Europäisches Institut für Angewandten Buddhismus

Newsletter August 2018

Inhalt

2 Vom Krieg zum Frieden zu kosmischer Spiritualität
29 Reise durch die Geschichte des EIAB – Meilensteine und achtsame Schritte
31 EIAB: Wie wir es geschafft haben
41 Gedanken zur Feier des zehnjährigen Bestehens des EIAB
43 Grußwort des Bürgermeisters
44 Benefizkonzert
45 Zum 10 jährigen Bestehen des EIAB
47 Leben ist Bewegung
48 Im und auf dem WEG DER MITTE
49 Bau der Meditationshalle des Europäischen Instituts für Angewandten Buddhismus EIAB
52 E-I-A-B: Eine erstaunliche Transformation
53 Die Gemeinschaft, die wir benötigten
55 10 Jahre Transformation: Von Kompost zu Blumen
58 Als Laien-Dharmalehrerin leben
60 Gehmeditation
61 Coming out, coming home, coming together
63 Das benötigen Sie für Ihre Reise
64 Die niederländische Sangha und das EIAB
64 Liebe Sangha!
65 Öffne die Türen zu Deinem Herzen
68 Kein Kommen, kein Gehen
69 Retreat für OI-Mitglieder und DharmalehrerInnen April 2018
70 Achtsamkeit mit Tieren
73 Begegnung mit dem inneren Kind
75 Mein Aufenthalt im EIAB
76 Tanzen in Achtsamkeit
77 Ein Herzenswunsch geht in Erfüllung
78 Handeln mit starken Emotionen: Den Auslöser erkennen und besänftigen
79 Das Wandern ist des Tirolers Lust
81 Loslassen und endlich wieder Glück verspüren
82 WkUp den Künstler in Dir
84 Kurzbiografien der EIAB Schwestern
92 Kurzbiografien der EIAB Brüder

european institute of applied buddhism
eiab

European Institute of Applied Buddhism gGmbH
Schaumburgweg 3 | 51545 Waldbröl
+ 49 (0)2291 9071373
info@eiab.eu | registrar@eiab.eu
www.eiab.eu

Redaktion: EIAB. Layout und Grafik: Dieter Spitzer. Herzlichen Dank an alle, die uns bei Redaktion, Übersetzung und mit Fotos unterstützt haben.

Titelbild: Thầy's Kalligraphie, Inschrift auf der Glocke des EIAB.

10 Jahre EIAB

Vom Krieg zum Frieden zu kosmischer Spiritualität

Während sich das Europäische Institut für Angewandten Buddhismus (EIAB) auf sein zehnjähriges Bestehen vorbereitet, betrachtet sein Direktor und Studienleiter, Thầy Pháp Ấn, wie die Leiden des Vietnamkrieges durch unseren geliebten Lehrer Thích Nhất Hạnh (Thầy) den Hintergrund des Aufbaus unseres Institutes bildeten. Er beschreibt auch, auf welche Weise Heilung und Transformation, sowohl spirituelle als auch physische, zu den wesentlichen Bausteinen des Instituts in den ersten prägenden Jahren wurde.

Die elegante Kalligraphie von Thầys machtvoller Lehre „Frieden in mir, Frieden in der Welt" wurde über dem Tor des Interseins am Haupteingang des EIAB eingraviert. Auf dem Foto ist Thầy Pháp Ấn zu sehen, der Name und Konstruktion des Tores im Mai 2017 Besuchern aus der Golden Moment Sangha in Hongkong erläutert. Foto: Sarah Monks.

Danksagung: *Der Autor möchte Frau Sarah Monks seine tiefe Dankbarkeit für ihre Untersuchung der Schriften und Reden Dr. Martin Luther Kings zur Zeit des Vietnamkrieges und für ihre gründliche, kreative und gewissenhafte Edition ausdrücken. Der Autor dankt auch Sr. Song Nghiêm für ihre spirituelle Intuition als sie ihn ermutigte, Thầy auf einer Großveranstaltung in Montreal (auf die weiter unten Bezug genommen wird, siehe Seite 20) zu vertreten, nur wenige Tage nach dem plötzlichen und unerwarteten Tod seines Vaters. Sr. Song Nghiêm muss auch für den von ihr zuerst eingebrachten Vorschlag gedankt werden, dass der im letzten Oktober in Norwegen gehaltene Vortrag des Autors mit einem größeren Publikum geteilt wird, indem er Teil dieses Artikels zum zehnten Jubiläum des EIAB wird.*

ZEIT SICH ZU ERINNERN – UND NACHZUDENKEN

Nachdem ich im letzten Oktober Norwegen, die Heimat des Friedensnobelpreises, besuchte, um eine öffentliche Veranstaltung des EIAB anzuleiten, fühlte ich mich angeregt darüber nachzudenken, wie vor 50 Jahren Dr. Martin Luther King Jr., Träger des Friedensnobelpreises, unseren Lehrer Thầy im Jahr 1967 für den Friedenspreis vorschlug. Obwohl in jenem Jahr der Preis schließlich nicht verliehen wurde, hatte Dr. King in Thầy einen „Apostel des Friedens und der Gewaltfreiheit“ – wie er es selbst war – erkannt.

Zu dieser Zeit lebte ich als kleiner Junge in Zentralvietnam, verkroch mich, um mich voller Schrecken vor den Soldaten zu verbergen, die bei Sonnenuntergang vor unserem Haus kampierten und sich auf einen militärischen Angriff vorbereiteten. Ich dachte „es gibt keine Zukunft“. Ich konnte keinen Sinn mehr darin sehen erwachsen zu werden, denn es bedeutete, Soldat zu werden und zu töten oder getötet zu werden. Ich erkrankte und litt jahrelang unter schwerer Trauer und Depression, vor allem zur Zeit des Sonnenuntergangs.

Wie sehr freue ich mich nun zu wissen, dass zur gleichen Zeit, in der ich als Kind in Verzweiflung versank, Thầy und Dr. King unermüdlich gemeinsam daran arbeiteten, den Krieg zu beenden und Hoffnung auf einen zukünftigen Frieden in Vietnam und darüber hinaus zu schaffen. Wie dankbar bin ich, dass mich mein eigenes Leiden schließlich nach Plum Village in Frankreich führte, in die erste monastische Gemeinschaft, die Thầy im Exil aufbaute, in der ich persönlich erstmalig Heilung und Transformation erfuhr.

Die inspirierende Geschichte der Partnerschaft zwischen Thầy und Dr. King ist es wert, dass wir sie erneut miteinander teilen. 50 Jahre nach Dr. Kings Ermordung[1] und zum 10-jährigen Bestehen des EIAB begreifen wir, wie tiefe Wurzeln im Leiden des Krieges und der Diskriminierung uns für unsere Hauptaufgabe vorbereiteten: den Menschen dabei zu helfen, ihre schmerzhaften Gefühle und Emotionen zu erkennen, zu umarmen und zu transformieren sowie Konflikte in ihren familiären Beziehungen, am Arbeitsplatz und in ihren Gemeinschaften zu lösen.

„BITTE TÖTET DIE WAHREN FEINDE DER MENSCHHEIT“

Thầy und Dr. King trafen einander an einem Wendepunkt ihrer beider Leben. Beide waren bereits herausragende Intellektuelle, geistige Oberhäupter und soziale Aktivisten in vorderster Reihe gewaltfreier Bewegungen für einen radikalen Wandel angesichts besorgniserregender, wachsender Gewalt in ihren Ländern. Beide hatten Drohungen, Unterdrückung und Gefahr erfahren. Durch Menschlichkeit, Mitgefühl, Führungsstärke und Respekt füreinander brachten sie die vietnamesische Friedensbewegung und die amerikanische Bürgerrechtsbewegung zusammen. Das Zusammentreffen dieser zwei erwachten Geiste half den Lauf der Geschichte zu verändern.

Ihre Beziehung begann am 1. Juni 1965, als Thầy Dr. King in einem offenen Brief mit der Überschrift „Auf der Suche nach dem Feind der Menschheit“[2] direkt ansprach. Kurze Zeit später führte US Präsident Lyndon B. Johnson Amerika noch tiefer in den Krieg in Vietnam, als er ankündigte, er werde „unsere Kampfstärke“ schnellstens von 75.000 auf 125.000 Männer erhöhen, mit der Option später weitere Soldaten zu schicken.[3]

Dr. King, der im Jahr 1964 den Friedensnobelpreis erhalten hatte, kämpfte angesichts des Vietnamkrieges mit seinem Gewissen. Aber „ich marschierte nicht, demonstrierte nicht und hielt auch keine Versammlungen ab.“[4] Er war überzeugt, dass das Blutvergießen schneller beendet würde, wenn sich die Amerikaner ohne lange Debatte über den Krieg vom Schlachtfeld zum Verhandlungstisch bewegen würden. Die Strategie des erfahrenen Anführers der

Um die Aufmerksamkeit der Welt auf die Unterdrückung und das Leiden der vietnamesischen Buddhisten zu richten, verbrannte sich der Ehrwürdige Thích Quảng Đức am 11. Juni 1963. Dieses Foto steht auf dem Altar für die Vorfahren des EIAB in liebevoller Erinnerung an den Ehrwürdigen Thích Quảng Đức, an seinen Mut und sein Mitgefühl. Es nährt und stärkt unser Bodhisattva Ideal, Liebe und Frieden zu kultivieren. World Press Foto von Malcolm Browne, AP.

Bürgerrechtsbewegung in dieser Zeit war es, als „stiller Aktiver“ hinter den Kulissen durch Verhandlungen für Frieden einzutreten.

In seinem Brief bemühte sich Thầy darum, westlichen Christen zu erklären, dass die Selbstverbrennungen von vier vietnamesischen buddhistischen Mönchen und einer Nonne im Sommer 1963, angefangen mit dem Thầy persönlich bekannten Ehrwürdigen Thích Quảng Đức, die eine große Öffentlichkeit gefunden hatten, kein Suizid waren. Es war keine Verzweiflung, auch kein Protest, es war Ausdruck höchsten Mutes, größter Liebe und unendlichen Mitgefühls; ein Akt der Hoffnung, der Sehnsucht nach einer besseren Zukunft. Die Mönche und Nonnen waren bereit zum Wohle ihres Volkes zu leiden und zu sterben, in einer Zeit, in der buddhistische Führer und ihre Anhänger von dem südvietnamesischen Regime Ngô Đình Diệms diskriminiert und brutal unterdrückt wurden.[5]

Thầy sagte, dass er von ganzem Herzen glaubte, dass diejenigen, die ihr Leben in dieser qualvollen Art opferten, nicht den Tod ihrer Unterdrücker wünschten, sondern ausschließlich eine Veränderung ihrer Politik. Ihre „Feinde“ waren nicht Menschen, sagte Thầy, sondern Intoleranz, Fanatismus, Zwangsherrschaft, Habgier, Hass und Diskriminierung im Herzen der Menschen.

„Mit meinem ganzen Sein bin ich ebenfalls davon überzeugt, dass der Kampf um Gleichberechtigung und Freiheit, den Sie in Birmingham, Alabama, führen, sich nicht gegen die Weißen richtet, sondern ausschließlich gegen Intoleranz, Hass und Diskriminierung. Diese sind die wahren Feinde der Menschheit – nicht die Menschheit selbst“, schrieb er an Dr. King. „In unserer unglücklichen Heimat bitten wir verzweifelt darum: Tötet keine Menschen, auch nicht im Namen der Menschheit. Bitte tötet die wahren Feinde der Menschheit, die überall gegenwärtig sind, direkt in unseren Herzen und in unseren Geisten.“[6]

„SIE KÖNNEN NICHT SCHWEIGEN“

Thầy beschrieb weiter, wie in einem bereits seit mehr als 20 Jahren andauernden tragischen Krieg täglich zahllose vietnamesische Bauern und Kinder ermordet wurden. „Ich bin mir gewiss, dass Sie, da Sie in einem der härtesten Kämpfe um Gleichberechtigung und Menschenrechte engagiert sind, zu denen zählen, die das unbeschreibliche Leiden der vietnamesischen Menschen vollständig verstehen und mit Ihrem ganzen Herzen teilen.“

Thầy wandte sich an Dr. King, „Die größten Humanisten der Welt“ würden nicht mehr schweigen.“ Und er fuhr fort: „Sie selbst können nicht mehr schweigen. Es wird gesagt, Amerika habe ein starkes religiöses Fundament und seine spirituellen Führer würden nicht erlauben, dass dessen politische und wirtschaftliche Doktrinen den spirituellen Bezug verlören. Sie können nicht schweigen, denn Sie sind bereits aktiv geworden und sie handeln weiterhin, weil in Ihnen auch Gott handelt [...]“

Thầy und Dr. King gaben am 1. Juni 1966 in Chicago eine gemeinsame Pressekonferenz.

„ICH BEFAND MICH IN DER GEGENWART EINER HEILIGEN PERSON“

Im Mai 1966 verließ Thầy Vietnam zu einer Vortragsreise in die USA, um den Amerikanern Informationen aus erster Hand über die „wirkliche Situation in Vietnam“[7] zu geben, die sie in ihren Medien kaum fanden, und um ein Ende des Leidens zu bitten. Zum ersten Mal trafen sich Dr. King und Thầy persönlich am 1. Juni 1966 in Chicago. Später schrieb Thầy über dieses Treffen: „Vom ersten Moment wusste ich, dass ich mich in der Gegenwart einer heiligen Person befand. Nicht nur seine gute Arbeit, sondern sein ganzes Sein war für mich eine Quelle großer Inspiration.“[8]

Auf einer gemeinsamen Pressekonferenz rief Thầy zu gewaltfreien Aktionen auf, um „den wirklichen Feind“ zu besiegen: Wut, Hass und Diskriminierung. Er führte aus, dass Dr. Kings Aktivitäten für Bürger- und Menschenrechte in vollständiger Übereinstimmung mit den Bemühungen stünden, den Konflikt in Vietnam zu beenden.

Dr. King bezog sehr eindeutig Stellung gegen den Krieg. „Das war der Tag, an dem wir unsere Anstrengungen, für den Frieden in Vietnam zu arbeiten und für die Menschenrechte in den USA zu kämpfen, miteinander vereinten“, schrieb Thầy später.[9] Zu dieser Zeit wurde Thầy auch verboten, nach Vietnam zurückzukehren und ihm wurde ein nahezu vier Jahrzehnte andauerndes Exil aufgezwungen.

„DIESER SANFTE BUDDHISTISCHE MÖNCH AUS VIETNAM“

Die Begegnung mit Thầy hatte eine starke Wirkung auf Dr. King und sein tieferes Erwachen in Hinblick auf die humanitären und moralischen Herausforderungen, die der Vietnamkrieg der Welt auferlegte. Am 25. Januar 1967 schickte Dr. King den folgenden Brief an das norwegische Nobelinstitut in Oslo:

„Sehr geehrte Herren,

als Träger des Friedensnobelpreises von 1964 habe ich nun die Freude, Ihnen den Namen von Thich Nhat Hanh für diesen Preis im Jahre 1967 vorzuschlagen.

Ich persönlich kenne niemanden, der den Friedensnobelpreis mehr verdient hätte, als dieser sanfte buddhistische Mönch aus Vietnam.

Es wäre ein glückverheißendes Jahr für Sie, Ihren Preis an den Ehrwürdigen Nhat Hanh zu verleihen. Hier ist ein Apostel des Friedens und der Gewaltfreiheit, auf grausame Weise von seinem eigenen Volk getrennt, das geschunden wird von einem brutalen Krieg, der zu einer Bedrohung für die Vernunft und die Sicherheit der ganzen Welt angewachsen ist.

Weil keine Ehrung mehr respektiert wird als der Friedensnobelpreis, wäre seine Verleihung an Nhat Hanh ein höchst großzügiger Akt des Friedens. Diese würde alle Nationen daran erinnern, dass Menschen guten Willens bereit sind, kriegführende Parteien aus der Hölle von Hass und Zerstörung zu führen. Sie würde die Lehre vom Frieden, der in Schönheit und Liebe gefunden wird, in den Menschen wieder wachrufen. Sie würde helfen, die Hoffnungen auf eine neue Ordnung der Gerechtigkeit und Harmonie wieder zu beleben.

Ich kenne Thich Nhat Hanh und habe das Privileg, ihn einen Freund zu nennen. Erlauben Sie mir, einige Informationen über ihn mit Ihnen zu teilen. Sie werden in diesem einzelnen menschlichen Wesen eine außerordentliche Bandbreite von Fähigkeiten und Interessen finden.

Er ist ein heiliger Mensch, denn er ist bescheiden und tief gläubig. Er ist ein Gelehrter mit außerordentlichen intellektuellen Fähigkeiten. Er ist der Autor von zehn publizierten Büchern und ist auch Dichter mit einer großartigen Klarheit und voller menschlichen Mitgefühls. Seine akademische Ausbildung erfolgte in Religionsphilosophie, worin er eine Professur an der von ihm mitbegründeten buddhistischen Van Hanh Universität in Saigon innehält. Er ist Leiter des `Institute for Social Studies´ an dieser Universität. Dieser erstaunliche Mensch ist auch Herausgeber von `Thien My´, einer einflussreichen buddhistischen Wochenzeitung. Und er ist Direktor von `Youth for Social Service´, einer vietnamesischen Institution, die junge Menschen für den friedlichen Wiederaufbau ihres Landes ausbildet.

Gegenwärtig ist Thich Nhat Hanh praktisch heimatlos und staatenlos. Würde er nach Vietnam zurückkehren, was er sich sehnlichst wünscht, wäre sein Leben in großer Gefahr. Er ist Opfer eines besonders brutalen Exils, da er seine Friedensbemühungen seinem eigenen Volk bringen möchte. Was für ein tragisches Bild der gegenwärtigen Situation in Vietnam und derer, die sie fortsetzen hiermit gezeichnet wird.

Die Geschichte Vietnams ist voller Kapitel der Ausbeutung durch fremde Mächte und korrumpierte reiche Menschen. Bis heute werden die Vietnamesen brutal regiert, schlecht ernährt, leben in ärmlichen Häusern und auf ihren Schultern liegen die ganze Härte und der Terror der modernen Kriegsführung.

Thich Nhat Hanh bietet einen Ausweg aus diesem Albtraum an, eine für vernünftige Führer annehmbare Lösung. Er hat die Welt bereist, Staatsmänner, religiöse Anführer, Gelehrte und Schriftsteller beraten und ihre Unterstützung erwirkt. Seine Ideen für einen Frieden würden im Falle ihrer Umsetzung der Ökumene, der weltweiten Brüderlichkeit und der Humanität ein Denkmal setzen.

Ich empfehle Ihnen voller Respekt, sein Anliegen mit der Würde des Friedensnobelpreises 1967 zu ehren. Thich Nhat Hanh trüge diese Ehrung mit Anmut und Bescheidenheit.

