zu einem gewissen Grad verwirklicht. Entsprechend unseres Schwurs erzählte er es mir und drängte mich zur Meditation bei Mahasi Sayadaw. Zwar wollte ich intensiv meditieren, doch nahm ich mir damals keine Zeit, weil ich mitten in der Vorbereitung für das große Bariyatti-Examen stand. U Pe Thin war enttäuscht, doch ich machte erst mein Examen. Nach der Regenzeit kam es zu Missverständnissen mit meinen Lehrern, die mir keine Ruhe ließen. Ich ging zu Mahasi Sayadaw und meditierte intensiv, um mir Klarheit über meine Situation zu schaffen.

Wie kann man sich das Training bei Mahasi Sayadaw vorstellen?

Es war genau dieselbe Praxis wie hier auf dem Retreat. Am Beginn traute ich der Methode nicht so recht, doch durch die Praxis entdeckte ich ihre Stärken. Nach zweieinhalb Monaten kehrte ich für vier Jahre in mein Studienkloster zurück und bereinigte die Missverständnisse mit meinen Lehrern. Ich lehrte dort, bis ich gebeten wurde, im Zentrum von Mahasi Sayadaw zu unterrichten. Mit 33 Jahre übersiedelte ich ins Zentrum und arbeite dort als Meditationslehrer. Nach dem Tod von Mahasi Sayadaw (1982) wurde ich zum Nachfolger ernannt und leitete das Zentrum bis 1990, als ich mein eigenes Kloster, das Panditarama Yeiktha, gründete.

Mahasi Sayadaw wird im Westen oft als Pionier in der Meditationspraxis dargestellt. Was war das Neue an dem, was er lehrte?

Es gab überhaupt nichts Neues, es war alles ein alter Hut.

Aber was machte ihn dann so berühmt?

Vor ihm gab es schon Vipassana. Das einzig Neue war, dass er das Beobachten des Hebens und Senkens der Bauchdecke als Hauptobjekt der Meditation populär gemacht hat. Durch intensive Praxis kam Mahasi Sayadaw zur Überzeugung, dass sich die Bauchdecke hierzu optimal eignet. Doch Mahasi Sayadaw bezieht sich auf die ältesten Lehrreden und schaut auf eine sehr lange Tradition zurück. Es ist eigentlich nicht die Mahasi-Sayadaw-Technik, sondern es ist die Methode des Buddha. Vor Mahasi Sayadaw übten viele in Birma

meditative Atembetrachtung als geistige Sammlung. Viele Meditierende erreichten sehr angenehme Zustände, gingen aber in ihrer Entwicklung nicht weiter. Sie freuten sich daran und verloren das eigentliche Ziel des Buddhismus – Einsicht zu ent-



wickeln – aus den Augen. Mahasi Sayadaw betonte aber die Entwicklung der Einsicht in die wahre Natur der Dinge und nicht angenehme Zustände.

In den meisten Büchern über Buddhismus geht es um Erleuchtung. Oft wird dem Theravada vorgeworfen, dass es sehr lange dauert, Erleuchtung zu erlangen. Kann man mit seinen Techniken schon in diesem Leben Erleuchtung verwirklichen?

Die Antwort auf Ihre Frage findet sich im Schlussteil des *Satipatthana Sutta*. Der Buddha sagte, eine intelligente Person

