

Quell des Glücks



Michael Jäckel war Sozialist, Unteroffizier, EDV-Programmierer, Stadtabgeordneter, Theaterpädagoge, Schauspieler, Einzelfall- und Familienhelfer, Lehrbeauftragter, Lebemann.

Seine wahre Bestimmung fand der Gothaer aber erst 1995 im Buddhismus. Am 21. März 2006 erhielt er im indischen Dharamsala von seiner Heiligkeit dem XIV. Dalai Lama die Vollordination zum Mönch.

Seitdem setzt Tenzin Peljor, so sein buddhistischer Name, das Studium des Buddhismus fort und arbeitet als Residenzmönch im Buddhistischen Zentrum für Frieden und Verständigung Bodhicharya Deutschland e.V. in Berlin.

TOP MAGAZIN traf den 47-Jährigen am 26. Januar bei einem Meditations-Seminar im Buddhistischen Kreis Erfurt und sprach mit ihm über ein schönes Studentenleben, alte Feindbilder und neue Zufriedenheit.

TEXT: JENS HIRSCH
FOTOS: MARCEL KRUMMRICH

Herr Peljor, was ist das Thema Ihres heutigen Seminars?

Es geht um das Bewusstsein, um das Verstehen, wie das Bewusstsein beschaffen ist, wie es funktioniert, was das überhaupt ist. Und um die Faktoren im Bewusstsein, die zu Zufriedenheit, Glück, geistiger Ruhe, Frieden, Unruhe, Unzufriedenheit und Unglück führen.

Die Definition im Buddhismus lautet: Bewusstsein ist das, was klar ist und erkennt. Das Bewusstsein hat eine Qualität, dass es den Aspekt des beobachtenden Objektes annimmt. Ein Spiegel zum Beispiel ist klar, also kann im Spiegel der Aspekt eines Objektes erscheinen, nicht das Objekt selbst aber zum Beispiel Form und Farbe. Der Spiegel kann aber nicht erkennen. Im Bewusstsein erscheinen Objekte, darüber hinaus kann es erkennen, was erscheint. Mit dieser Definition identifiziert man das Phänomen Bewusstsein.

Wann wurde Ihnen bewusst, dass Ihre Berufung der Buddhismus ist?

Eine junge Frau, Marie-Luise, hat mich als fünfjähriges Kind in Gotha im Kinderwagen ausgefahren. 30 Jahre später hat sie mich angerufen und ich habe ihr gesagt, dass ich buddhistischer Mönch bin. Jeder aus meinem Freundeskreis in der Jugend war erstaunt, als ich das sagte, sie nicht, weil ich ihr wohl mit fünf Jahren sagte: „Ich werde mal Bruder und gehe ins Kloster.“ Daran konnte ich mich gar nicht mehr erinnern. Mit zehn wollte ich Priester werden, das weiß ich noch.

Ihr Weg führte Sie aber nicht gleich ins Kloster.

Nein. Ich bin zwar katholisch erzogen worden, aber der Priester-Wunsch und mein Glauben in den Katholizismus waren in der Pubertät schnell vorbei. In der zehnten Klasse fand ich die Grundideen des Kommunismus ganz interessant, als Kind ist man ja beeinflussbar. Mein

Staatsbürgerkunde-Lehrer leistete ganze Arbeit. Nach der Schule habe ich einiges ausprobiert, ich war Unteroffizier, EDV-Organisator, Stadtabgeordneter und hatte mit Religion gar nichts mehr am Hut.

Warum hat es Sie noch vor der Wende nach Ostberlin verschlagen?

Weil ich ein Studienplatz der Wirtschaftsinformatik bekam und weil ich leben und mich vor allem vergnügen wollte. Ich hatte ein schönes Studenten-

seine Konzentrationsübungen. Als mein Vater starb, habe ich ihm auf Anraten einer befreundeten Schauspielstudentin abends „Die vier edlen Wahrheiten“ vorgelesen, um ihm „gute Gedanken für das nächste Leben mitzugeben“. Dabei stieß ich am Ende des Buches auf die 227 Gelübde eines Mönchs und dort stand: „Wenn du Erleuchtung erlangen willst, musst du Mönch werden.“ Mönch werden?! Das ist das, was ich schon immer wollte, dachte ich.

Wegen der Erleuchtung?