Ergebenst

Martin Luther King, Jr.“[10]

„ICH WERDE NIE WIEDER SCHWEIGEN...“

In seiner Autobiographie verweist Dr. King auf den „existentiellen Augenblick“, in dem er schlussendlich erkannte, dass er sich gegen die Beteiligung Amerikas in diesem Krieg aussprechen musste. Dies geschah nach dem Lesen eines Artikels mit der Überschrift: „Die Kinder Vietnams“. Er sagte zu sich: „Ich werde nie mehr zu einer Frage schweigen, welche die Seele unserer Nation zerstört und ebenso Tausende und Abertausende von kleinen Kindern in Vietnam.“[11]

Auf einer Tagung in Bevery Hills, Kalifornien, im Februar 1967, trug Dr. King eine scharfe Analyse der „Verluste im Vietnamkrieg“ vor, zu denen Amerikas Prinzipien und Werte – und etwa eine Million vietnamesische Kinder – zählte.[12] Er bestand darauf, dass die USA sich in einer unhaltbaren moralischen und politischen Situation befänden. „Wir müssen die Leidenschaft der Bürgerrechtsbewegung mit der Friedensbewegung verbinden“, drängte er. „Wir müssen demonstrieren, lehren und

predigen bis die Grundfesten unserer Nation erschüttert werden. Wir müssen unaufhörlich daran arbeiten, um diese von uns geliebte Nation auf eine höhere Bestimmung zu heben, auf eine neue Ebene des Mitgefühls, zu einem edleren Ausdruck der Menschlichkeit."

Die Rede provozierte Kritik aus dem gesamten politischen Spektrum an Dr. King auch seitens seiner Unterstützer. Aber er ließ sich nicht abschrecken. Am 4. April 1967 bezog er in der Riverside Church in New York in einer leidenschaftlichen Rede mit dem Titel „Jenseits von Vietnam: Zeit, das Schweigen zu durchbrechen" kraftvoll Stellung gegen das „schändliche" Engagement Amerikas in diesem „tragischen Krieg."[13]

„In den letzten beiden Jahren, in denen ich den Verrat meines eigenen Schweigens brach und vom Brennen meines eigenen Herzens sprach, als ich zu einer radikalen Abwendung von der Zerstörung Vietnams aufrief, haben mich viele Menschen nach der Weisheit meines Weges gefragt," erzählte er der überfüllten Gemeinde. „Im Inneren ihrer Besorgnis türmte sich oft groß und laut die Frage auf: `Warum sprechen Sie über den Krieg, Dr. King?´ `Warum schließen Sie sich den Stimmen des Widerspruchs an?´ `Frieden und Bürgerrechte gehören nicht zusammen´, sagen sie."

Er riskierte seine Zukunft als Anführer der Bürgerrechtsbewegung ebenso wie seine Beziehung zur Regierung Johnson als er ausführte, dass die Themen des Krieges in Vietnam und der Bürgerrechte in Amerika untrennbar miteinander verbunden seien. Er beschrieb die grausame Ironie, dass junge schwarze Männer – diskriminiert in der amerikanischen Gesellschaft – weggeschickt wurden, „um in Südostasien Freiheiten zu garantieren, die sie im südwestlichen Georgia und Ostharlem nicht gefunden hatten". Dr. King hielt an dieser Stelle nicht ein. Ihm war bewusst, dass der Krieg in Vietnam über die Bürgerrechte hinaus in die eigentliche Seele Amerikas eingedrungen war. „Wenn die Seele Amerikas vollständig vergiftet wird, muss sich ein Teil der Autopsie auf Vietnam beziehen. Sie kann niemals gerettet werden, so lange Amerika weltweit die tiefsten Hoffnungen der Menschheit zerstört."

SPUREN IN DER GESCHICHTE

Gegenüber der Riverside Gemeinde zeichnete Dr. King ein verheerendes Bild der Kriegsfolgen für die Menschen und die Gesellschaft Vietnams und wiederholte dabei, was Thầy in seinen Schriften und auf seiner Vortragsreise aufgedeckt hatte: „Wir haben ihre wichtigsten Institutionen zerstört: die Familie und das Dorf, " sagte Dr. King. „Wir haben ihr Land und ihre Felder zerstört. Wir haben an der Vernichtung der einzigen revolutionären nichtkommunistischen politischen Kraft – der Vereinigten Buddhistischen Kirche – mitgewirkt. Wir haben die Feinde der Bauern in Saigon unterstützt. Wir haben ihre Frauen und Kinder korrumpiert und ihre Männer getötet."

Er rief zu einer sofortigen Beendigung dieses Wahnsinns auf, indem er sagte, dass die Initiative zum Krieg von Amerika ausgegangen war und folglich auch die Initiative ihn zu beenden, von Amerika ausgehen müsse. „Dies ist die Botschaft der großen buddhistischen Führer in Vietnam. Vor kurzem schrieb einer von ihnen diese Worte:

> `Jeder Tag, an dem der Krieg andauert, verstärkt den Hass in den Herzen der Vietnamesen und in den Herzen derer, die einen Instinkt für Menschlichkeit haben. Die Amerikaner zwingen sogar ihre Freunde ihre Feinde zu werden. Es ist seltsam, dass die Amerikaner, die so sorgfältig die Möglichkeiten eines militärischen Sieges berechnen, nicht bemerken, wie sie unterdessen eine weitgehende psychologische und politische Niederlage erleiden. Das Bild von Amerika wird niemals wieder das Bild der Revolution, der Freiheit und der Demokratie sein, sondern das Bild der Gewalttätigkeit und des Militarismus.´"

Der ungenannte buddhistische Führer, den Dr. King zitierte, war Thầy.[14]

„MARTIN, SIE BEZEICHNEN DICH ALS BODHISATTVA"

Kurz nach dieser Rede in der Riverside Church trafen sich Thầy und Dr. King im Mai 1967 wieder bei der vom Weltkirchenrat organisierten „Frieden auf Erden" Konferenz. Bei einem privaten Treffen zu einem Frühstück in Dr. Kings Hotelzimmer setzten sie ihren brüderlichen Dialog über den Frieden sowie über den Aufbau einer Gemeinschaft fort und besprachen, welche Schritte Amerika unternehmen sollte, um den Krieg zu beenden.

Thầy sagte zu ihm: „Martin, weißt du das? In Vietnam bezeichnen sie dich als einen Bodhisattva, als ein erleuchtetes Wesen, das sich darum bemüht, andere menschliche Wesen aufzuwecken und ihnen zu helfen, mehr Mitgefühl und Verstehen zu entwickeln." Später schrieb Thầy, dass er froh war, dass er die Möglichkeit gehabt hatte, dies zu sagen, denn weniger als ein Jahr später, genau am Jahrestag seiner historischen Riverside-Rede, war Dr. King tot.[15]

„Ich war in New York, als ich die Nachricht von seiner Ermordung erhielt. Ich war am Boden zerstört. Ich konnte nicht essen; ich konnte nicht schlafen," erinnerte Thầy sich später. „Ich legte das tiefe Gelöbnis ab, weiter fortzufahren mit dem Bau dessen, was er als die `Geliebte Gemeinschaft´ bezeichnet hatte, nicht nur für mich, sondern auch für ihn. Ich habe das getan, was ich Martin Luther King Jr. versprach. Und ich denke, ich habe immer seine Unterstützung gespürt."[16]

THẦYS VERSPRECHEN EINHALTEN

Die Menschen, die Dr. Kings Erbe wachhalten, beschreiben diese `Geliebte Gemeinschaft´ als eine weltweite Vision, in der alle Formen von Rassismus, Diskriminierung, Bigotterie und Vorurtei-

len ersetzt werden durch einen alle umfassenden Geist der Schwesterlichkeit und der Brüderlichkeit, in dem Liebe und Vertrauen über Angst und Hass triumphieren und in dem Frieden mit Gerechtigkeit sich gegen Krieg und militärischer Auseinandersetzung durchsetzen werden.[17]

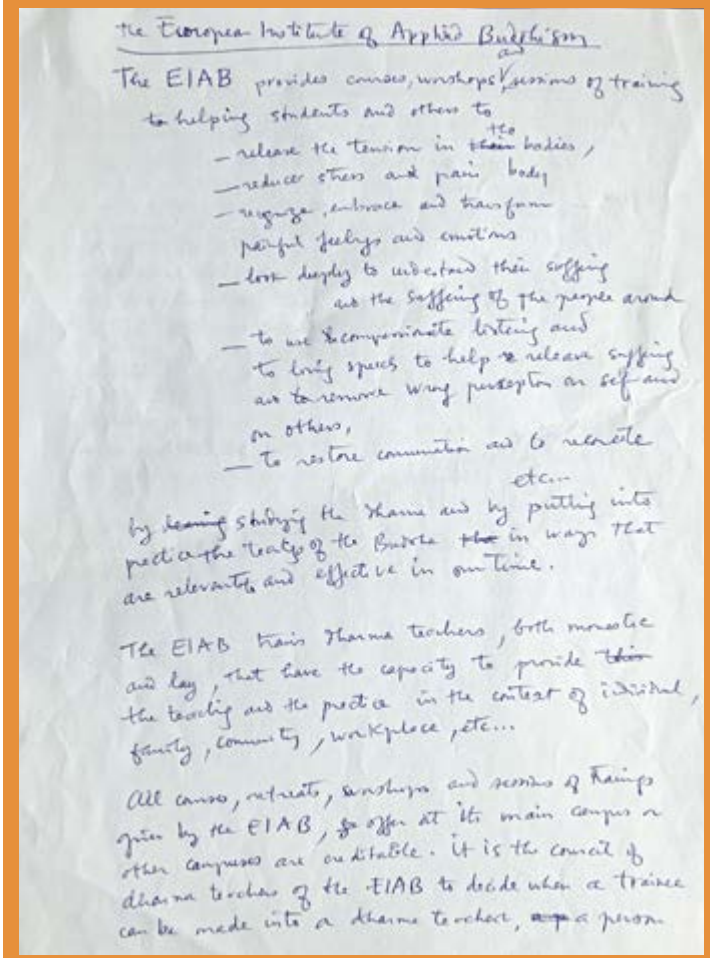
Ich betrachte die geliebte Gemeinschaft des EIAB sowohl als eine Manifestation des Versprechens von Thầy an Dr. King wie auch als eine weit in die Zukunft gerichtete Fortsetzung von Thầys Bodhisattva Gelübde des Großen Mitgefühls. Das EIAB ist ein modernes buddhistisches Friedensprojekt, das Thầys positive Erwiderung auf das Leiden und die Schwierigkeiten in der heutigen Welt verkörpert. Sein tiefer Wunsch mit der Gründung des EIAB war, dass zukünftige Generationen davon profitieren, dass sie „das Dharma studieren und die Lehren des Buddhas in einer unserer Zeit entsprechenden relevanten und effektiven Weise verwirklichen mögen."[18]

Thầy hat uns die Aufgabe gegeben, das EIAB zu einer beständigen Institution zu formen, das förmlich, intellektuell anspruchsvoll und systematisch seine Arbeit durchführt. Mit der Zeit sollen wir als Schaltstelle des Lernens für andere Plum Village Zentren dienen und zum Hauptcampus oder Mittelpunkt – innerhalb des globalen Netzwerks von Übungszentren von Plum Villages – zur Verwaltung der Ausbildung und Zertifizierung der Dharmalehrer und Dharmalehrerinnen, werden.

In Thầys Worten: „Es ist Aufgabe des Rates der Dharmalehrer und Dharmalehrerinnen des EIAB darüber zu entscheiden, wann ein Aspirant zum Dharmalehrer oder zur Dharmalehrerin ernannt wird, eine Person, die befähigt ist, die rechte Lehre und Praxis anzubieten [...] (und) die darin anerkannt wurde, dass sie Transformation und Heilung dank der Praxis erlangt hat."[19] Thầy fährt mit den Worten fort, dass Langzeit-Praktizierende – nach der Freude von Transformation und Heilung –, „motiviert werden könnten, Dharmalehrende zu werden, um anderen zu helfen," und sie können alle Credit-Points zusammenlegen, die sie aus ihren Studien und ihrer Praxis empfangen haben, und dem Rat der Dharmalehrer und Dharmalehrerinnen (DTC) des EIAB die Frage stellen, ob sie zum Dharmalehrenden qualifiziert sind. „Falls sie weitere Studien und Praxis benötigen, wird das DTC diese empfehlen, bevor ihnen der Titel eines Dharmalehrers oder einer Dharmalehrerin verliehen wird."

Meine persönliche Verbindung zum EIAB reicht bis zu einem Frühlingstag in Plum Village im Jahre 2006 zurück, an dem Thầy mich zu sich in seine Klause bat. Ich dachte, es ginge um die Planung seines nächsten Besuchs in Vietnam. Als ich jedoch eintrat, war Thầy damit beschäftigt, Kalligraphien zu schreiben, die Worte „European Institute of Applied Buddhism" wiederho-

Am 4. Juli 2007 skizzierte Thầy seine Vision für das EIAB und dessen zukünftige Rolle in der unten abgebildeten handschriftlichen Notiz.

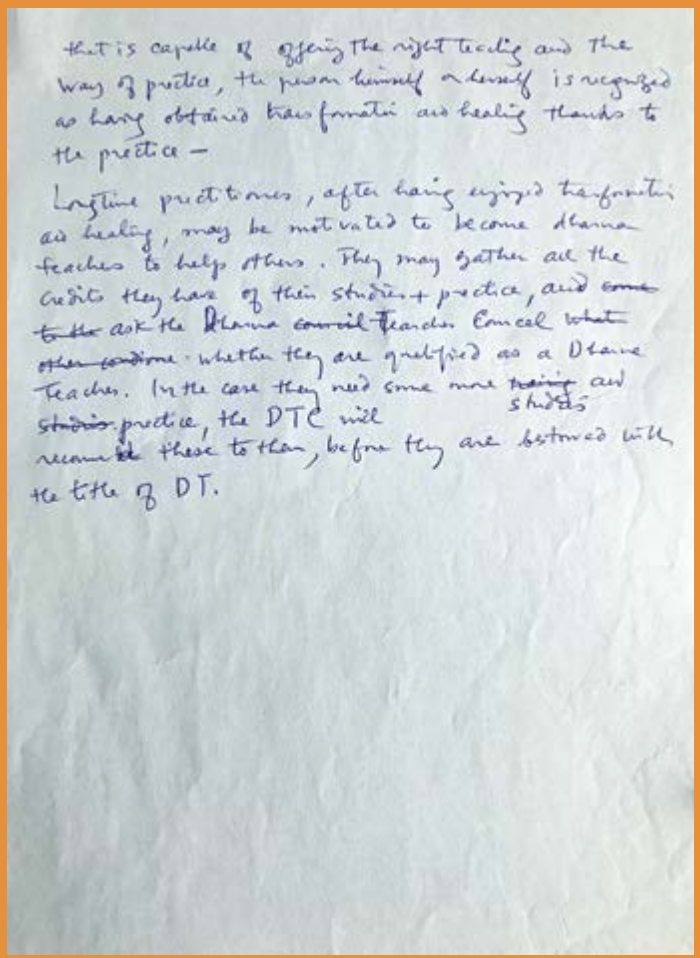

the European Institute of Applied Buddhism

The EIAB provides courses, workshops and sessions of training to helping students and others to
- release the tension in the bodies,
- reduce stress and pain body
- engage, embrace and transform painful feelings and emotions
- look deeply to understand their suffering and the suffering of the people around
- to use compassionate listening and to living speech to help release suffering and to remove wrong perception on self and on others,
- to restore communication and to reconcile etc...

by ~~learning~~ studying the Dharma and by putting into practice the teaching of the Buddha ~~the~~ in ways that are relevant to and effective in our time.

The EIAB trains Dharma teachers, both monastic and lay, that have the capacity to provide ~~their~~ the teaching and the practice in the context of individual, family, community, workplace, etc...

All courses, retreats, workshops and sessions of training given by the EIAB, ~~to~~ offer at its main campus or other campuses are auditable. It is the council of dharma teachers of the EIAB to decide when a trainee can be made into a dharma teacher, ~~a~~ a person


that is capable of offering the right teaching and the way of practice, the person himself or herself is recognized as having obtained transformation and healing thanks to the practice –

Longtime practitioners, after having enjoyed transformation and healing, may be motivated to become dharma teachers to help others. They may gather all the credits they have of their studies + practice, and ~~come to the~~ ask the Dharma ~~council~~ teachers Council ~~what other courses~~ whether they are qualified as a Dharma Teacher. In the case they need some more ~~training~~ studies and ~~studies~~ practice, the DTC will recommend these to them, before they are bestowed with the title of DT.

Thầy praktiziert seine achtsame Kunst der Kalligraphie (unten rechts), neben seiner Darstellung des „The European Institute of Applied Buddhism". Wir übernahmen Thầys Kunstwerk als unser offizielles Namensschild, das vor dem Asoka Institut aufgestellt ist (unten links).

lend. Diese Tätigkeit setzte er einige Zeit fort. Dann hörte er auf, legte er seinen Pinsel nieder, goss mir eine Tasse Tee ein und sagte: „Das ist dein nächstes Projekt, wenn du deine Arbeit in Vietnam beendet hast."

Intuitiv wählte Thầy Deutschland als Standort für das Institut aus, ein Land, dessen Führer zu denen gehörten, die in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts Kriege führten, dessen Menschen nun aber beispielhaft für Frieden stehen. Thầys Vorstellung bestand darin, ein Institut nicht nur für Deutschland, sondern unter Berücksichtigung der zentralen geographischen Lage Deutschlands in Nord- und Mitteleuropa, für ganz Europa zu errichten.[20]

Thầy ließ monatelang Dutzende von Immobilien von deutschen Sangha-Freunden ansehen, bevor er sich für ein großes bewaldetes Grundstück in Waldbröl, 64 km östlich von Köln, entschied. (Bitte lesen Sie dazu auch den Artikel auf Seite 31). Er sah, dass dort ein hervorragendes altes Gebäude stand, das groß und eindrucksvoll genug war für seine pan-europäische Vision.

Thầy rief auf der örtlichen Pressekonferenz zur Bekanntgabe der EIAB Gründung Gelächter hervor, als er einem Journalisten sagte, dass Waldbröl Plum Village ausgesucht habe und nicht umgekehrt. Schon bald begannen wir zu verstehen, dass Thầy keinen Scherz gemacht hatte.

WALDBRÖL HAT UNS AUSGESUCHT

Das 150 Meter lange Hauptgebäude des EIAB, das nun unser Asoka Institut ist, wurde zwischen 1895 und 1897 als Krankenhaus für geistig und körperlich eingeschänkte Menschen errichtet und stand unter Leitung der protestantischen Glaubensgemeinschaft. Während der NS-Zeit wurde das Gebäude beschlagnahmt. Zwischen November 1938 und Januar 1939 wurden alle Patienten und Patientinnen – insgesamt nahezu 700 Menschen – gezwungen, das Krankenhaus zu verlassen und in eine kleine Gemeinde in der Nähe umzuziehen.[21]

Niemand kennt ihr genaues Schicksal, aber zweifelsohne mussten sie sehr leiden. Unter der Ideologie einer „reinen Rasse" wurden geistig und körperlich beinträchtigte Menschen als Bedrohung der „genetischen Reinheit der Arier" und als Belastung der Gesellschaft betrachtet. Sie wurden sterilisiert, zur Abtreibung gezwungen sowie durch Euthanasie „eliminiert". Nach dem 2. Weltkrieg diente das Haus als allgemeines Krankenhaus und als Entbindungsheim. Später diente es als Militärobjekt und stand von April 2006 an leer, bis Thầy im Januar 2008 darauf aufmerksam wurde.