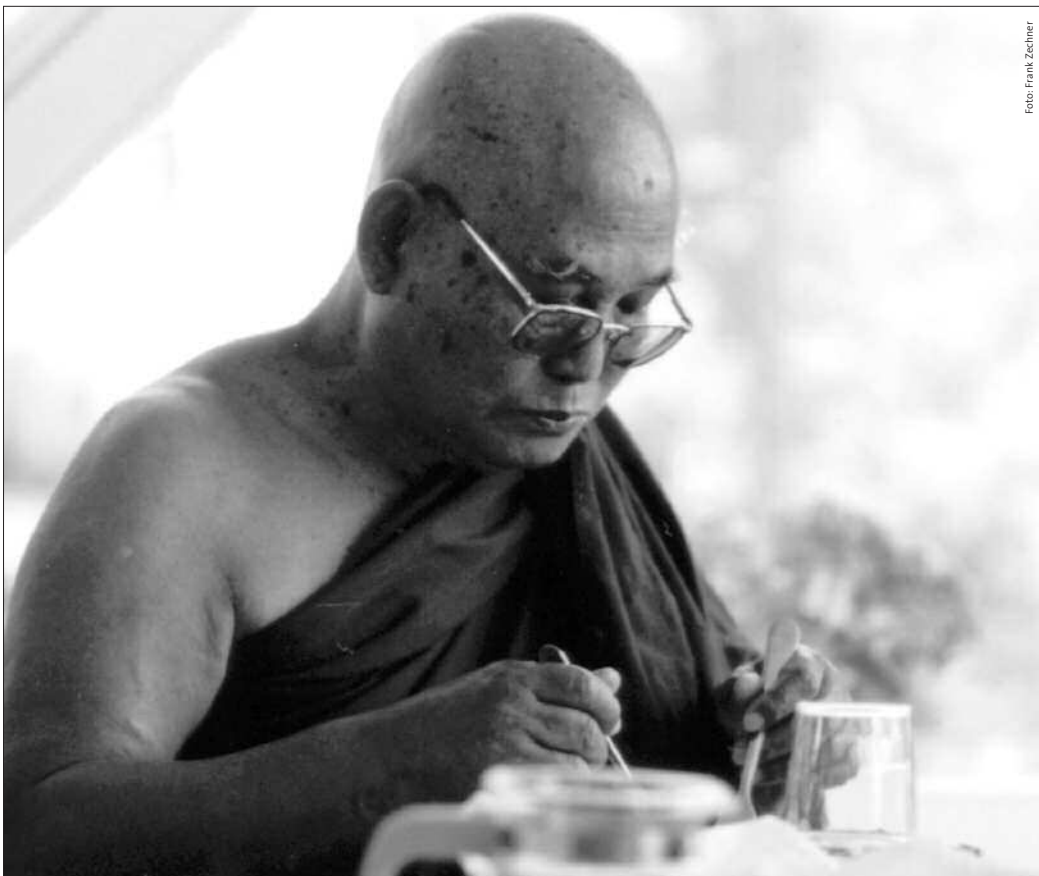


Foto: Frank Zechner

Richtung klar etabliert. Andere Gründe sind Sprachprobleme und kulturelle Unterschiede. Es wird nur gelingen, wenn sich junge Westler finden, die Mönche oder Nonnen werden und die Lehre gründlich studieren und ausdauernd praktizieren.

Mönche und Nonnen? Laien-Lehrer genügen nicht?

Es gibt ein Beispiel aus der Geschichte. Mahinda, ein Sohn des Königs Ashoka, brachte den Buddhismus nach Sri Lanka. Erst als ein Einheimischer

als Novize und später als Mönch ordiniert wurde, sagte er: "Jetzt beginnt der Buddhismus in Sri Lanka Wurzeln zu schlagen". Möchte man die Lehre in fernen Ländern verbreiten, sollte sie von Deutschen in Deutschland, von Österreichern in Österreich und von Franzosen in Frankreich verbreitet werden. Laien können sie zu einem gewissen Grad verbreiten. Doch nach meiner Erfahrung neigen sie manchmal zu Hochmut. Auf einem großen Retreat in Amerika gab es Gerüchte, Laienlehrer glaubten, sie brauchten den Sangha, die Gemeinschaft der Mönche, nicht. Als ich davon hörte, gebrauchte ich einen Vergleich: In öffentlichen Gebäuden sind Feuerlöscher vorgeschrieben. Die sind für kleine Brände brauchbar, doch erreicht das Feuer eine gewisse Größe, hilft nur noch die Feuerwehr. So können Laien kleine emotionale Brände löschen, doch für große Feuer braucht man die Mönchsfeuerwehr. Versuchen Laien, die Mönche auszuschließen, wird eines der drei Juwelen (Buddha, Lehre und Mönchsorden) beseitigt. Dies sollte man sich sehr gut überlegen.

Vielen Dank für dieses Interview.

Es war mir eine Freude. Wenn Sie noch Fragen haben, können Sie jederzeit wiederkommen.

könne innerhalb von sieben Tagen zur Erleuchtung und Heiligkeit kommen. Wenn nicht in sieben Tagen, dann in sieben Wochen, Monaten oder Jahren. Die Schnelligkeit hängt hauptsächlich von der eigenen Person ab.

Seit ich im Ausland Vipassana unterrichte, stellen mir besonders Zen-Buddhisten solche Fragen. Ich habe mich stets geweigert, Vergleiche zwischen Zen und Vipassana anzustellen. Das Einzige, was ich gelehrt habe, war Vipassana, wie ich es von Mahasi Sayadaw gelernt hatte. Während eines Kurses in Hawaii fragte ich einen japanischen Zen-Mönch: "Was ist wichtiger: auf die eigene Erleuchtung zu verzichten, um andere zu retten, oder Erleuchtung zu finden?" Er antwortete: "Beides ist gleich wichtig." Ich sagte: "Gut, doch lass uns annehmen, wir beide sind bis zum Hals im Treibsand versunken. Ich würde versuchen, dich zu retten, und du würdest versuchen, mich zu retten. Glaubst du, das funktioniert?" "Das geht natürlich nicht", antwortete er. "Ist es nicht besser, wenn ich mich zuerst aus dem Treibsand befreie und dich dann rette oder dir zeige, wie es geht?" fragte ich weiter. "Das macht Sinn", sagte der Zen-Mönch. "Wie in diesem Beispiel sind wir im Sumpf der Verblendung versunken. Wie können wir anderen helfen, wenn wir nicht zuerst uns geholfen

haben?" fügte ich hinzu. Betroffenes Schweigen war die Antwort.

Sie unterrichten seit 1984 im Westen. Sehen Sie Unterschiede zwischen westlichen und asiatischen Buddhisten?

Soll ich offen antworten?

Klar.

Menschen im Westen ähneln Sariputta, asiatische Buddhisten sind eher Nachkommen Mogallanas. Sariputta war bekannt für seine Fähigkeit, über die Lehre des Buddhas zu reflektieren und alles zu analysieren. Ähnlich wie westliche Menschen stellte er wohl Fragen wie: "Warum muss man das so machen?" "Was bedeutet das?" "Kann man es nicht anders machen?" Mogallana hat nicht groß nachgedacht, sondern einfach praktiziert, was der Buddha lehrte. Sariputta und Mogallana waren beide fortgeschritten und erreichten die Erleuchtung, wobei Sariputta eine Woche länger brauchte.

Sehen Sie eine Chance, dass sich der Buddhismus im Westen etabliert?

Nicht so einfach, überhaupt nicht einfach. Es wird nicht leicht für den Buddhismus, im Westen Fuß zu fassen. Der Grund ist, dass im Westen alles zu einer Art von Religionen-Eintopf zusammengemischt wird. Das macht es schwierig, dass sich eine