Nein, die hat mich nicht interessiert. Mönch, das hat etwas in mir zum Klängen gebracht. Zuvor hatte ich so ziemlich alle Religionen ausprobiert: Christentum, Schamanismus, Islam, Hinduismus. Nichts hat mich nachhaltig angesprochen, erst die Erfahrungen, die ich mit buddhistischen Meditationen machte, haben mich überzeugt.

Was hat Sie daran so fasziniert?

Damals hatte ich als Linker feste Feindbilder: Staat, Polizei, Berliner Verkehrsbetriebe. Mit den Meditationsübungen des Lamrim erlernte ich die Meditation „Die Güte aller Lebewesen erkennen“: Ich bin nackt und mit nichts auf die Welt gekommen, selbst der Körper kommt nicht von mir. Alles was für mein körperliches und emotionales Wohlbefinden wichtig ist, haben mir andere durch harte Arbeit zur Verfügung gestellt. Die Meditation endet mit dem Gefühl von Dankbarkeit. Danach ging es mir sau gut. Ich habe dann zum Beispiel eine tiefe Freude beim Kauf einer S-Bahnfahrkarte empfunden, weil ich realisierte, dass viele Menschen hart dafür gearbeitet haben, dass die U-Bahn überhaupt fährt. Bis dahin bin ich immer schwarzgefahren und habe mich darüber aufgeregt, wenn die Bahn zu spät kam.

Diese Art des Denkens kann man auf alle Lebensbereiche anwenden, und sie machte mich glücklich! ▶



leben, nebenbei habe ich gutes Geld verdient. Aber schon damals habe ich gespürt, dass mich das nicht befriedigt. Dann kamen die Schauspielerei und die Theaterpädagogik. Ich lernte unterschiedliche Schauspielmethoden, wie die Chekhov- oder Grotowski- Methode kennen, die durchaus eine spirituelle Richtung und Visualisierungsprozesse besitzen, die es auch im Buddhismus gibt. Bei Chekhov berührte mich sein Ansatz des Mitgefühls mit der Figur und

Egoismus kennt der Buddhismus nicht?

Genau. Buddha sagt, jede Form von Aufruhr und Aggression kommt, weil du dich selbst zu wichtig nimmst. Erstens sind alle gleich wichtig und in der Relation bist du am unwichtigsten, weil die Mehrheit wichtiger ist als ein Einzelner. Ich war auf dem Berg meines Egos gefangen. Dann fing ich an, regelmäßig und konsequent zu meditieren, dadurch konnte ich meinen Geist verändern, ich wurde zufriedener und glücklicher. Und die Methoden machen Sinn, sowohl in der Logik als auch in der Erfahrung. Wenn Sie eine Quelle haben, die Sie glücklich und zufrieden macht, machen Sie weiter. Deshalb bin ich noch immer Mönch.

Ihre Vollordination erhielten Sie vom Dalai Lama im indischen Dharamsala.

Ja, ein Lehrer empfahl mir, mich für die höchste Ordination beim Dalai Lama zu bewerben. Nachdem ich das 2005 bei seinem Büro in Dharamsala tat, absolvierte ich vor Ort noch einen Test, bevor ich am 21. März 2006 vom Dalai Lama die Vollordination erhielt.

Wie erlebten Sie den Dalai Lama?

Seine Wahrnehmung für den anderen fasziniert mich am meisten. Ich fahre re-

gelmäßig zu Belehrungen des Dalai Lamas und ziehe meine Inspiration aus seiner Präsenz und den Unterweisungen. Bei der Ordination stand er vor mir, und während er meine Robe segnete, fasst er sie an. So richtig realisiert habe ich das aber erst, als ich nach der Zeremonie ins Dorf ging. Ich stand an einer Kreuzung und in diesem Moment setzte sich mein Geist und wurde ganz ruhig und klar. Ich empfand tiefe Freude, das war der eigentliche Segen für mich.

Als Residenzmönch leben und arbeiten Sie in Berlin, was suchen die Menschen im Buddhismus?

Früher war es vielleicht das exotische, bunte und farbenfrohe des tibetischen Buddhismus. Es bleibt aber öde, wenn sich im Geist nichts tut, dann hat sich das schnell erschöpft, weil das nur eine andere Kultur ist, aber keine innere Nahrung. Die Menschen, die zu mir in die Kurse kommen, reagieren stark darauf, wenn sie merken, dass sie sich verändern können. Verknottete Strukturen kann man ändern, damit man innerlich zufriedener wird.

Was haben Sie im Buddhismus gefunden?