Thầy neben dem Bürgermeister von Waldbröl, Herrn Peter Koester, auf der Pressekonferenz am 12. September 2008 bei der Bekanntgabe der formellen Gründung des EIAB.

Am 7. März besuchte Thầy Waldbröl, um die Immobilie zu besichtigen. Zufrieden damit, dass dies der richtige Platz sei, um das zukünftige Institut zu beherbergen, gab er den Auftrag, mit dem Kaufprozess zu beginnen.

Nach einer viele Monate dauerhaften Suche, besuchen Thầy und Sr. Chân Không am Freitag, den 7 März 2008 Waldbröl, um ein Anwesen zu besichtigen, welches in der engeren Auswahl für das zukünftige Institut ist. (Oben links) Thầy, in Begleitung seines Attendanten Br. Pháp Hiền, wird das Anwesen von der ersten Direktorin des EIAB, Dr. Thuc-Quyen Nguyen-Ryzek (Chân Diệu) vorgestellt, die die Besichtigung arrangiert hat. Einige Schritte dahinter beginnt Sr. Chân Không mit ihrer eigenen Besichtigung, während Thầy bereits sehr zufrieden scheint mit dem, was er sieht. Er geht weiter (die Stufen) zu dem beeindruckenden Hauptgebäude hinauf und setzt seinen Fuß achtsam über die Schwelle. Foto: Bui Huu Tuong & Trang.

Im September in Plum Village bat Thầy mich um ein Treffen mit der Sangha, damit wir beginnen konnten, die Schwestern und Brüder auszuwählen, die mit mir in das neue Institut in Deutschland kommen sollten. In den folgenden beiden Tagen trafen sich die drei Klöster von Plum Village, um ihre Nominierungen durchzuführen.

Am Sonntag, dem 07. September 2008, traten wir im Anschluss an das formelle Mittagessen im New Hamlet vor den Buddha Altar, berührten die Erde vor Buddha, Thầy und der Sangha, um die Erlaubnis zu erbitten, Plum Village zu verlassen und nach Waldbröl umzuziehen. An diesem Nachmittag verließen drei Vans mit Mönchen und Nonnen New Hamlet in Richtung Deutschland. Die ganze Sangha versammelte sich, um uns zu verabschieden. Dies war sehr bewegend und wir alle waren glücklich.

Drei Tage später, am 10. September 2008, trafen wir am Eingang des Hauptgebäudes – unseres zukünftigen Asoka Institutes ein. Wir warteten, dass unser

Frisch aus Plum Village macht Thầys neue monastische Sangha in Deutschland am 10. September 2008 ihre ersten Schritte auf dem von Thầy für das EIAB ausgesuchten 5,7 ha großen Gelände. Dies ist auch das erste Mal, dass wir das beeindruckende Gebäude erblicken, das bald zum Asoka Institut werden wird.

Wir sind glücklich, während wir uns unserem Rechtsanwalt Dr. Alexander Puplick nähern. Gemeinsam sollen wir Vertreter der Bundesanstalt für Immobilienaufgaben, die die Bundesrepublik Deutschland beim Verkauf des Eigentums in Waldbröl vertreten, treffen.

Mit einem freundlichen Lächeln lädt Dr. Puplick (links) die Sangha ein, den großen Treppenaufgang zum zukünftigen Asoka Institut heraufzukommen.

Mit Vorfreude erwarten wir hineingerufen zu werden, damit die Formalitäten beginnen können.

Thầy Pháp Ấn im Gespräch zum Kaufablauf mit Dr. Puplick, links, und der ersten Direktorin des EIAB, Dr. Thuc-Quyen Nguyen-Ryzek (Chân Diệu).

Die Sangha-Mitglieder schauen bereits in die Zukunft des EIAB, während sie noch auf den Abschluss der Formalitäten warten.

Dr. Puplick überprüft die zur Unterschrift vorbereiteten Dokumente sorgfältig.

Geschafft!

EIAB ist angekommen! Am 10. September 2008 beginnen wir unser neues Leben in Waldbröl

Rechtsanwalt, Dr. Alexander Puplick, uns für die Bearbeitung der Kaufformalitäten hereinbat, bei denen wir von der ersten Direktorin des EIAB, Dr. Thuc-Quyen Nguyen-Ryzek (Chân Diệu) unterstützt wurden.

Vielleicht wusste Thầy aufgrund seines Bodhisattva Gelübdes allen fühlende Wesen zu helfen bereits, warum wir nach Waldbröl gerufen worden waren. Er wusste, es war eine Bitte der unsichtbaren Opfer der Nazis, die ihn wie die Opfer von Diskriminierung und Krieg in Vietnam um Hilfe gebeten hatten.

Als Wissenschaftler fällt es mir im Normalfall schwer, an die unsichtbare Welt zu glauben, obwohl ich als Mönch auch buddhistische Lehren zu diesem Thema studiert habe. Aber nachdem ich in das EIAB kam, überzeugten mich lebhafte Träume davon, dass die unsichtbare Welt in der Tat versuchte, zu kommunizieren. Ich machte auch merkwürdige Erfahrungen, wie z.B. dass mir eine kleine Glocke oder ein Teller mit Speisen völlig unerwartet aus der Hand und auf den Boden fielen. Während über all diesem ein gewisses Mysterium verbleibt, war die Energie des vergangenen Leidens spürbar und musste ganz eindeutig transformiert werden.

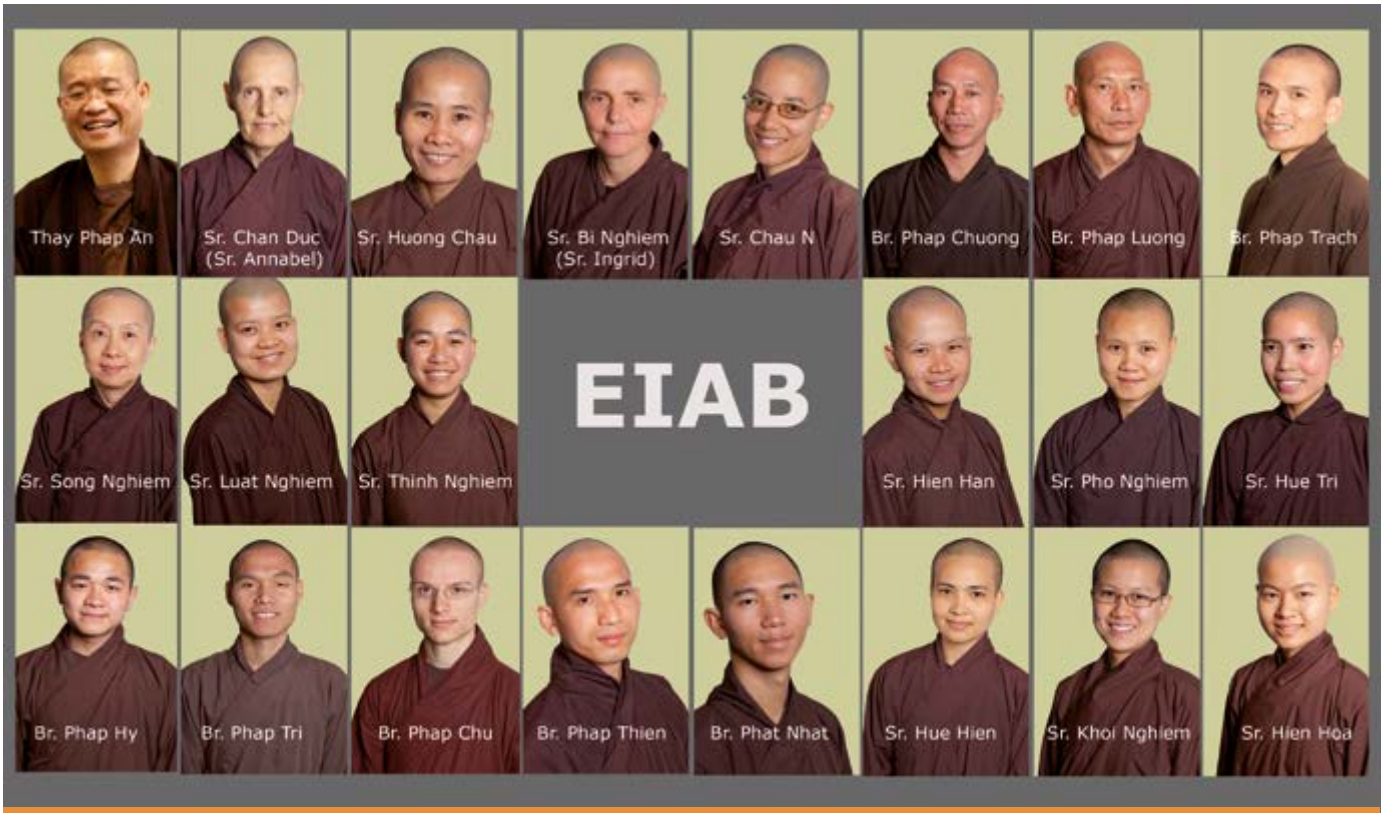
Zur selben Zeit stellte uns auch der Aufbau unseres Institutes vor vielfältige, eher weltliche Herausforderungen. Die Herausforderung bestand darin, gleichzeitig mit derart vielen Bedürfnissen sowohl spiritueller als auch körperlicher Art umgehen zu können!

AUF DIE FÜßE KOMMEN

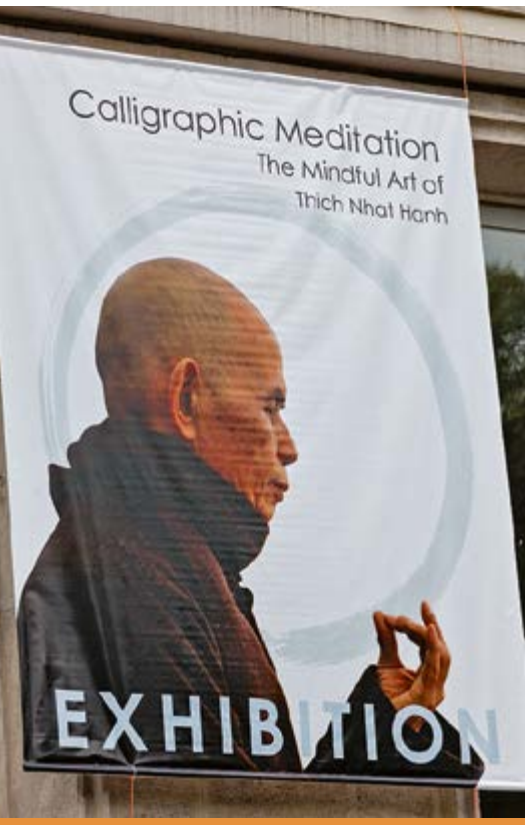
Die neue monastische Gemeinschaft des EIAB verbrachte ihren ersten eisigen Winter zusammengedrängt in einigen wenigen Räumen des riesigen hallenden Asoka Institutes – ohne Heizung und ohne Trinkwasser. Das machte uns definitiv unseren Status als Wegbereitende eines weiteren von Thầys zukunftsweisenden Projekten deutlich! Der riesige vernachlässigte Bau benötigte ein neues Heizungssystem, neue Wasserleitungen und neue Stromkabel, um ihn bewohnbar zu machen und um die Brandschutzvorschriften wie auch andere baurechtliche Auflagen zu erfüllen. Als die Renovierung das Asoka Institut in eine Baustelle verwandelte, waren wir im September 2009 dankbar, das nahe gelegene `Kloster des Großen Mitgefühls´ zu haben, in das wir umzogen. Sein Ankauf durch das EIAB bedeutete, dass wir nun eine Einrichtung hatten, in der wir unsere Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen beherbergen konnten.

Diese ersten Jahre waren in der Tat eine „weiche Eröffnung“ des EIAB. Es war wesentlich, Zeit auf die Entwicklung des Lehrkörpers, der Curricula und eines soliden Kursprogramms für das Institut zu verwenden; sowie damit anzufangen, die administrative Infrastruktur zu schaffen, die es dem EIAB ermöglichen würde, eines Tages seine Rolle als weltweiter Mittelpunkt zu erfüllen wie sie von Thầy skizziert worden war. Dazu war es gleichermaßen notwendig, die Konsequenzen für Arbeitskräfte und andere Ressourcen insgesamt zu bedenken, nicht zuletzt die Notwendigkeit der neuen Finanzierung für die nächste Phase der Renovierung des Asoka Institutes und den Bau einer Meditationshalle.

Die Existenz des EIAB war noch neu und relativ unbekannt. Daher war es wichtig, das EIAB bekannter zu machen, um erfolgreich weitere Studenten und Studentinnen zu gewinnen, sowie weitere Spenden zu sammeln, und so den Betrieb des EIAB auf eine kräftigere und nachhaltigere Basis zu stellen. Während eines Retreats in Hongkong



Die ersten 22 Mitglieder der Klostergemeinschaft (Foto[22]) des EIAB, brauchten nach dem Einzug in das Asoka Institut echten Pioniergeist. Im ersten Winter 2008-09 hatten wir weder Heizung noch Trinkwasser im Haus. Foto: Rolf Franke – Film- und Theaterfotografie *www.actorsphotography.de*



Ein Poster für EIABs Ausstellung von Thầys Original-Kalligraphien. Erstmals im Jahr 2010 in Hongkong ausgestellt, hat sie nun ihre dauerhafte Heimat im Asoka Institut gefunden.

im Frühling 2010 besprach ich diese Themen mit Laienfreunden und Laienfreundinnen, die uns unterstützten. Darunter waren Frau Prof. Eva Yuen, eine Künstlerin, Kuratorin und Professorin für Kunst und Design und Frau Therese Khan.

Gemeinsam entwickelten wir die Idee einer Fundraising-Ausstellung von Thầys achtsamer Kalligraphie, begleitet von einem großartigen Kunstbuch, dessen Verkauf ebenfalls Spenden einbringen sollte. Von Qi Gong Meistern wussten wir auch, dass Thầys Kalligraphie die friedliche, positive Energie seines Mitgefühls ausstrahlt. Die angestrebte Ausstellung wäre auch ein Werkzeug für das EIAB, um die Last aus vergangenem Schmerz und Leiden, die noch im Gebäude spürbar war, zu transformieren. Darüber hinaus würde das Ausstellen von Thầys Werken eine wunderbare Möglichkeit eröffnen, den großen Raum im Erdgeschoss des Asoka Institutes nach seiner Renovierung positiv zu gestalten.

Professor Yuen und Frau Khan flogen nach Deutschland, wo Thầy das Sommer-Retreat leitete, um ihm den Vorschlag für die Ausstellung zu präsentieren, dem er großherzig zustimmte. Über den Sommer 2010 hinweg fertigte Thầy viele neue Kalligraphien an. Zügig entwickelten sich Pläne für eine Wanderausstellung, die zuerst am Ende des Jahres 2010 und zu Beginn des Jahres 2011[23] in Hongkong aufgebaut werden sollte, bevor sie weiter nach Taiwan und Canada ziehen und schließlich ihren endgültigen Platz nach der Fertigstellung des Asoka Institutes im EIAB finden sollte.

DEN LEIDENDEN GEISTERN UNSERE LIEBE ERWEISEN

Zwei Wochen nach unserem Einzug in das EIAB berichtete ich Thầy von den merkwürdigen Phänomenen, die wir erlebt hatten und erwähnte auch meine Träume. Er forderte uns auf, jeden Tag den herumwandernden Geistern unsere Energie des Mitgefühls darzubringen. In

diesem November kehrte Thầy nach einer Lehrreise durch Indien in das EIAB zurück und hielt im nahe gelegenen Krankenhaus einen öffentlichen Vortrag. Er untersuchte auch die Vergangenheit des Asoka Institutes weiter. Auf einer seiner morgendlichen Gehmeditationen entdeckte er eine metallene Gedenktafel für diejenigen, die dort unter den Nazis gelitten hatten. Er war sehr berührt und verfasste einen Brief der Versöhnung, den wir noch immer jeden Tag bei der Zeremonie für die herumirrenden Geister verlesen.

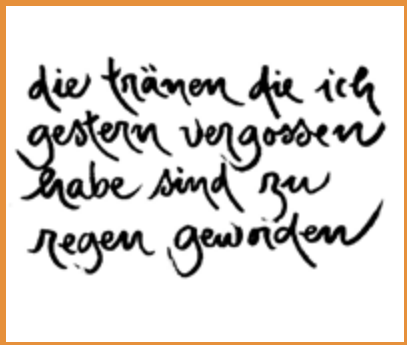
Zu Beginn des Jahres 2012 schlugen Mitglieder der EIAB-Sangha vor, ortsansässige Einwohner, Gemeinden, Schulen, Kinder und Mitglieder anderer buddhistischer Zentren in der ganzen Welt einzuladen, im Andenken an jeden und jede der 700 Patienten und Patientinnen, die von den Nazis aus dem früheren Krankenhaus entfernt worden waren, Herzen zu nähen. Es war eine bedeutende Idee und die Reaktion war überwältigend. Insgesamt erhielten wir mehr als 1.400 wunderschöne Herzen – genug für eine beachtliche Ausstellung.

Während wir uns auf die Ausstellung von Thầys achtsamer Kalligraphie im frisch renovierten Asoka Institut vorbereiteten, eröffnete sich die einzigartige Möglichkeit, die beiden Initiativen – das Herz Projekt und Thầys heilige Kunst – in einer alles umarmenden, holistischen Ausstellung zum Thema Leiden, Heilung und Transformation zusammenzuführen.

Wir entwarfen die Ausstellung, die im renovierten Erdgeschoss des Asoka Instituts gezeigt werden sollte, so, dass Verzweigungen einer Lotuspflanze, deren Wurzeln im Schlamm des Leidens beginnen und deren Blüten, sich aus dem Schlamm erhebend, die Transformation des Leidens darstellen.

Als Ort für die symbolischen „Wurzeln“ wählten wir die linke Seite im Foyer des Asoka Instituts, auf der aus der NS-Zeit verbliebene große Mosaike idealisierte, „arische“ Menschen darstellen. Diese Bilder stehen für den historischen Konflikt und den „Schlamm“, des von der Rassenideologie und Diskriminierung durch die Nazis verursachten Leidens. Dort bauten wir die Ausstellung der handgenähten Herzen auf. In der Mitte dieses „Konfliktes“ platzierten wir auch eine von Thầy geschriebene Kalligraphie, mit der er den Prozess der Versöhnung und Heilung unterstützen wollte: „Mit dem Schlamm der Diskriminierung

Die handgenähten Herzen, die in der Eröffnungsausstellung des Asoka Institutes in Erinnerung an die 700 körperlich und geistig beinträchtigten Patienten und Patientinnen, die von den Nazis entfernt wurden, als das Gebäude ein Krankenhaus war, wurden zwei Jahre später in einem neuen Format ausgestellt (unten). Es war von der Kalligraphie Thầys inspiriert (rechts). Die Herzen repräsentieren Regentropfen, die aus Wolken über ihnen – angedeutet durch von der Decke hängende Stoffbahnen – in einen Fluss fallen. Die kniende Figur auf der linken Seite entlässt ihren/seinen Schmerz und ihre/seine Trauer in den Fluss der Tränen, der in den Ozean fließt, um in Regen verwandelt zu werden. Foto mit freundlicher Genehmigung von Joachim Gies – Fotografie www.joachim-gies.de



Steinerne Säulen aus der Nazi Ära lagerten mehr als 70 Jahre unter dem Hauptgebäude des EIAB, dem heutigen Asoka Institut.

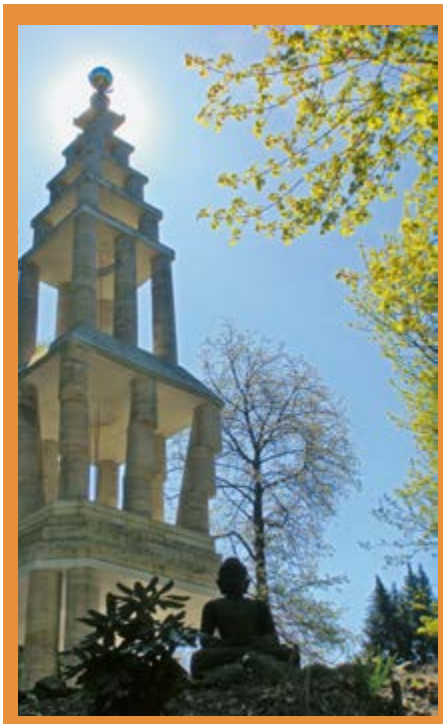
und des Fanatismus ziehen wir den Lotus der Toleranz und der Inklusivität.“ Thầys Worte halfen vielen Besuchern und Besucherinnen, das von der schmerzvollen Vergangenheit ausgelöste Leiden mit Mitgefühl zu akzeptieren.

Thầys Teil der Ausstellung begann mit seiner Kalligraphie „Are You Sure?“ Es ist eine Frage an alle, die rigide an Dogmen und Ideologien festhalten, worin alle Konflikte und tiefes Leiden wurzeln. Von dort aus reichte der symbolische Zweig der Lotuspflanze über den langen marmornen Gang des Institutes, auf dem jede der Kalligraphien von Thầy wie eine Lotusblume erblühte.

Die integrierte Ausstellung brachte so viel Liebe und Leben in das Asoka Institut. Tausende Besucher und Besucherinnen blieben in stillem Nachdenken bei den Herzen stehen. Auch sie profitierten von Thầys Lehren und von der heilsamen Energie seiner Kalligraphien, während sie den langen Flur durchschritten. Als Thầy im August 2012 zu den Eröffnungsfeierlichkeiten des EIAB kam, um der offiziellen Eröffnung vorzusitzen, durchschritt er selbst glücklich die Ausstellung.

FÜR DAS VERWUNDETE LAND SORGEN

Neben der Zuwendung zum noch vorhandenen Leiden in der unsichtbaren Welt im EIAB, mussten wir auch auf der physischen Ebene Heilung und Transformation bringen. Denn auch das Land war, lange vor der Ankunft des EIAB,



Die Stupa der Inklusivität

Die Diamant Stupa

Die Stupa der vielen Schätze

In Abhängigkeit vom Standort und Betrachtungswinkel des Besuchers hat die Stupa drei Namen. Befindet man sich im Mittelpunkt des Gartens nahe der Stupa, so wird sie Diamant Stupa genannt. Nähert man sich vom Asoka Gebäude, wird sie als Stupa der vielen Schätze (Prabhutaratna Stupa) bezeichnet und betritt man aus der Stadt kommend das Institut durch das Haupttor, so wird sie Stupa der Inklusivität genannt.

durch die dort stattgefundenen Ereignisse verletzt worden. Wir empfanden ein tiefes Bedürfnis, seine Energie zu heilen, zu rekonstruieren und neu auszurichten. Diese Aufgabe nahm in zwei größeren Projekten Form an: die Errichtung einer physischen Struktur – einer Glocken Stupa –, groß genug, um die anderen Strukturen des EIAB „ins Gleichgewicht zu bringen“ sowie die Errichtung eines soliden Tors, das einen neuen Eingang markiert, durch den lebendige Energie in das EIAB hinein und Mitgefühl in die Welt hinaus fließen kann.

Glücklicherweise hatten die Nazis ein wertvolles „Abschiedsgeschenk“ hinterlassen. Mehr als 70 Jahre lag eine große Menge massiver behauener Steine im Keller unseres Hauptgebäudes. Daraus sollte auf der Vorderseite des Gebäudes eine riesige Platform vor dem heutigen Asoka Institut gebaut werden, von dem aus vermutlich Nazi-Führer zu Versammlungen sprechen wollten. Dies ist jedoch nie geschehen.

Was könnte heilender sein, als steinerne Säulen aus der NS-Vergangenheit in Stützen einer der Inklusivität gewidmeten buddhistischen Stupa und in ein dem Frieden gewidmetes Tor zu verwandeln. Auf dieser Grundlage informierte ich Architekten über die Gestaltung einer 21 Meter hohen Stupa und eines massiven steinernen Tors zur Kennzeichnung eines neuen Eingangs zum EIAB, abgesetzt von der Straße und in einem nordöstlichen Winkel, um die revitalisierende Energie des Sonnenaufgangs zu empfangen.

Für den Standort der Stupa wählten wir eine mit Büschen bewachsene Vertiefung im unteren Teil des EIAB-Grundstücks, einen Ort, an dem man die sich verdunkelnde Energie fühlen konnte. Als die Arbeiter das Fundament aushoben, entdeckten wir, dass sich an dieser Stelle mehr als 100 Jahre lang eine Abfallgrube befunden hatte. Je mehr die Arbeiter gruben, desto mehr Abfall entdeckten sie. Schwester Song Nghiêm fragte sich, wie wir in dieser anscheinend bodenlosen Abfallgrube eine Stupa errichten könnten.

Ein Teil der Antwort erschien in Form eines lebhaften Traumes, in dem ich einen Freund des EIAB sah, der ein Baby hielt. Als ich ihn fragte, wen er hielt, sagte er, dass das Baby tot sei und er es zu einer neuen Heimstätte bringen wolle. Sofort erkannte ich die Verbindung zu einem früheren Traum, in dem ich weinende und um Hilfe rufende Kinderstimmen gehört hatte. In diesem Traum war ich über den Flur gegangen, um nach den Kindern zu suchen, und hatte mit meinem Ellbogen geschlossene Türen aufgestoßen. Im Inneren fand ich Kinder, die in Toiletten ertranken und bemühte mich, sie zu retten. Dieses Bild war noch ganz frisch in meiner Erinnerung und ich war erstaunt, als die an der Stupa arbeitenden Bauarbeiter berichteten, dass sie in der Grube ganz viele weggeworfene Toiletten gefunden hatten.

Derartige Zeichen leiteten uns. Wir hielten an unserem Vorhaben fest und vollendeten unsere Stupa im Jahr 2013. Die Steinsäulen aus der NS-Zeit stehen verschieden schräg zu einander; auf jeder Ebene sind buddhistische Symbole eingebettet und Mantras der Befreiung in Sanskrit für die „Landvorfahren“ eingraviert, die unter der NS-Politik leiden mussten.

Die Stupa hat dem Grundstück, auf dem wir zu Gast sind, bereits tiefgreifende Transformation und Heilung gebracht. Auf dem gesamten ausgedehnten Gelände des EIAB ist die Energie heller und freudvoller. Die Menschen erzählen mir, dass der Anstrich der noch nicht renovierten Teile des Asoka Instituts heller auf sie wirkt. Ein deutscher Freund hat sogar gesagt, dass die Errichtung des EIAB in einer ehemals von den Nazis genutzten Immobilie und die Konstruktion einer buddhistischen Stupa aus Säulen der NS-Zeit allein einer Auszeichnung mit dem Friedensnobelpreis würdig sei![24]

ENGAGIERTER BUDDHISMUS – THÀYS GESCHENK AN DIE WELT

Um nach Norwegen zurückzukehren, diente der Ausflug des EIAB dorthin im vergangenen Oktober u.a. auch dem Besuch der örtlichen Sangha in der Stadt Kristiansand. Da für einige unse-

Ein wichtiger Besuch für die Nonnen und Mönche des EIAB, die im vergangenen Oktober Sangha Mitglieder in Norwegen besuchten, war Oslos berühmtes „Nobel Peace Center“, ein Museum über den Friedensnobelpreis.

rer Freundinnen und Freunde das EIAB noch unbekannt war, lautete der Titel meines Vortrages: „Was ist Angewandter Buddhismus?“

Bevor ich jedoch versuchen konnte über das Thema zu sprechen, musste ich zuerst den Begriff des Engagierten Buddhismus einführen, denn Angewandter Buddhismus und Engagierter Buddhismus sind so unzertrennbar wie die geschichtlichen Themen des Vietnamkrieges und der amerikanischen Bürgerrechtsbewegung.

Wir können den Ursprung des Engagierten Buddhismus auf das Jahr 1954 zurückführen, in dem Thầy als junger Dharmalehrer unter der Überschrift „Ein frischer Blick auf den Buddhismus“[25], eine Reihe aus zehn Artikeln für eine vietnamesische Zeitung schrieb.

In jenen Tagen war die Praxis des Buddhismus in Vietnam mehr oder weniger auf Klöster beschränkt. Sie diente hauptsächlich dem Ziel der persönlichen Befreiung der Mönche und Nonnen. Die Rolle der Laiengemeinschaft beschränkte sich darauf, diese zu unterstützen, die im Gegenzug Zeremonien für eine gute Wiedergeburt der Mitglieder der Laiengemeinschaft abhielten.

Thầy forderte eine radikale Veränderung mit Hilfe einer tiefverwurzelten Tradition innerhalb des vietnamesischen Buddhismus als einer „lebendigen Religion“, sich auf die jeweiligen aktuellen Gegebenheiten einzustellen und ihnen anzupassen.[26] Die südvietnamesische Gesellschaft befand sich in einer Krise. Thầy regte an, dass der Buddhismus über die Klostermauern hinausgehen solle, um den Menschen zu helfen. Er solle aktiv werden in der Bildung, in der Wirtschaft, in der Politik, in der Sozialarbeit und darin Frieden und Versöhnung zwischen Konfliktparteien schaffen.

In den folgenden zehn Jahren entwickelte Thầy seine Ideen und Vorstellungen in einer Reihe von Büchern, die in Vietnam viel gelesen wurden. Er trat für eine Form des Buddhismus ein, die *sowohl* ein kontemplatives Leben beinhaltete, um persönliche Heilung und Transformation zu erlangen, *als auch* Aktivismus, um die religiöse und politische Unterdrückung, Intoleranz, soziale Ungerechtigkeit und den Aufruhr des Krieges zu beenden. Dafür prägte er den Begriff des „Engagierten Buddhismus“, was auf Vietnamesisch bedeutet „das Leben betreten, das gesellschaftliche .“[27]

Der Engagierte Buddhismus wurde zum spirituellen Fundament von Thầys Bewegung für eine Reform und Erneuerung des Buddhismus in Vietnam und für seine Bemühungen um Frieden, die ihn veranlassten, an Dr. King zu schreiben. Heute ist dies die wichtigste buddhistische Bewegung in der ganzen Welt.

ANGEWANDTER BUDDHISMUS – EIN ENGAGEMENT AUF EINER TIEFEREN EBENE

Vor mehr als 50 Jahren schrieb Thầy, dass „sich die Formen des Buddhismus verändern müssen, damit die Essenz des Buddhismus unverändert bleibt.“[28] Zu Beginn des 21. Jahrhunderts wusste Thầy bereits, dass es eines neuen Aufbruches bedurfte, um das Fundament des Engagierten Buddhismus auf Dauer zu vertiefen und zu stabilisieren.

Er sah voraus, dass der Buddhismus, wenn er künftig auf die weitgehend gleiche Weise praktiziert würde wie vor 2.500 Jahren, der gegenwärtigen und den zukünftigen Generationen nicht erfolgreich helfen könnte, persönliches Leiden und gesellschaftliche Konflikte zu transformieren. Selbst das, was wir heute praktizieren, könnte leicht in zehn Jahren aufgrund der Geschwindigkeit, mit der sich Menschen, Gesellschaft, Wissen und Technologie verändern, überflüssig sein.

Thầy beobachtete auch, dass Buddhismus häufig nur theoretisch unterrichtet wird. Schüler und Schülerinnen sowie Teilnehmer und Teilnehmerinnen vergrößern ihr Wissen, erfahren aber leider keine persönliche Heilung und Transformation – das wahre Juwel der Lehren des Buddhas. Sie können das für den inneren Frieden und für den Frieden in der Gesellschaft und in der Welt notwendige Glück nicht erlangen.

Auf der Basis dieser und anderer Betrachtungen brach Thầy auf, die theoretischen Zugänge zum Buddhismus in eine Form zu verwandeln, welche sich auf die Anwendung praktischer Techniken konzentriert, um den Individuen zu helfen, sich in der heutigen Welt mit allen ihren Unsicherheiten, ihrem Druck und ihren Herausforderungen zu heilen und zu transformieren. Auf diese Weise entstand der Angewandte Buddhismus und im September 2008 das Europäische Institut für Angewandten Buddhismus.

Thầy bevorzugt einen wissenschaftlichen Zugang mit einem offenen Geist, der Experimente mit neuen Techniken, Werkzeugen und Anwendungen der Praxis erlaubt und der es uns ermöglicht, uns mit der Zeit zu verändern und zu entwickeln. Wir zögern nicht, Einsichten anderer spiritueller Traditionen vom Christentum bis zum Judentum oder aus Asien, vom Taoismus und QiGong aufzugreifen. Wir nutzen auch die neuesten Entdeckungen der Neurowissenschaften, der Quantenphysik, Sozialpsychologie und anderer weltlicher Disziplinen. Wir werden diese verwenden, solange diese Disziplinen in Übereinstimmung mit den Lehren des Buddhas angewendet werden können und dazu beitragen, die Menschen beim Auflösen ihrer Leiden zu unterstützen und das Fundament des Engagierten Buddhismus stärken.

Für Thầy besteht die Essenz des Buddhismus aus „lebendigen Prinzipien, die keinerlei Formelhaftigkeit verkraften.“[29] Thầy gibt keine detaillierten Anleitungen, er vermittelt eher die Essenz und zeigt die generelle Ausrichtung seiner Gedanken und Wünsche auf. Es ist Aufgabe seiner Schüler und Schülerinnen, ihren Sinn zu erkennen und Wege zu finden, sie zu realiesieren.

Jahr für Jahr, Experiment nach Experiment bemüht sich das EIAB, Thầys

„Meditation in Bewegung“ ist ein Teil der spirituellen Übung. Während unserer Kurse beginnen wir jeden Tag mit Aufwärmübungen, die den interdisziplinären Ansatz des EIAB umsetzend, die Teilnehmer und Teilnehmerinnen in Qi Gong und Tai Chi einführen. Unten leitet Sr. Song Nghiêm eine kürzliche Übung an.

Vision eines Angewandten Buddhismus herauszukristallisieren. In diesem herausfordernden, demütig machenden Prozess haben wir bisher fünf grundlegende Prinzipien identifiziert, die unsere Arbeit untermauern und anleiten:

1. Prinzip: Nicht-Buddhismus kann Buddhismus sein

Die buddhistische Lehre ist nicht entfernt oder getrennt von nicht-buddhistischer Lehre. Wir sollten nicht zwischen dem spirituellen und dem nicht-spirituellen Bereich unterscheiden, denn, in Thầys Worten, sie „inter-sind“. Wenn wir nicht-buddhistische Lehre zu gebrauchen wissen, dann wird sie zu buddhistischer Lehre.

So handelt es sich beispielsweise um einen ganz gewöhnlichen Spaziergang ohne Bewusstheit für unsere Schritte, wenn sich unser Geist dabei mit anderen Dingen beschäftigt und wir mit unseren Freunden und Freundinnen sprechen. Aber wenn wir uns auf unserem Spaziergang eines jeden Schrittes bewusst sind und im gegenwärtigen Moment verweilen, dann verwandelt dieses Element der Achtsamkeit unser Gehen in ein buddhistisches Gehen. Mit anderen Worten, ob eine Lehre buddhistisch oder nicht buddhistisch ist, ist abhängig davon, wie wir sie anwenden.

2. Prinzip: Die Vier Edlen Wahrheiten sind unser Kompass

Die Vier Edlen Wahrheiten des Buddhas sind unser „wahrer Norden“. Dank der Vier Edlen Wahrheiten wissen wir um die Existenz des Leidens – gewöhnlich in der Form von Unwohlsein, Unzufriedenheit, emotionalem oder körperlichem Schmerz oder fehlender persönlicher Erfüllung. Wir wissen, dass die Wurzel unseres Leidens gefunden werden kann, indem wir tief in uns hineinschauen. Dann erkennen wir, wie der Leidensprozess funktioniert und verschiedene Ansammlungen des Leidens entstehen lässt. Wie erkennen, dass unser Leiden verwandelt oder aufgelöst

werden kann und dass der Buddha uns einen Weg aufgezeigt hat, uns zu heilen und Erleuchtung zu erlangen.

Daher erfahren die Besucher des EIAB, dass wir den Buddhismus nicht aufgrund irgendwelcher metaphysischer Vorstellungen, intellektueller Neugierde oder theoretischer Untersuchungen praktizieren. Wir wenden die Lehren des Buddhas an, weil wir hier und jetzt das alltägliche Problem des Leidens lösen wollen. Mit Thầys Worten, wir helfen unseren Schülern und Schülerinnen, „schmerzhafte Gefühle und Emotionen zu erkennen, zu umarmen und zu transformieren.“[30] Wir helfen ihnen auch dabei, eine neue Perspektive oder einen neuen Blick auf ihr Leben zu entwickeln. Beispielsweise sind Depressionen soweit verbreitet, dass sie in vielen Ländern als ein ernsthaftes gesellschaftliches Gesundheitsproblem betrachtet werden. Oft ist die Ursache Stress und sie stehen mit der Berufstätigkeit in Verbindung. Das EIAB zeigt den Menschen, wie sie Achtsamkeit in ihr Alltagsleben bringen können, um es leichter zu bewältigen. Unsere Kurse richten sich gleichermaßen auch an Menschen, die mehr über den hilfreichen Umgang mit Konflikten in ihren Familien oder an ihrem Arbeitsplatz lernen möchten.