Ich habe im Buddhismus eine Quelle gefunden, die mir Methoden in die Hand gibt, glücklich und zufrieden zu sein. Entspannt zu sein, wenn ich Probleme habe, und die Probleme als eine Möglichkeit zu sehen, daran zu wachsen. Das heißt, sie zu nutzen, um Qualitäten zu entwickeln. Man hat dadurch immer eine Möglichkeit, an sich zu arbeiten. Enttäuschungen kenne ich fast gar nicht mehr, ich habe aufgehört, irgendetwas zu erwarten. Das Leid der Frustration ist abgesunken, ich versuche, mit mir im Reinen zu sein. Früher war ich narzisstisch und unruhig. Heute bin ich zufrieden und glücklich mit dem was ich tue. Meine einzige Sorge für das nächste Leben ist, dass ich nicht noch mal Mönch sein kann (lacht). Mir geht es nicht um die Form Mönch, sondern es ist ein Modell, an sich zu arbeiten. Im Scherz: Wenn ich die Wahl hätte, würde ich im nächsten Leben schon mal mit der Robe auf die Welt kommen, um gleich Fragen zu können: Wo ist hier das nächste Kloster?

„Ich habe im Buddhismus eine Quelle gefunden, die mir Methoden in die Hand gibt, glücklich und zufrieden zu sein.“



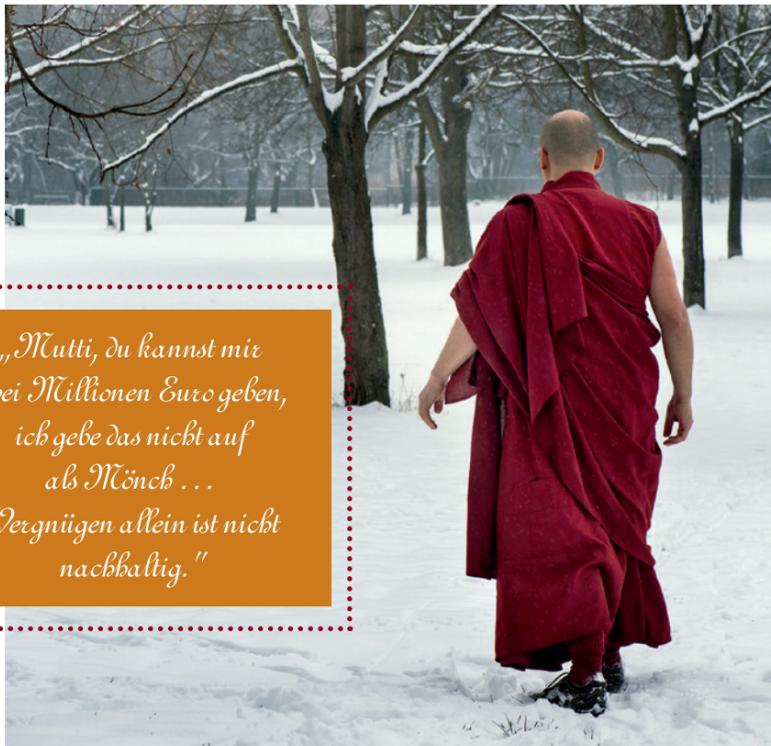
Denken Sie wirklich nicht mehr an die süßen Versuchungen des Lebens?

Das habe ich ja alles erlebt und es hat mich nicht befriedigt. Meine Mutter wollte mich auch verführen, wieder nach Hause zu kommen. Sie war es gewohnt, dass ich alles sehr intensiv mache und irgendwann alles stehen lasse. Als sie hörte, dass ich Mönch werde, ist sie ganz ruhig geblieben, weil sie dachte, nach zwei Jahren ist das wieder vorbei. Richtige Sorgen hat sie sich erst gemacht, als ich nach drei Jahren immer noch Mönch war. Voriges Jahr, als ich in

Gotha war, wollte sie mir die untere Etage des Hauses geben. Ich sagte nur: „Mutti, du kannst mir zwei Millionen Euro geben, ich gebe das nicht auf als Mönch, weil es mich glücklich macht. Vergnügen allein ist nicht nachhaltig.“

Herr Peljor, vielen Dank für das Gespräch.

TOP Service:
www.tenzinpeljor.de
www.buddhistischer-kreis-erfurt.de



„Mutti, du kannst mir zwei Millionen Euro geben, ich gebe das nicht auf als Mönch... Vergnügen allein ist nicht nachhaltig.“