3. Prinzip: Die Aspiration einer Bodhisattva; der Bodhicitta Geist

Unsere Erleuchtung ist ganz unabhängig davon, wie weit wir auf dem Pfad gekommen sind, so lange unvollständig, wie Menschen in unserer Umgebung leiden. Indem wir die tiefe Verbundenheit unseres Leidens mit dem ihrigen annehmen, kann unsere Erleuchtung nur dann vollständig werden, wenn wir die Bodhisattva Aspiration erzeugen, allen lebenden Wesen dabei zu helfen, zu heilen und sich zu transformieren.

Diese grundsätzliche Verwirklichung ist eine lebendige Quelle der spirituellen Energie für das EIAB. Ohne das Bodhisattva Ideal würde uns der Antrieb fehlen, über das theoretische Wissen hinauszugehen oder mit praktischen Anwendungen und neuartigen Werkzeugen zu experimentieren, die anderen helfen können.

Ich kann ein einfaches Beispiel geben: Über viele Jahre hat Thầy im Grundsatz immer die gleiche Lehre mit einander ähnlichen Worten gegeben: Folge deinem Atem, gehe achtsam und umarme deine Emotionen. Ich zweifle daran, dass es einem brillanten Denker wie Thầy viel Vergnügen bereitet sich zu wiederholen. Aber Thầy hat nicht aus eigener Not heraus gesprochen. Seine Aufmerksamkeit lag immer auf den Bedürfnissen vieler Menschen im Publikum, diese für sie neuen Ideen zu hören. Thầy möchte ihnen ermöglichen, sie zu hören und zu praktizieren, obwohl sie einfach sind.

In diesem Zusammenhang erteilte mir Thầy einmal eine Lehre, die ich nie vergessen werde. Er sagte, dass wir nicht arbeiten, um Lob oder Anerkennung, Ruhm oder Macht zu erhalten, sondern um ein tiefes Bedürfnis zu befriedigen, das aus dem Bodhisattva Ideal in uns erwächst, der als Bodhicitta Geist bekannte Geist der Liebe. Er wird unsere spirituelle Berufslaufbahn. Wir fühlen uns erhoben, wann immer wir in der Lage sind, unseren tiefen Wunsch nach Hilfe für andere bei der Umwandlung ihres Leidens zu erfüllen.

Dank dieser Bodhisattva Motivation und des Bodhicitta Geistes werden wir im EIAB beständig re-energetisiert und

Wir teilten das Bodhisattva Ideal und die Mission des EIAB im Gespräch mit Vertretern der Gemeinde Waldbröl. Thầy Pháp Ấn überreichte eine künstlerische Kalligraphie von Thầy im Original mit den Worten: „Für eine bessere Welt“ an den Bürgermeister, Herrn Peter Koester.

erfrischt, obwohl wir ein ganzjähriges Programm voller Aktivitäten haben. In dem Augenblick, in dem wir das Leiden in einem Menschen erkennen, der gekommen ist um mit uns zu praktizieren, wissen wir, dass etwas getan werden muss; wir müssen eine Technik finden, um ihr oder ihm zu helfen. Das ist unsere Aufgabe als Institut. Wir können nicht sagen: „Ich habe bereits alles mit dir geteilt, was ich weiß. Warum „kapierst“ das du nicht? Warum transformierst du dich nicht?“ Nein. Wenn sich ein Mensch nicht verwandelt, ist das ein Anzeichen dafür, dass unsere Methoden und Werkzeuge noch nicht effektiv sind. Wir müssen weiter vorangehen, um herauszufinden, was ihm oder ihr wirklich hilft.

Während der Errichtung des Eingangstores erstieg Thầy Pháp Ấn voll Freude das Baugerüst, nachdem der Balken mit Thầys Kalligraphie „Frieden in mir, Frieden in der Welt“ seinen endgültigen Platz gefunden hatte.

4. Prinzip: Wir lehren aus unserer eigenen Praxis und Transformation

Thầy hat uns verdeutlicht, dass es wie ein Verkaufen gefälschter Produkte wirken würde, wenn wir nicht direkt persönliche Transformation beim Testen der neuen Praxistechniken und Werkzeuge erführen, die wir an andere weitergeben.

Nonnen und Mönche im EIAB werden ermutigt, kreativ mit unserer eigenen Praxis umzugehen. Aber wenn ein Experiment nicht funktioniert, dann müssen wir uns fragen „Warum?“ und „Was können wir damit tun?“. Auf diese Weise funktioniert das EIAB wie ein Labor. Wir untersuchen neue Anwendungen und Werkzeuge für die buddhistische Praxis in einer sicheren Umgebung, in der sie sorgfältig geprüft und evaluiert werden, bevor wir ihre Ergebnisse mit anderen teilen. Nur mit dieser Authentifizierung ergänzen wir die wachsenden Erkenntnisse des Angewandten Buddhismus um frisch adaptierte Lehren, Techniken und Werkzeuge.

Die Sangha war so glücklich darüber, dass Thầys Gesundheit es ihm noch erlaubte, zu der von ihm geleiteten förmlichen Eröffnungsfeier für das EIAB am 22. August 2012 anzureisen. Thầy und der Ehrengast Herr Peter Koester, Bürgermeister von Waldbröl, führten die zeremonielle Enthüllung des frisch renovierten Erdgeschosses des Asoka Institutes durch. Thầy gab uns auch seinen Segen für die Fortsetzung unserer Arbeit an der Stupa der Inklusivität und dem Tor des Interseins, die im folgenden Jahr förmlich eingeweiht wurden.

5. Prinzip: Alleine können wir nicht erfolgreich sein.

Als einzelnes Individuum können wir nur sehr wenig erreichen. Bereits das bloße Nachdenken über die Ursachen, das Ausmaß und die Komplexität des Leidens in der heutigen Welt kann überwältigend sein. Um auf lange Sicht hinweg den Erfolg des Angewandten Buddhismus zu erzielen, müssen wir – so wie der Buddha es getan hat – eine starke und erfolgreiche Praxisgemeinschaft aufbauen, eine Edle Sangha, ausgestattet mit jenen Praktiken und Techniken, die uns darin unterstützen, die uralte Wirklichkeit des Leidens in der modernen Zeit anzusprechen.

Daher lädt das EIAB alle ein, die in unserer Sangha Zuflucht suchen, sich bei der Entwicklung und Verfeinerung des Angewandten Buddhismus gemeinsam mit uns zu engagieren. Wie Thầy es gerne ausdrückt, ist ein Buddha nicht genug. Wir brauchen eine Gemeinschaft von Buddhas.

Eine „kosmische Religion" für das 21. Jahrhundert

Das EIAB ist ein Liebesgeschenk des Friedens, das aus dem Leiden der Diskriminierung und des Krieges erwuchs. Es ist insbesondere ein Geschenk von Thầy, dem vietnamesischen Buddhismus und dem Bodhisattva Dr. Martin Luther King, der sich in einer dunklen Stunde sowohl für die USA als auch für Vietnam, mit Thầy zu einer gewaltfreien Bewegung für den Frieden verband, so, wie Thầy sich mit Dr. King verband, um eine globale „Beloved Community" aufzubauen.

Thầys gesamtes Leben ist ein „Friedenspreis". Ihm wurden in Anerkennung seiner Verdienste um Frieden, Menschlichkeit und Spiritualität zahlreiche angesehene Auszeichnungen verliehen.

Erst jüngst wurde Thầy zu den 100 weltweit wirkenden „Global Thought Leaders" gezählt, deren Einsichten in einem neuartig gedruckten 3D-Buch mit dem Titel *„Genialität. 100 Visionen der Zukunft"* wiedergegeben werden. Dieses Buch ist Teil des kanadischen Programms zur Feier einhundert Jahre Allgemeine Relativitätstheorie von Albert Einstein[31]. Ich hatte die Ehre, Thầy auf einer Veranstaltung im letzten September in Montreal zu vertreten und den ausgewählten Autoren des Buches, sein Leben und seine Vision vorzustellen.

In seinem außerordentlichen Beitrag für dieses Buch schaut Thầy weit in die Zukunft und erklärt, dass jeder Fortschritt in unserem Verständnis von uns selbst, der Natur und unseres Platzes im Kosmos eine Erweiterung des Bewusstseins der Menschheit bedeutet: „Wie bereits Einstein schrieb, empfinden wir eine tiefere Ehrfurcht und Liebe, je mehr wir die große Harmonie, Eleganz und Schönheit des Kosmos verstehen."

Thầy führt aus, dass zahlreiche Wissenschaftler immer noch an ein unabhängig von der äußeren Welt existierendes subjektives Bewusstsein glauben. „Sie denken, es gäbe eine objektive Welt, ein Universum, den Mond und Sterne, die unabhängig von einem Bewusstsein immer da sind," sagt er. „Wann immer wir aber in den Himmel hinaufschauen, zum Mond, zu den Sternen und den Galaxien, dann müssen wir sehen, dass sie nicht unabhängig vom Bewusstsein existieren: *Sie sind auch Bewusstsein*. Bewusstsein und das Objekt des Bewusstseins können nicht voneinander getrennt werden, so wie wir nicht rechts von links trennen können. Dies ist die Einsicht des Interseins."

Nach Thầys Ansicht sollte es uns im 21. Jahrhundert möglich sein, eine Spiritualität und Ethik zu erschaffen, die alle Völker und alle Nationen vereinen kann, während sie jegliche Trennung und Diskriminierung aufhebt. Er bezeichnet sie als „eine kosmische Religion", die nicht auf Mythen, Glauben oder Dogmen beruht, sondern auf Fakten und der Einsicht in die Nicht-Dualität, in das Intersein.

„Dann werden Wissenschaft und Religion Hand in Hand gehen und die Einsicht der Nicht-Dualität wird zu zahlreichen und wichtigen Durchbrüchen und Entdeckungen führen. Eine kosmische Religion, die auf Fakten und eine neue Wissenschaft, die auf der Einsicht in das Intersein beruht, würden wahrhaftig einen gewaltigen Sprung für die Menschheit darstellen," schreibt Thầy.

VOR UNS LIEGT EINE WEITE REISE

Eine spirituelle Zukunft, wie sie von Thầy in seinen Visionen gesehen wird, reicht über den Angewandten Buddhismus hinaus, so wie der Angewandte Buddhismus tiefer reicht als der Engagierte Buddhismus. Dazu beizutragen, es auf der Grundlage von Thầys Bodhisattva Gelübde und seiner tiefen Einsichten in das Leiden und dessen Überwindung zu verwirklichen, wird das EIAB in den nächsten 100 Jahren und darüber hinaus in Bewegung halten. Es ist unser tiefer Wunsch, nicht nur Thầys Vision von der Errichtung eines modernen buddhistischen Instituts in Europa – auch als Modell für die Welt – zu verwirklichen, sondern das EIAB zu einem Sprungbrett zu machen für den „gewaltigen Sprung" zur neuen kosmischen Religion, so wie sie von Thầy konzipiert wurde.

Wir stehen am Anfang einer langen Reise. Aber dank der Großzügigkeit und der Unterstützung durch so viele Freunde und Freundinnen in Deutschland und in der ganzen Welt, hat das EIAB in den ersten zehn Jahren einen guten Start geschafft.

Im EIAB leben derzeit 38 Nonnen und Mönche und wir haben ausreichend Raum, um weitere willkommen zu heißen.

Die Anmeldungen zu Kursen, Retreats und anderen Veranstaltungen zeigen, dass wir in diesem Zeitraum auf unserem Campus insgesamt ca. 50.000 Schülerinnen und Schüler, sowie Besucherinnen und Besucher empfangen haben. Die Gesamtzahl liegt erheblich höher, wenn wir die Teilnehmenden der

Mit der Ankunft von 28 Brüdern und Schwestern aus Vietnam vergrößerte sich die monastische Gemeinschaft 2011 vorübergehend auf 50. Im September 2009 wurden sie von den dortigen Behörden aus dem Bat Nha (`Prajna´) Kloster in Vietnam vertrieben. Das Foto oben zeigt die vergrößerte Gemeinschaft während des Winter-Retreats 2011-12.

Retreats hinzuzählen, die vom EIAB in Europa, Hongkong, Thailand und anderen Teilen Asiens angeleitet wurden. Die Anzahl der Praktizierenden und der Schülerinnen und Schüler, die vom EIAB angezogen werden, wächst von Jahr zu Jahr.

Auf der praktischen Seite haben wir 20 Prozent der 12.000 m² des Asoka Instituts sowie das Erdgeschoss renoviert und die Pläne, weitere Teile zu renovieren, sind noch immer sehr lebendig. Dank der außerordentlich großzügigen Spenden von drei freundlichen Unter-

Nahezu 1.000 Menschen versammelten sich im von Thầy geleiteten Sommerretreat des EIAB im Jahr 2012. Wir stellten ein hightech Zelt als vorübergehende Meditationshalle auf. Auf dem Foto unten lauschen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen am Retreat dem Gesang der Nonnen und Mönche aus Plum Village und dem EIAB, der Thầys Vortrag vorausging.

Thầy leitet die Gehmeditation auf dem Sommerretreat 2010 an.

Jeden Sonntag heißen wir etwa 100 Lernende und Praktizierende zu unserem Tag der Achtsamkeit am EIAB wilkommen. Einige wohnen im Haus, während sie an Kursen teilnehmen, andere Menschen kommen nur an diesem Tag.

Fotos oben und unten. Während des vietnamesischen Retreats im Oktober 2014 wurden Zeremonien durchgeführt, um den Bau der neuen Küche und des Speisesaals zu initiieren.

Ein Blick von oben auf die Baustelle für die Küche und den Speisesaal

Der Bürgermeister von Waldbröl, Herr Peter Koester, in Begleitung seiner Ehefrau, Frau Bertamini, bei einem Besuch auf der Baustelle im März 2016

Der neue Speisesaal mit 200 Sitzplätzen wurde pünktlich zum Osterretreat 2017 fertig gestellt.

Sr. Song Nghiêm mit Dr. Lilian Cheung, Co-Autorin von Thầys Buch „Achtsam Essen, achtsam Leben". Es ist eine Quelle voller kulinarischer Inspiration und spiritueller Anleitungen für unsere Praxis der Essmeditation in dem neuen Gebäude.

Die Schwestern des EIAB legen die Schürzen voller Enthusiasmus an. Sie sind bereit für die Arbeit in der neuen Küche und im neuen Speisesaal bei der Eröffnung im April 2017.

Über eine wirklich moderne Küche zu verfügen, ist den Schwestern des EIAB Anlass zu einer freudigen Feier.

Wir schufen direkt vor dem neuen Speisesaal einen Teich, den wir „Teich der Frühlingsknospen" (Hồ Mầm Xuân) nannten und eröffneten dadurch den Speisenden eine wunderbar ruhige Aussicht.

Im September 2017 hieß der Teich der Frühlingsknospen (Hồ Mầm Xuân) seine ersten Lotusblumen willkommen.

stützern des EIAB und vielen anderen Menschen aus der ganzen Welt waren wir in der Lage, einen hellen und luftigen Speisesaal zu bauen, in dem 200 Monastics und Gäste Platz nehmen können. Wir haben auch eine modern ausgestattete Küche gebaut und können daher unseren Gästen köstliche und nahrhafte vegetarische Mahlzeiten anbieten, die achtsam und liebevoll von den Nonnen und Mönchen des EIAB zubereitet werden.

Anfang diesen Jahres begannen wir offiziell unser Bauvorhaben der Me-

Als wir im Februar diesen Jahres das Jahr des Erd-Hundes begrüßten, hielten wir im Asoka Institut eine feierliche Zeremonie ab, um die Arbeit an der Konstruktion unserer zukünftigen Meditationshalle zu initiieren.

Thầy Pháp Ấn machte einen symbolischen Spatenstich an der Stelle, an der die Meditationshalle mit dem Asoka Institut verbunden sein wird.

Bei Tagesanbruch setzten wir unsere Zeremonie draußen fort, wo Sr. Song Nghiêm und Thầy Pháp Tri die erste Schaufel Erde an der Stelle aushoben, an der die zukünftige Meditationshalle errichtet wird.

Thầy Pháp Xả und Sr. Biều Nghiêm setzen die Arbeit des Grabens im eisigen Boden fort. Bald folgten ihnen weitere Mitglieder der Sangha und nahmen auf diese Weise an diesem freudvollen Segensakt für die zukünftige Halle teil.

Das EIAB ist eine Vision Thầys für zukünftige Generationen einschließlich derjenigen, die heute zu den jüngsten Mitgliedern der Sangha zählen.

Abschließend wurde der Grundstein für die neue Meditationshalle sanft von Thầy Pháp Ấn herabgelassen.

ditationshalle, für das wir eine neue Spendenkampagne gestartet haben. (s. Seite 49).

Zahlreiche weitere wichtige Projekte und interessante Programme für die nächsten Jahre stehen auf dem Arbeitsplan des EIAB. Wir müssen ebenso geduldig wie ausdauernd sein, denn wir haben uns in jeder Hinsicht auf eine Arbeit für viele Generationen eingelassen.

EIN JUWEL IN DEN FLAMMEN

Auf der ersten Seite des Buches *„Vietnam – ein Lotus im Flammenmeer“*, das Dr. King tief beeindruckte, veröffentlichte Thầy seine englische Übersetzung eines Gedichtes des vietnamesischen Zen-Mönchs Ngộ Ấn (1019–1088; 8. Generation in der Traditionslinie von Zen Meister Vô Ngôn Thông):

> *Die Jade, die auf den Bergen verbrannt wird, behält ihre natürliche Farbe, der Lotus, der im Brennofen erblüht, verliert seine Frische nicht.*[32]

Dies zu lesen, bringt das historische Photo des Ehrwürdigen Thích Quảng Đức im Lotussitz vor Augen; aufrecht, still und gelassen in einem Feuerkreis sitzend. Ich habe dieses Foto im Alter von sechs Jahren zum ersten Mal gesehen. Mein Vater bewahrte zuhause in einem Schubfach mehrere Fotos des Ehrwürdigen auf. Dieses besondere Foto hatte eine enorme Wirkung auf mich.

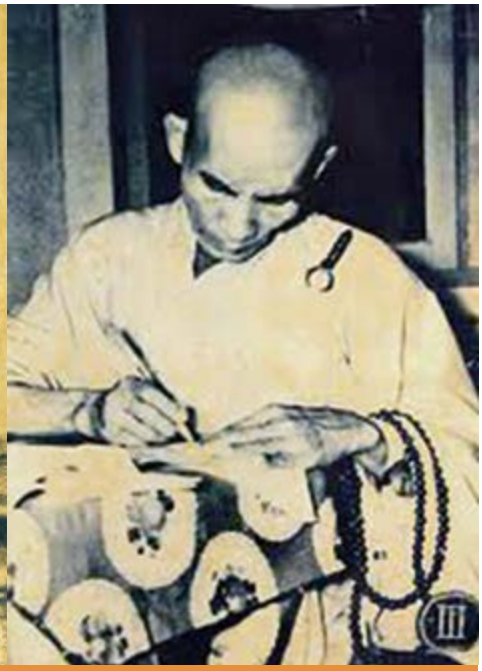
Selbst heute kann ich meine Reaktion nicht in angemessene Worte fassen. Ich wurde von der Fotografie sehr stark angezogen, sie berührte mein Herz. Wann immer ich sie anschaute, fühlte ich weder Furcht noch Traurigkeit, jedoch eine tiefe Empfindung von Liebe für den Ehrwürdigen Thích Quảng Đức. Diese Fotografie brachte mich zum Nachdenken – und zum Weiterdenken.

Über viele Jahre hinweg bewahrte ich eine vergrößerte und gerahmte Kopie in meinem Zimmer im Upper Hamlet in Plum Village auf und wir haben natürlich eine Kopie hier auf dem Altar für die Vorfahren des EIAB.

Das Bild erinnert auch an auf das dritte Jahrhundert unserer Zeitrechnung zurückgehende buddhistische Schriften über das Netz von Indra, dem Himmelskönig der Veden. Indras Netz dehnt sich in alle Richtungen in die Unendlichkeit aus. Im Zentrum oder „Auge“ eines jeden Höhepunktes hängt ein glänzendes Juwel, das all die anderen Juwelen reflektiert. Die Juwelen vervielfältigen und wieder-vervielfältigen sich einander endlos. In einem Juwel sind alle anderen Juwelen und in allen Juwelen ist ein Juwel. Jedes Juwel bewahrt seine eigene Identität, während es zugleich all die anderen Juwelen reflektiert.[33]

Diese alte Metapher für das Intersein reicht in das Herz von Thầys Vision einer kosmischen Religion frei von Dualität, Trennung und Diskriminierung. Die gleiche Einsicht kann in christlichen Schriften gefunden werden, wenn Jesus sagt: „In meines Vaters Haus sind viele Wohnungen [...]“.[34] In anderen Worten, es gibt ausreichenden spirituellen, kulturellen und gesellschaftlichen Raum, um in Toleranz, Harmonie und Frieden miteinander zu leben, sowie für jede/r ihre/seine eigene Identität zu bewahren und zugleich die individuelle Identität aller anderen zu respektieren.

Die Einsicht des Interseins ist die spirituelle Grundlage der Mission des EIAB



Als der Ehrwürdige Thích Quảng Đức (links) sich vor 55 Jahren auf einer belebten Straßenkreuzung in Saigon verbrannte, war er 67 Jahre alt und Abt der Quan Âm Pagode in der Provinz Gia Dinh. Das Foto (rechts) oben zeigt ihn beim Verfassen seiner letzten Briefe. In einem dieser Schriftstücke schrieb er unter der Überschrift „Mein leidenschaftliches Gelübde“: „Ich habe mit Freude in meinem Herzen den tiefen Schwur abgelegt, meinen illusionären und vergänglichen Körper als eine Gabe für den Buddha zu verbrennen, sodass der Verdienst dem Erhalt des Buddhismus zugute kommt.“ Mit der Verwirklichung seines „tiefen Wunsches“ bat er den südvietnamesischen Präsidenten Ngô Đình Diệm unter anderem darum, „mit Mitgefühl und liebender Güte auf das vietnamesische Volk zu schauen und eine Politik der Gleichberechtigung aller Religionen zu verwirklichen, damit die vietnamesische Nation ihre Stabilität für zehntausende von Lebensspannen bewahren kann.“ Thầy bemerkte später in der von ihm geschriebenen und viel beachteten dreibändigen Geschichte des vietnamesischen Buddhismus, „dass in dem Brief in keiner Weise Hass oder Verzweiflung ausgedrückt wird. Ganz im Gegenteil ist der Brief erfüllt von Liebe und Hoffnung.“[35]

zu heilen und zu transformieren und die Inspiration hinter unseren vielen Projekten und Aktivitäten einschließlich derjenigen, die in diesem Artikel aufgezeigt wurden – die verbindende Ausstellung von Thầys Kalligraphien und den handgenähten Herzen, dem Bau der Stupa und die Errichtung des Eingangstores.

In einer verzweifelten Zeit der religiösen Unterdrückung und des Krieges in Vietnam gaben der Ehrwürdige Thích Quảng Đức und andere Menschen ihr Leben für das höchste Ziel einer Zukunft ohne Intoleranz, Fanatismus, Diktatur und anderer „Feinde", die im menschlichen Herzen wohnen.

Die physische Existenz eines Menschen kann vernichtet werden, aber nicht die Liebe in seinem Herzen. Es ist tatsächlich erstaunlich, dass das Herz des Ehrwürdigen Thích Quảng Đức die Flammen überstand. Heute wird es von vielen Vietnamesen als Reliquie eines Bodhisattvas betrachtet. So wie Thầy fühlt auch das EIAB immer noch intensiv die Liebe und das Mitgefühl des Ehrwürdigen Thích Quảng Đức. Wie in Indras Netz wird das von dem Ehrwürdigen Thích Quảng Đức – dessen Dharmaname „Weit reichende Tugend" bedeutet – repräsentierte strahlende Juwel endlos weiter reflektieren und reflektiert werden.

In Dankbarkeit: *Die sorgfältige Übersetzung dieses Jubiläumsartikels aus dem Englischen ins Deutsche ist ein schönes Beispiel für Engagement und Teamwork der Sangha. Der Autor möchte Herrn Klaus Schick für die Bereitstellung der ersten deutschen Version und Teilnehmenden eines Retreats danken, die uns am Rande unseres Kurses „Ruhe im Sturm – Die Praxis mit der vollen Bewusstheit auf den Atem" mit Freude bei der Bewältigung dieser großen Aufgabe geholfen haben. Sie sind unter anderem: Frau Susanne Dreesmann, Frau Lisa Gajewski, Herr Marcus Kiesner, Frau Gudrun Miller, Frau Katherina Muller.*

Anmerkungen

1 Am 4. April in Memphis, Tennessee

2 *Vietnam – Lotus in a Sea of Fire*, Thich Nhat Hanh, Hill and Wang, New York, Erste Ausgabe 1967. Thầys offener Brief an Dr. King ist im Anhang wiedergegeben

3 Eine Abschrift der Pressekonferenz Präsident Johnsons vom 28. Juli 1965 ist archiviert in „The American Presidency Project", http://www.presidency.ucsb.edu/ws/?pid=27116. Zugriff am 14. Mai 2018

4 *The Autobiography of Martin Luther King, Jr.*, herausgegeben von Clayborne Carson, Grand Central Publishing, Park Avenue, New York, 2. E-Buch Auflage, Januar 2001, Loc 5578

5 Im nachfolgenden Jahrzehnt verbrannten sich zahlreiche weitere vietnamesische Nonnen, Mönche und Laien, um die Aufmerksamkeit auf die durch den Krieg verursachte fortgesetzte Unterdrückung und auf das intensive Leiden während der zunehmenden Beteiligung der US zu lenken

6 Thầy drückte diese Empfindung mit gleicher Leidenschaft in einem Gedicht unter der Überschrift „Empfehlung" aus, das unten: *Thich Nhat Hanh*: *Nenne mich bei meinen wahren Namen. Gesammelte Gedichte.* Theseus Verlag Berlin 1993, S. 26, abgedruckt ist. Dieses Gedicht berührte den Autor dieses Artikels tief. Kurze Zeit nach seiner Ordination übertrug er es in ein Lied und sang es auf Bitten von Thầy häufig für die Sangha. Das Gedicht wurde musikalisch auch in andere Sprachen übertragen, einschließlich der englischen Sprache, von den Brüdern des Weston Priory in Vermont, USA

Empfehlung

von Thích Nhất Hạnh – 1965

Versprich mir,
versprich mir heute,
während die Sonne hoch am
Himmel steht –
wenn sie dich zu Boden schmettern
mit einem Berg aus Haß und Gewalt,
nicht zu vergessen, Bruder:
Der Mensch ist nicht unser Feind.
Mag dein Mitgefühl noch so gerecht sein,
gerecht auch dein Hass,
unbezwinglich und grenzenlos –
so wird der Haß dir nicht helfen,
der Bestie im Menschen zu widerstehen.
Aber eines Tages, wenn du dieser
Bestie gegenübertrittst, allein,
mit unversehrtem Mut,
mit freundlichem Blick
in deinen ungetrübten Augen
(auch wenn niemand sie sieht),
wird aus deinem Lächeln eine
Blume erblühen,
und diejenigen, die dich lieben,
werden auf dich schauen
über zehntausend Welten von
Geburt und Tod hinweg.
Wieder allein, schreite ich fort
mit gebeugtem Haupt,
doch wissend um die
Unsterblichkeit der Liebe.
Und auf dem langen, rauhen Weg
scheinen mir Sonne und Mond,
erhellen meinen Weg.

7 Thich Nhat Hanh: *At Home In The World: Stories and Essential Teachings from a Monk's Life,* © 2016 Unified Buddhist Church, Inc. Parallax Press, S. 12

8 Ebenda, S. 72

9 Ebenda, Vergl. auch das Transscript eines TV-Interviews von Oprah Winfrey im Mai 2010 mit Thầy. https://plumvillage.org/thich-nhat-hanh-interviews/oprah-talks-to-thich-nhat-hanh/, Zugriff am 13. Mai 2018

10 Ein Abdruck von Dr. Kings Brief ist zu sehen auf der Website „The Martin Luther King, Jr. Center for Nonviolent Social Change" („The King Center"), gegründet 1968 von Frau Coretta Scott King, http://www.thekingcenter.org/archive/document/letter-mlk-nobel-institute. Zugriff am 12. Mai 2018

11 *The Autobiography of Martin Luther King, Jr.,* Kapitel 30, Loc 5599

12 Der vorbereitete Text der Rede von Dr. King „Die Kriegsverluste in Vietnam" findet sich auf der Website des King Centers http://www.thekingcenter.org/archive/document/casualties-war-vietnam. Zugriff am 12. Mai 2018. Eine Audioaufnahme seiner Rede, in welcher Dr. King angibt, dass die Bürgerrechts- und Friedensbewegungen zusammengelegt werden sollten, kann auf https://www.youtube.com/watch?v=yjyM7V16SHI angehört werden. Zugriff am 26. Mai 2018

13 Eine Text- und Audioaufnahme der „Riverside Speech" ist zu finden auf der Website des Stanford University Research and Education Institutes, https://kinginstitute.stanford.edu/king-papers/documents/beyond-vietnam, Zugriff am 12. Mai 2018

14 Dr. King zitiert aus: *Vietnam – Lotus in a Sea of Fire,* S. 81

15 Im Jahr 1968 ereigneten sich darüber hinaus am 6. Juni die Ermordung von Dr. Kings politischem Verbündeten Senator Robert Kennedy während seines Wahlkampfes zum demokratischen Kandidaten für die Präsidentschaftswahlen im gleichen Jahr, sowie der plötzliche Tod von Thomas Merton, einem amerikanischen Trappisten-Mönch, gesellschaftlichem Aktivisten und Gelehrten, der das Vorwort zu Thầys Buch „Vietnam: Ein Lotus im Flammenmeer" verfasst hatte, im Alter von 53 Jahren am 10. Dezember in Thailand

16 *At Home in the World: Stories and Essential Teachings from a Monk's Life,* S. 73

17 The King Center, http://www.thekingcenter.org/king-philosophy#sub4. Zugriff am 11. Mai 2018

18 Aus einer handschriftlichen Notiz von Thầy, niedergelegt am 4. Juli 2007, in der er seine

Vision für das EIAB ausführt. Diese Notiz wird in den Archiven des EIAB aufbewahrt

19 Ebenda

20 Das EIAB besucht und erhält Besuch aus zahlreichen europäischen Ländern, darunter Belgien, Dänemark, Finnland, Frankreich, Italien, Luxemburg, die Niederlande, Norwegen, Österreich, Polen, Schweden, Schweiz, Tschechischen Republik und es organisiert auch Veranstaltungen in Europa und in Asien

21 Simon, Hans: *Zur Geschichte der Heil- und Pflegeanstalt Waldbröl 1893-1938,* In: Beiträge zur Oberbergischen Geschichte. Hrsg.: Bergischer Geschichtsverein Abteilung Oberberg. EV 1924, Bd. 2, Gummersbach 1989, S. 126

22 Erratum: Die Beschriftung der Fotografien muss lauten: Sr. Hien Hanh statt *Hien Han* und Br. Phap Nhat anstelle von *Phat Nhat*

23 Siehe auch die Ankündigung der Ausstellung in Hongkong unter dem Titel: „Calligraphic Meditation: The Mindful Art of Thich Nhat Hanh". http://www.umag.hku.hk/en/exhibition_detail.php?id=714344. Zugriff am 19. Mai 2018

24 Eine Anmerkung von Jochen Fassbender, einem Musiker aus Waldbröl, bei seinem ersten Besuch im EIAB im Sommer 2013. Er fühlte sich durch das EIAB inspiriert und drückte aus, es sei seine Pflicht Thầys Vision des Friedens zu unterstützen. Herr Fassbender hat seitdem in unserem Institut Musikkurse angeboten und führt regelmäßig Konzerte in der Eingangshalle des Asoka Institutes durch, um Spenden für das EIAB zu generieren

25 „Die Geschichte des Engagierten Buddhismus, Dharmavortrag von Thich Nhat Hanh", Hanoi, Vietnam 6.–7. Mai 2008. Abgedruckt in: *Human Architecture: Journal of the Sociology of Self-Knowledge, VI, 3, Sommer 2008,* S. 30

26 *Vietnam – Lotus in a Sea of Fire,* Schlusskapitel, S. 94

27 „History of Engaged Buddhism", S. 31

28 *Vietnam – Lotus in a Sea of Fire,* Schlusskapitel, S. 31

29 Ebenda

30 Aus Thầys handschriftlicher Notiz im Jahr 2007

31 Ein Projekt der „Canadian Friends of Hebrew University" mit vielen Facetten, begann im Jahr 2015, dem hundertjährigen Jubiläumsjahr. Siehe *https://www.prnewswire.com/news-releases/marking-the-centennial-of-the-theory-of-relativity-on-a-global-scale-503570801.html.* Zugriff am 15. Mai 2018. Siehe auch die Website für das gedruckte 3D-Buch *Genius: 100 Visions of the Future.* http://genius100visions.com/100-visions-of-the-future, auf der die Beitragenden, unter ihnen Thầy, aufgeführt werden. Zugriff am 15. Mai 2018

32 *V*iệt Nam Phật Giáo Sử Luận, Nguyễn Lang (Thích Nhất Hạnh), Nhà Xuất Bản Lá Bối, 3. Auflage, San Jose, CA – USA, 1993. Band 1. Kapitel 8 (Chương 08: Tổng quan về Phật giáo đời nhà Lý (1010–1225), S. 201

劫性虚无不可攀
虚无心悟得何难
玉焚山上色常潤
蓮發炉中湿未乾
(Thiền Uyển Tập Anh, hrsg. im Jahr 1715, S. 23b1)

Diệu tính hư vô bất khả phan
Hư vô tâm ngộ đắc hà nan?
Ngọc phần sơn thượng sắc thường nhuận
Liên phát lô trung thấp vị can
(Sino – Vietnamesische phonetische Umschrift)

Chân tính hư vô khó đến nơi
Chỉ hư tâm đạt đến mà thôi
Trên núi ngọc thiêu mầu vẫn thắm
Trong lò sen nở sắc thường tươi
(Vietnamesische Übersetzung von Thích Nhất Hạnh)

Die wunderbare Natur der Leerheit kann nicht begriffen werden;
Dennoch, wie sollte es als schwer zu verstehen angesehen werden, wenn es mit einem leeren Geist verstanden werden kann?
Ein Stück Jade auf dem Gipfel eines Berges zu verbrennen intensiviert nur die Brillianz seines natürlichen Glanzes;
(Und) ein Lotus, der in einem Ofen blüht, verwelkt nie oder verliert nie seine Frische.
(Wörtliche Übersetzung von Thầy Pháp Ấn)

33 Siehe auch *Hua-Yen Buddhism: The Jewel Net of Indra,* von Francis H. Cook. (Penn State Press, 1977) S. 214. *https://en.wikipedia.org/wiki/Indra%27s_net; https://en.wikipedia.org/wiki/Indra%27s_net#Avatamsaka_Sutra*, Zugriff am 18. Mai 2018

34 Johannes 14:2 in: King James Bible; https://www.biblegateway.com/passage/?search=John+14%3A2&version=KJV, Zugriff am 18. Mai 2018

35 Việt Nam Phật Giáo Sử Luận, Nguyễn Lang (Thích Nhất Hạnh), Nhà Xuất Bản Lá Bối, 2. Auflage, San Jose, CA – USA, 1993. Band 3. Kapitel 38 (Chương 38: Cuộc vận động chống chế độ Ngô Đình Diệm – Ngọn Lửa Quảng Đức), S. 358

Reise durch die Geschichte des EIAB – Meilensteine und achtsame Schritte

Historischer Hintergrund

1954 – In Vietnam schreibt Thầy eine Reihe von zehn Artikeln, in denen er zu einer frischen Betrachtung des Buddhismus aufruft. Diese Artikel markieren den Beginn dessen, was er später als „Engagierten Buddhismus“ bezeichnet

1963 – *11. Juni*: Der Ehrwürdige Thích Quảng Đức ist der erste von fünf Monastics, die sich in diesem Sommer selbst verbrennen, um die Aufmerksamkeit der Weltöffentlichkeit auf die gewaltsame Unterdrückung des Buddhismus durch das südvietnamesische Regime zu lenken

1965 – *1. Juni:* Thầy schreibt einen offenen Brief an Dr. Martin Luther King Jr., in dem er die wahre Bedeutung der Selbstverbrennungen erklärt und Dr. King aufruft, angesichts „des unbeschreiblichen Leidens des vietnamesischen Volkes“ in einer Zeit des wachsenden militärischen Engagements der USA nicht zu schweigen

1966 – *1. Juni:* Thầy und Dr. King treffen sich in Chicago. Auf einer Pressekonferenz verbinden sie die Sache des Friedens in Vietnam mit dem Kampf für die Bürgerrechte in den USA

1967 – *25. Januar:* Dr. King nominiert Thầy für den Friedensnobelpreis des Jahres 1967, obwohl dieser schließlich in jenem Jahr nicht vergeben wird

1967 – *4. April:* Dr. King hält seine historische Rede „Beyond Vietnam: A Time to Break Silence“, in der er aus Thầys Buch „*Vietnam – Lotus in a Sea of Fire*“ zitiert

1967 – *Mai:* Thầy und Dr. King treffen sich ein weiteres Mal in Genf und setzen ihr Gespräch über Frieden, Freiheit, den Aufbau einer Gemeinschaft und über Wege, den Krieg in Vietnam zu beenden, fort

1968 – *4. April:* Dr. King wird in Memphis, Tennessee, ermordet

Das Institut

2006 – *Mai:* Thầy entscheidet, dass die Zeit richtig ist, ein Institut für Angewandten Buddhismus zu gründen, ein Vorhaben, mit dem er sich schon seit einigen Jahren beschäftigt hat, und weist das Projekt Thầy Pháp Ấn zu. Er entscheidet sich für Deutschland als Standort des Instituts

2007 – *4. Juli:* In einer handschriftlichen Notiz skizziert Thầy seine Vision für das EIAB

2007 – *18. Juli:* Der in Dortmund ansässige Rechtsanwalt und Notar Dr. Alexander Publick wird als unser Rechtsvertreter in Deutschland mit dem Kauf eines Anwesens und der Errichtung des EIAB als juristische Person beauftragt. Deutsche Sangha-Freunde beginnen intensiv mit der Suche

2008 – *7. März:* Thầy besichtigt und wählt ein Anwesen in Waldbröl in der Nähe von Köln aus. Auf dem 5,7 ha großen Gelände befindet sich ein leerstehendes 12.000 m² großes Gebäude mit einer Länge von 150 Metern. Es war mehr als 110 Jahre zuvor als Krankenhaus für geistig und körperlich beinträchtigte Menschen errichtet worden. Der Erwerb der Liegenschaft beginnt

2008 – *Mai:* Während seines Besuches in Hanoi, Vietnam, verkündet Thầy die Gründung eines Instituts für Angewandten Buddhismus in Europa sowie die zukünftige Gründung weiterer Campus in Asien und Amerika

2008 – *September:* Am *7. September* verlassen 22 Monastics Plum Village und reisen nach Deutschland. *10. September* „das EIAB ist angekommen“ mit dem Einzug der Monastics in das heute als Asoka Institut bezeichnete Gebäude. *11. September:* Thầy kommt nach Waldbröl. Am folgenden Tag verkündet Thầy auf einer gemeinsamen Pressekonferenz mit dem Bürgermeister von Waldbröl, Herrn Peter Koester, die Gründung des EIAB. In diesen ersten Wochen machen wir recht ungewöhnliche Erfahrungen in dem Gebäude, die wir auf das Vorhandensein unbefriedeter, leidvoller Geister aus der NS-Vergangenheit zurückführen. Thầy bittet uns, ihnen unsere Energie des Mitgefühls anzubieten. Kurze Zeit später verfasst er einen Versöhnungsbrief, den wir auch heute noch jeden Tag laut verlesen

2009 – Wir arbeiten intensiv am Aufbau der Fakultät des Instituts, an den Curricula, dem Kursprogramm und an der administrativen Infrastruktur. Als im *September* die Renovierungsarbeiten im Asoka Institut beginnen, ziehen die Monastics in ein nahe gelegenes Gebäude – seit damals als „Kloster des großen Mitgefühls“ bezeichnet -, das wir zusätzlich erwerben. Jetzt können wir unseren Kursteilnehmern und Kursteilnehmerinnen auch Gästezimmer anbieten

2010 – *Juni:* Die Renovierung von 20 Prozent des Asoka Instituts ist abgeschlossen. Thầy stimmt dem Vorschlag für ein Fund-Raising-Vorhaben mit einer Wanderausstellung seiner Kalligraphien zu, das mit Hilfe von Freunden aus Hongkong entwickelt wurde. Im *November* wird die Ausstellung unter dem Titel „Calligraphic Meditation: The Mindful Art of Thich Nhat Hanh“ in Hongkong eröffnet

2011 – Thầys Kalligraphie Ausstellung wandert nach New Taipeh in Taiwan und nach Vancouver in Canada. Im EIAB entwerfen wir zwei Bauvorhaben – eine hohe Stupa und ein solides Tor –, aus von den Nazis hinterlassenen steinernen Säulenabschnitten, um bei der Heilung und Neuausrichtung der Energie des Landes zu helfen

2012 – *Mai:* Das EIAB beginnt eine Kampagne, in der in Gedenken an jede/n der 700 in den Jahren 1938–39 von den Nazis verschleppten Patienten und Patientinnen des früheren Hospitals ein handgenähtes Herz hergestellt wird. Im *August* wird die gemeinsame Ausstellung von Thầys Kalligraphien und der handgenähten Herzen im Erdgeschoss des Asoka Instituts eröffnet. Das Thema lautet: Leiden, Heilung und Transformation. Am *22. August* eröffnet Thầy das EIAB förmlich und gibt dem EIAB seinen Segen für die Errichtung einer 21 Meter hohen Stupa und eines stattlichen Tors für den neuen Grundstückseingang. Thầy leitet auch das von nahezu 1.000 Menschen besuchte Sommer-Retreat

2013 – *August:* Wir weihen die Stupa der Inklusivität und das Tor des Interseins ein

2014 – *April:* Wir beginnen mit dem Einbau des behördlich vorgeschriebenen Feueralarmsystems im Kloster des Großen Mitgefühls. *Oktober:* Wir beginnen mit dem Bau einer großzügigen modernen Küche und eines Speisesaals mit 200 Sitzplätzen

2015–2016 – Die 2014 begonnenen Renovierungsarbeiten werden fortgesetzt. Wir schließen die Landschaftsgestaltung einschließlich eines Lotusteiches vor dem zukünftigen Speisesaal ab.

Wir setzen die Entwicklung und Erweiterung des Kursprogramms des EIAB fort und organisieren auch Programme außerhalb des Instituts in Städten in ganz Europa, in Asien, Hongkong und Japan

2017 – *April:* Rechtzeitig zu Beginn des Oster-Retreats werden die neue Küche und der Speisesaal fertig gestellt

2018 – *Februar:* Wir heißen das neue Mondjahr des Hundes willkommen und führen Zeremonien durch, um mit dem Bauvorhaben unserer zukünftigen Meditationshalle zu beginnen. Jeden Sonntag begrüßen wir etwa 100 Menschen zum Tag der Achtsamkeit, darunter sind auch Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen. Auf dem Weg zu unserem 10. Jahrestag, diesen September, haben wir bislang um die 50.000 Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen und Besucher und Besucherinnen auf unserem Campus willkommen geheißen. Bei unseren Veranstaltungen quer durch Europa und darüber hinaus haben wir noch viele weitere Menschen erreicht. Die Besucherzahlen wachsen von Jahr zu Jahr

EIAB:
Wie wir es geschafft haben

Als unser geliebter Lehrer Thay im Jahr 2006 feststellte, dass es an der Zeit war, seine Vision für ein Institut für angewandten Buddhismus ins Werk zu setzen, sandte Sister Chan Khong eine innige Bitte um Unterstützung an die Freunde von Plum Village auf der ganzen Welt. Unter denen, die darauf reagierten, war der Dortmunder Rechtsanwalt und Notar Dr. Alexander Puplick und seine Frau Beate. Dr. Puplick wurde unser gesetzlicher Vertreter, um das zukünftige Institut in Deutschland zu etablieren und hier eine Immobilie zu erwerben. Wie sie im folgenden berichten, war es keine leichte Aufgabe....

Dr. Alexander Puplick (rechts) und seine Frau Beate mit Thay im EIAB am historischen Tag – dem 12. September 2008 – als Thay seine formelle Gründung verkündet.

Eine großartige Verbindung entsteht

Im Sommer 2006 besuchten wir, meine Ehefrau Beate und ich, zum zweiten Mal das Summer Retreat in Plum Village. Wir waren wieder im Lower Hamlet untergebracht und genossen die Ruhe, den Frieden und die Achtsamkeit. Ven. Sr. Chan Khong und Sister Jina, die uns von ihren Aufenthalten in japanischen Zen Klöstern berichteten, beeindruckten uns zutiefst.

Wir hatten das große Glück mit der Sunflower Family, geleitet von Sister Song Nghiem, unser zweiwöchiges Retreat zu verbringen. Unsere Sunflower Family war für das Frühstück zuständig und wir trafen uns jeden Morgen um 5:45 Uhr zur Vorbereitung – Sister Song Nghiem begrüßte uns herzlich und strahlend und versorgte uns mit Gathas, die sie auf kleinen Zetteln für alle Teilnehmer allmorgendlich vorbereitet hatte.

Es war das Jahr, in dem unser hochverehrter Thay Phap An seinen berührenden Vortrag *„Beauty in the Sun, Beauty*

in the Rain“ hielt. Darin schilderte er seine Kindheit und Jugend in Zentralvietnam (Da-Nang), bis hin zur Flucht aus Vietnam auf einem kleinen Fischerboot, überladen mit über 250 Flüchtlingen. Seine Lebensgeschichte rührte uns alle zutiefst. Ich fühlte mich in meine Kindheit zurückversetzt. In den späten 1960er und frühen 1970er berichteten die Abendnachrichten nahezu jeden Abend mit Schreckensbildern aus diesem unterdrückten und vom Krieg so geschundenen Land Vietnam. Thay Phap An ließ uns den Krieg, die Zerstörung und das unvorstellbare Leid, das bis heute anzudauern scheint und so viele Wunden riss, so gegenwärtig werden, dass alle, die zuhörten, zutiefst berührt waren.

Obwohl wir und viele andere Teilnehmer zu diesem Zeitpunkt auch „Den Duft von Palmenblättern“ und „Aus Liebe zu allen Wesen“ – zumindest kapitelweise – gelesen hatten, waren wir erschüttert, viele weinten. Die Zuhörer bewunderten Thay Phap An, wie es ihm gelungen war, das große Leid und Elend und die scheinbar verlorene Kindheit in so viel Güte und Mitgefühl zu transformieren.

Hieraus erwuchs noch tiefere Verbindung und ein Mitfühlen mit all jenen Nonnen und Mönchen, die aus Vietnam gekommen waren und das Summer Retreat in den verschiedenen Hamlets ermöglichten.

Die Dharma-Vorträge unseres hoch verehrten Lehrer Thich Nhat Hanh (Thay) erschienen uns in diesem Jahr von besonderer Tiefe und Klarheit, durchdringend und wahr. Wir bewunderten seine Fähigkeit, die Erfahrungen Buddhas so praktisch angewandt auf unsere heutigen Existenzformen und individuellen und zugleich kollektiven Ängste, Nöte, Sorgen und Konflikte zu lehren, dass die anwesenden Teilnehmer diese Lehren so unmittelbar in ihr eigenes Lebensumfeld eingebracht sahen.[1] Und wir erlebten durch Thay´s Worte wieder und wieder die Wertschätzung für unser Dasein, gleich in welcher Lebenssituation wir Teilnehmer uns gerade auch befanden – viele umgeben von Tod, Trennung, schwerer Krankheit, Lebenskrise, wirtschaftlicher Existenzangst – und in Plum Village achtsamen Umgang mit uns und anderen und Atmen und Heilung und Ausrichtung suchten.

„Das Wunder besteht darin, als Mensch geboren zu sein und auf dieser Erde gehen zu können“ (Thay)

Wir fühlten Dankbarkeit für dieses Leben als Mensch und Mitgefühl mit allen Lebewesen und Erscheinungsformen.

Inspiriert durch Thay’s Vision

Ein Jahr zuvor, im Jahr 2005 hatte Thay nach 39 Jahren im Exil erstmals die Möglichkeit seine Heimat zu besuchen. Thay Phap An und die Mitglieder der Sangha hatten über viele, viele Monate mit den zuständigen Behörden in Vietnam verhandelt, um Thay und einer Gruppe von mehr als 100 Mönchen und Nonnen und 100 Praktizierenden aus 30 Nationen diese Reise zu ermöglichen.[2]

Vielleicht auch inspiriert von den Erlebnissen dieser Rückkehr in die Heimat, war Thay erfüllt von einer großen Vision: Ein universitärer Campus in der Mitte Europas, ein Institut für den angewandten Buddhismus. Schwester Chan Khong drückte es im Jahre 2006 in einem Brief an die Mitglieder der Sangha so aus:

Our planet is so desperately in need of people who can help others discover that peace is possible in this world, there are concrete ways to make peace a reality in our lives, and we only need to learn and practice these methods to realize happiness for ourselves and everyone around us. For the amount that one person typically spends on a university education, we can train many monastics, and the return on the investment is very high in terms of relieving suffering and bringing more light and hope into the world. And we don´t have to wait a number of years before reaping the benefits; already during training every monk and nun is serving many people, helping them to be (at) peace, to liberate themselves, to be a light unto others.

Please help us realize Thay´s deep wish to ensure the continued training of monastics in the tradition of Plum Village. […] We wish that you could contribute the maximum that you are able, even just one time – one time that will make it possible for generation after generation of monks and nuns to continue Thay in the most authentic way.

– Sr. Chan Khong

Während des Summer Retreat 2006 spürten wir, dass es konkret würde. Nach einem Dharma Talk in der zweiten Woche unseres Retreats sprach uns unsere Ven. Sister Chan Khong an. Sie teilte uns mit, dass unser verehrter Thay mit uns über dieses Projekt sprechen wolle. In seiner kleinen, sehr bescheidenen Hütte im östlichen Teil Upper Hamlet, nicht weit von dem neu errichteten Glockenturm, fanden wir uns das erste Mal bei unserem hochverehrten Lehrer gemeinsam mit Sister Chan Khong ein. Es wurde Tee gereicht. Nach einigen Minuten der Stille sah uns Thay mit einem Blick voller innerer Ruhe, angefüllt mit Energie, an und ließ uns eine innere Verbindung spüren. Sister Chan Khong stellte uns vor. Anschließend begann Thay zu sprechen, in kurzen wahren Sätzen:

> Es geht um das Erforschen und das Erleben des Buddhismus durch Erfahrung – so wie es Buddha selbst gelehrt hat.
>
> Es sollte ein Erfahrungs-Campus entstehen, nicht eine weitere scholastische oder philosophische Lehranstalt.

Der Fokus sollte auf dem Praktizieren, der Anwendung der buddhistischen Grundsätze liegen, so dass jeder einzelne Praktizierende, gleich zu welchem Zweck er das Institut aufsuchen würde, die Lehren unmittelbar erfahren könnte. Es ging nicht um weitere Wort-Lektionen, es ging um die Erfahrung, die auch transformiert.

Es galt eine Einrichtung zu schaffen, in der gewonnene Einsicht in eine entsprechende Lebensweise umgesetzt und praktisch geübt wird.

Es sollte ein Institut entstehen, das offen ist für Menschen jeder Herkunft und gleich welcher Vorbildung, unabhängig von jeder Glaubensrichtung.

Zugleich sollte das Institut als Forschungseinrichtung anerkannt werden.

Studierende verschiedener Fachrichtungen, insbesondere der Heilberufe, Naturwissenschaften und Gesellschaftswissenschaften, sollten an staatlich anerkannten Lehrprogrammen sog. „Credit-Points“ erwerben können, um auf diese Weise Zugang zu dieser Erfahrungslehre zu erhalten, um sie ergänzend zu der akademischen universitären Ausbildung in ihrer späteren beruflichen Tätigkeit nutzen zu können.

Wir deuteten Thay, dass wir verstanden hatten. Gemeinsam tranken wir unseren Tee und wir verabschiedeten uns mit einer tiefen Verbeugung. Wir fühlten die Bedeutung und eine Ahnung, ohne das gesamte Ausmaß dessen, was Thay vorgestellt hatte, wirklich erfassen zu können – und wir fühlten Verantwortung. Diese Momente mit unserem verehrten Lehrer Thay und unserer Ven. Sr. Chan Khong prägten sich tief in unser Leben ein.

Thay gründete nicht zum ersten Mal eine Universität. Wie wir später erfuhren, hatte er bereits im Jahre 1964 in dem damaligen Saigon (der heutigen „Ho-Chi-Minh-City“) im Anschluss an seine Studienaufenthalte und Vorträge in Princeton und Columbia die „Van Hanh University“ gegründet.[3]

Mit Sr. Chan Khong verblieben wir so, dass wir weitere Nachricht abwarten sollten. Dabei berichtete sie bereits von Sangha Mitgliedern in Deutschland, die schon seit einiger Zeit nach einem geeigneten Platz zur Errichtung eines neuen Campus suchten, auch erwähnte sie ihre Freunde „Bich und Thien“ aus Rheine.

Die Rechtsform definieren

So meldeten sich im Herbst 2006 die verehrten Sangha-Mitglieder Lien An Nguyen und ihr Ehemann Dang Thien Nguyen aus Rheine bei uns und luden uns im November 2006 zu sich ein. Es war ein schöner Nachmittag mit Gesprächen in gastfreundlicher Atmosphäre bei Thien und Bich, die uns hausgemachte köstliche vietnamesische Spezialitäten reichten. Bich erzählte, dass sie aus Plum Village ganz konkrete Fragen erhalten habe, die wir an diesem Nachmittag so gut es ging schon beantworten konnten. Wir stellten die verschiedenen Möglichkeiten der rechtlichen Organisation für den Erwerb von Grundbesitz und für den nachfolgenden Betrieb des Seminar- und Studienzentrums dar. Wir berichteten von den Gesprächen mit Sr. Chan Khong im Plum Village und die Ziele und Vorstellungen, die Thay mit dem Institut verband.

Bich berichtete unserer verehrten Sister Chan Khong und als nächstes sollten wir die Aufgabe übernehmen, die geeignete Rechtsform für den Erwerb (den Bau) und den Betrieb des noch zu findenden Campus zu ermitteln. Es bestand nach kurzer Zeit die Einsicht, dass der Rechtsträger eine in Deutschland ansässige *„juristische Person“* sein sollte, damit die zukünftigen Vertragspartner eine transparente und nachvollziehbare Struktur vorfänden, der sie auch (wirtschaftliches) Vertrauen entgegen bringen würden.

Dazu erstellten wir – angepasst auf das amerikanisch geprägte Rechtsverständnis von Thay und Sister Chan Khong – eine entsprechende Übersicht, in der verschiedenartige Formen der (steuerlich begünstigten) gemeinnützigen Einrichtungen, wie z.B. der Verein oder die (teil-)rechtsfähige Stiftung, wie auch verschiedene Gesellschaftsformen (wie z.B. die Gesellschaft mit beschränkter Haftung) vorgestellt wurden.

Dazu berichtete Sr. Chan Khong über ihre Erfahrungen mit der Foundation des amerikanischen Rechts oder der Fondation des französischen Rechts. Diese Erörterungen zu den Gestaltungsmöglichkeiten anderer Rechtsordnungen waren für uns alle sehr bereichernd. In der Folge stellten wir die Möglichkeiten der Errichtung der Stiftung detailliert dar und entwarfen auch eine entsprechende Satzung. Wir erörterten die Möglichkeiten, die Vor- und Nachteile, die eine staatliche anerkannte Stiftung (des bürgerlichen Rechts) aufwies.

Intensiv wurde die Frage geprüft, ob EBU (Église Bouddhique Unifiée) mit Sitz in Plum Village der tatsächliche Rechtsträger sein könnte. Dazu wurde intensiv geforscht, auch die damalige Gründungsurkunde aus dem Jahre 1986 wurde unter Beachtung des französischen Rechts analysiert. Dabei stellte sich heraus, dass die „EBU“ zwar nach französischem Recht als „Kirche“ anerkannt wurde, es wurde ihr jedoch keine Rechtspersönlichkeit des Inhaltes zugesprochen, sodass sie nicht selbständige Trägerin von Rechten und Pflichten werden konnte. Sie war also (noch) nicht als rechtsfähige Körperschaft des französischen Rechts anerkannt. Unter Beachtung der französischen und der europäischen Gesetzgebung ist es jedoch erforderlich, dass ein Rechtsträger nach dem Recht eines europäischen Mitgliedsstaates als „juristische“ Person anerkannt ist, damit sie auch in einem anderen (europäischen) Staat als Rechtsträger im Rechtsverkehr auftreten kann. Damit konnte die EBU auch in Deutschland nicht als selbständiger Träger von Rechten und Pflichten handeln.[4]

Die engere Sangha diskutierte die verschiedenen Rechtsformen vor, von dem *„Verein“* über die *„Stiftung“* bis hin zu einer GmbH. Wir erläuterten auch die steuerlichen Voraussetzungen zur Anerkennung der Gemeinnützigkeit. Dazu knüpften wir schon Anfang 2007 Kontakt zu Dr. Olaf Clemens, Steuerberater und Wirtschaftsprüfer in der heutigen Kanzlei Weckerle, Wilms und Partner GmbH, Dortmund/Sundern. Zur Erlangung der Gemeinnützigkeit wurde das EIAB seither zuverlässig und mit hoher Fachkompetenz von Herrn Dr. Olaf Clemens begleitet und beraten. In der Folgezeit klärte der Kollege Dr. Olaf Clemens auch alle übrigen steuerrechtlichen und sozialversicherungsrechtlichen Fragen für das EIAB und der dort angemeldeten Nonnen und Mönche.[5] Letztlich entschied sich die Sangha für die Rechtsform der (gemeinnützigen) Gesellschaft mit beschränkter Haftung.

Einen Namen finden

Dann war die Zeit des Summer Retreat 2007 gekommen. Zu dem Summer Retreat hatten wir unsere verschiedenen Unterlagen, Entwürfe und Checklisten vorgelegt, so dass wir ausführlich berichten konnten. Sister Chan Khong lud uns erneut zu einem Tee bei unserem verehrten Lehrer ein. Thay hatte seine Vorstellungen über die Ziele und Zwecke des Instituts fortentwickelt und weiter konkretisiert.[6]

In diesem schon vertrauteren Gespräch in Thay's bescheidener Hütte in Upper Hamlet mit dem weiten Blick in das östliche Tal entstand bereits der heutige Name, es ging um angewandten Buddhismus, eine Studien-, Seminar- und Lehreinrichtung. Inspiriert von unserem großen Lehrer entstand das **European Institute of Applied Buddhism,** das **Europäische Institut für Angewandten Buddhismus.**

Beate und ich fühlten uns verbunden mit Thay und seinem Ziel. Wir waren zutiefst berührt, dass Thay uns in diese Namensgebung einbezog und wir hieran teil hatten und dem Institut den finalen Namen geben durften. Die Anwesenden und die Nonnen und Mönche, die an dem Projekt beteiligt waren, verstanden, worum es Thay ging und mit welcher Kraft er die Vision entwickelt hatte.

Nach einem intensiven Austausch über viele Monate, in langen Telefonaten und vielfältigen Emails und vielen Entwürfen war es dann soweit. Am 05.11.2007 wurde der Gesellschaftsvertrag der *„European Institute of Applied Buddhism gGmbH“* gegründet. Der Gesellschaftszweck wurde wie folgt definiert:

1. *Die Förderung der buddhistischen Religion und Weltanschauung der buddhistischen Philosophie sowie die Förderung der buddhistischen Wissenschaft und Forschung.*
2. *Der Satzungszweck wird insbesondere gefördert durch*
   a) *der Errichtung und den Betrieb einer buddhistischen Forschungs- und Seminareinrichtung (Institut),*
   b) *die Erstellung von buddhistischen Studienprogrammen und Studienseminaren einschließlich ihrer Durchführung sowie die Durchführung von wissenschaftlichen buddhistischen Veranstaltungen, Tagungen, Einkehrtagen und Vorträgen für Buddhistisch-Lehrer, Therapeuten, Psychologen, Mitglieder buddhistischer Orden und Laien, gleich welcher Religion und Weltanschauung,*
   c) *der Herausgabe und Verbreitung buddhistischer Veröffentlichung, gleich durch welches Medium.“*

Unsere Freundin Thuc-Quyen Nguyen-Ryzek aus München wurde zur einzelvertretungsberechtigten Geschäftsführerin bestellt. Unsere verehrte Thuc-Quyen hatte im Jahre 2007 aufgrund ihres engen Kontaktes zur Sangha im Plum Village diese bedeutende Aufgabe für die Sangha übernommen und stand der Sangha mit Rat und Tat zur Seite.

Am 11.01.2008 wurde das *„EIAB, European Institute of Applied Buddhism GmbH“* in das Register bei dem Amtsgericht Dortmund mit dem ersten Sitz in der Kronenburgallee 1 eingetragen und war an diesem Tag “geboren“. Mit Beschluss der Gesellschafterversammlung vom 11.08.2010 wurde der Sitz der Gesellschaft an den Ort des Instituts in den Schaumburgweg 3 in 51545 Waldbröl verlegt.

Am 17.02.2009 übernahm unser verehrter Thay Phap An die Geschäftsführung des EIAB. Wir danken unserer lieben und verehrten Thuc-Quyen, die das EIAB in seiner Gründungsphase bis zur Überleitung auf unseren verehrten ersten Abt Thay Phap An so engagiert und erfolgreich geleitet hatte. Ohne den besonderen Einsatz unserer Thuc-Quyen, insbesondere in den Jahren 2007 und 2008, hätte das EIAB nicht so erfolgreich beginnen können!

Der Weg nach Waldbröl

Im Frühjahr 2007 schien sich die Sangha immer stärker für das Objekt in Rheine zu interessieren. So fand am 18.05.2007 gemeinsam mit Ilona Schmied (Haus Maitreya), Frau Dr. Nguyen-Ryzek aus München und Bich Lien-Anh in dem Rathaus der Stadt Rheine eine mehrstündige Besprechung mit dem dortigen Planungsdezernenten und seinen Mitarbeitern statt. Auch hierzu wurde ein umfangreicher Sachstandsbericht erstellt, der nach der entwickelten Prüfliste für in Betracht kommende Immobilien erstellt wurde.

Nach dem Summer Retreat 2007 machten sich Sister Chan Khong, Sister Jina, Sister Song Nghiem und weitere Nonnen auf dem Weg nach Deutschland. An dem Wochenende des 04.08./05.08.2007 reisten sie mehr als tausend Kilometer durch Deutschland und besuchten fünf mögliche Standorte, so u.a. bei Marienthal, bei Göttingen, Hannoversch-Münden und Salzgitter. Von jedem Objekt wurden dutzende Fotos gefertigt und mit vielen positiven Eindrücken von den besuchten Objekten kehrten

unsere Nonnen nach Plum Village zurück und berichteten unserem verehrten Thay. In der Folgezeit gab es weitere Hinweise und Empfehlungen aus der Sangha, sodass letztlich im Herbst 2007 noch vier Objekte in die engere Wahl kamen. Unzählige Gespräche mit vielen interessanten Persönlichkeiten wurden bis zum Frühjahr 2008 geführt.

Die vorgeschlagenen Objekte wurden sorgfältig geprüft. Insbesondere waren die Kriterien der bauliche Zustand, die Unterbringungsmöglichkeiten, die Infrastruktur, die Erweiterungsmöglichkeiten, auch in Bezug auf die Errichtung einer Meditationshalle. Wir wollten sichergehen, dass wir den Entscheidungsprozess transparent darstellen und vor Überraschungen in dem einen oder anderen Objekt verschont bleiben sollten.

Die Checkliste bestand aus verschiedenen Teilen: Den kaufmännischen Prüfungspunkten, den rechtlichen Aspekten, den Infrastruktur- und Lageanforderungen und letztlich einer umfangreichen technischen und umweltbezogenen Due Diligence. Entwicklungsperspektiven, Nutzung und die Eigenart der näheren und sichtbaren Umgebung wurden einbezogen. Um dem Betrieb des Campus zu gewährleisten, bedurfte es auch der getrennten Unterbringungsmöglichkeiten für Nonnen und Mönche. Es sollte eine *„klösterliche Atmosphäre“* insbesondere für die Zeiten gewährleistet sein, in denen weder Kurse noch Seminare noch Retreats stattfinden. Letztlich ging es auch um eine persönliche und menschliche Umgebung, in der sich Mönche und Nonnen, Teilnehmer und Gäste willkommen, sicher und wohlfühlen würden.

Es stellte sich heraus, dass sich die von der Sangha vorgeschlagenen Objekte im Wesentlichen in verschiedenen Regionen in Nordwest- und Mitteldeutschland befanden. Auf der Suche nach einem passenden Objekt beteiligten sich viele ordinierte Mitglieder des OI (Orden of Interbeing), engagierte Laien, von Bayern bis Schleswig-Holstein, von Nordrhein-Westfalen bis Sachsen und Mecklenburg-Vorpommern, die eine Vielzahl von möglichen Campus-Objekten ausfindig machten und der Sangha entsprechende Hinweise und Informationen bis hin zu ganzen Exposés übermittelten.[7]

Zu den interessanten Objekten gehörten Konversionsflächen, wie z.B. frühere Kasernengelände, deren Betrieb eingestellt worden war, kleine Landgüter, stillgelegte Krankenhäuser, aber auch entwidmete Klosteranlagen. Manchmal stellte sich heraus, dass einzelne der angebotenen Objekte nur (kurzfristig) zu pachten waren, manchmal wollte der Eigentümer *„Erbbaurechte“* begründen. Dies waren nicht die Vorstellungen der Sangha. Ziel war, das EIAB auf Dauer an einem Standort so zu etablieren, sodass es über Jahre und Jahrzehnte bestehen konnte – ohne Abhängigkeiten von Verpächtern oder wechselnden Grundstückseigentümern und ihren unterschiedlichen Interessen. Auch so schieden dann nach näherer Prüfung einzelne Objekte wiederum aus der engeren Auswahl aus.

Hinweise aus der Sangha wurden auch aufgegriffen von Ilona Schmied und Thomas Barth.[8] Sie machten sich auf *„Deutschlandreise“*, erstellten Besuchsberichte und berichteten anhand ihrer Checklisten über das Ergebnis ihrer Untersuchungen, denn die Checkliste, die wir für die Due Diligence der in Betracht kommenden Objekte verfasst hatten, umfasste elf Kategorien und war mehr als zehn Seiten lang. Im Herbst 2007 konzentrierte sich die Sangha auf nur noch zwei Objekte: Das „Haus Uhlenbusch“ und das Kasernengelände „Gellendorf“ in Rheine.

Das Objekt „Uhlenbusch“, ein historisches Objekt aus den 1920er Jahren, gelegen südwestlich der Stadt Hanstedt, das im 2. Weltkrieg als Lazarett genutzt wurde und später von der Landesversicherungsanstalt als Kurheim betrieben wurde. Als die LVA dieses Objekt aufgab, übernahm der Landkreis den Grundbesitz und führte dort eine Jugendbildungsstätte. Hans-Hermann Lahtz und seine Ehefrau Jutta Besser-Lahtz setzten sich mit diesen Verhandlungen mit dem Landkreis Harburg in besonderer Weise ein. Mit diesen wurde der Zustand der Baulichkeiten, der Renovierungs- sowie auch der Ausstattungsbedarf ausführlich erörtert. Die Betriebsbeschreibung und das Nutzungskonzept wurden vorgelegt und nach weiteren Erörterungen auch von dem Landkreis für gut befunden.

Im Auftrage von Sister Chan Khong wurde auch ein Bausachverständiger mit einer Prüfung der Gebäudesubstanz mit potentiellem Sanierungsaufwand beauftragt. Die weitergehende Nutzung war von Bedeutung, da sich das Objekt in einem Landschaftsschutzgebiet befand als Bestandteil eines Naturschutzgebietes, welches erhebliche Auswirkungen auf die baulichen Veränderungen haben würde. Erweiterungen des Objekts waren aufgrund der Situation aber nur eingeschränkt möglich.[9]

Als weiteres Objekt kam das ehemalige Kasernengelände in Rheine-Gellendorf in Betracht. Dieses hatten Bich und Thien wohl schon Ende 2005 in der Sangha bekannt gemacht. Schon als wir im November 2006 bei Lien Anh (Bich) und ihrem Ehemann Dang Thien Nguyen in Rheine eingeladen waren, hatten sie uns das Konversionsprojekt der Gellendorf-Kaserne in Rheine mit großer Begeisterung vorgestellt.

Es handelte sich um einen großzügig angelegten Immobilienkomplex aus dem Konversions-Projekt der Bundesanstalt für Immobilienaufgaben (BImA) in Bonn. Diese BImA verwaltete und verwertete seinerzeit und auch heute noch eigene Immobilien, insbesondere zu der damaligen Zeit nicht mehr benötigte Kasernen-Gelände, so auch die Gellendorf-Kaserne. Bei diesem Standort handelte es sich um eine frühere Bundeswehrkaserne, die im Jahre 2000 von der Bundeswehr aufgegeben worden war.

Die Stadt Rheine plante, den Bereich der *„Kaserne Gellendorf“* insgesamt als Projekt einer neuen Nutzung zuzuführen. Dazu sollte die Gesamtfläche in

eine Projektentwicklungsgesellschaft übertragen werden, die für weitergehende Projektentwicklungen und Vermarktung zuständig sein sollte. Für das Gesamtgebiet stellte die Stadt Rheine verschiedene Bebauungspläne auf, um das große Gebiet wirtschaftlich sinnvoll nutzen zu können. Dazu sollten Wohn- und Mischgebiete (damit auch Gewerbe- und Industrieansiedlung) geschaffen werden, die Erschließung war gesichert. Wir bewerteten es als möglichen Standort – es bot viele Vorzüge und erfüllte eine Vielzahl der Kriterien, die als wichtig und wünschenswert bezeichnet worden waren.

Auf Einladung von Bich und Thien am 18.05.2007 fand gemeinsam mit Ilona Schmied (Haus Maitreya) ein Besuchstermin an dem Objekt und nachfolgend in dem Rathaus der Stadt Rheine statt. Das Gespräch fand in Rheine bei dem damaligen Planungsdezernenten der Stadt Rheine, Herrn Dr. Janning statt. In den weitergehenden Verhandlungen mit der Stadt Rheine zeigten sich allerdings auch eine Reihe von Zielkonflikten mit den weitergehenden Planungsabsichten der Stadt Rheine. Der Stadt Rheine ging es verständlicherweise auch darum, das Kasernengelände auch für andere Nutzungszwecke verfügbar zu halten und insbesondere auch Gewerbe- und Industrieansiedlungen zu ermöglichen und neuen attraktiven Wohnraum auch für junge Familien zu schaffen. Die verschiedenen Planungsziele der Bürgerschaft mussten gegeneinander abgewogen werden.

Im Zuge der weiteren Erörterungen im Sommer und Herbst 2007 ergab sich, dass zukünftige Nutzungserweiterungen, aber auch bestimmte vorübergehende Nutzungen (wie z.B. Nutzung von Freiflächen für bestimmte Großveranstaltungen) aus Anlass von Vorträgen, Retreats und Seminaren, bestimmte planungsrechtliche Konflikte auslösen würden. Die Nutzung der angrenzenden Freiflächen (z.B. der nahegelegenen früher von der Bundeswehr genutzten Waldflächen) erschien – bei allem guten Willen der Stadt Rheine – unter Berücksichtigung der vorhandenen Situation nicht problemlos.

Im Herbst 2007 kam man dann in der Verwaltung der Stadt Rheine zu dem Ergebnis, dass im Falle einer Ansiedlung des EIAB auch das Bauplanungsrecht für den gesamten Bereich einer Änderung und Ergänzung zu unterziehen wäre. Dabei wurde allen Beteiligten auch deutlich, dass ein solches „Sondergebiet“ letztlich auch räumliche und planerische Grenzen ausweisen musste. Letztlich schied im Frühjahr 2008 schied auch dieses Gebäude aus der engeren Wahl aus.[10]

Ende Januar/Anfang Februar 2008 erhielt unsere verehrte Laienschwester Thuc-Quyen von der BImA einen Hinweis, dass diese Bundesanstalt für Immobilienaufgaben den Auftrag erhalten hatte, die Liegenschaft mit der Bezeichnung *„Zentrum für Transformation“, gelegen im Bergischen Land,* zu veräußern. Die BiMA übermittelte zunächst Grundrisse des Gesamtgebäudes mit einem Lageplan des „ZAS Bw“ (Zentrum für Analyse und Studium der Bundeswehr) in Waldbröl, späteres Zentrum für Transformation der Bundeswehr. Bereits diese Dokumente weckten das besondere Interesse. Thuc-Quyen berichtete Sr. Chan Khong und der Sangha in Plum Village.

Ein erster Termin in Waldbröl wurde für den 25.02.2008 vereinbart – zunächst mit den Vertretern der Stadt Waldbröl – in dem seinerzeit genutzten historischen Rathaus an der Kaiserstraße. Thuc-Quyen schrieb mir: „Wenn du früher da bist und neugierig bist es einmal anzuschauen, hier die Adresse: Zentrum für Transformation (was für ein Zufall!).“

Dieser erste Gesprächstermin mit der Vertreterin des Bürgermeisters, der Beigeordneten Frau Sylke Dickmann, Herrn Rolf Knott, Leiter der Bauaufsicht, Herrn Eckhardt Beckhard, Wirtschaftsförderer, Herrn Peter Kasberg, stellvertretender Leiter des Bauordnungsamtes, Leiter Fachbereich Bauen und Denkmalschutz, sowie Herrn Ulrich Schildberg, Bauingenieur und Bauassessor und seinerzeit handelnd für die „g.e.b.b. Gesellschaft für Entwicklung, Beschaffung und Betrieb mbH“, Bereich Immobilien – Entwicklung und Vermarktung – diente der ersten Orientierung und der wechselseitigen Vorstellung. Die Stadt Waldbröl stellte sich in ihrer Geschichte und Entwicklung vor und ging auch auf ihre gegenwärtige Lage und ihre Entwicklungsperspektiven ein.

Natürlich war auch das Thema „Religion“ von Bedeutung, gelobt wurde das friedliche und tolerante Zusammenleben der verschiedenen monotheistischen Religionen im Ort. Gelebte Toleranz und Achtung – gerade auch vor dem Fremden – war und ist naturgemäß eine wichtige Voraussetzung für die Wahl des richtigen Standortes.

Thuc-Quyen stellte Thich Nhat Hanh und Ven. Sr. Chan Khong vor, berichtete aus der Geschichte von Plum Village und Thay‘ s großer Vision. Auch stellte sich in diesem ersten Termin heraus, dass die anwesenden Vertreter der Stadt Waldbröl tief beeindruckt waren, zumal sie in ihrer eigenen Lebensgeschichte das Schicksal des vietnamesischen Volkes aus der Ferne miterlebt hatten und sich im Vorfeld über unserem Lehrer Thich Nhat Hanh kundig gemacht hatten. Anhand unserer Objekt-Prüfliste und fragten wir schon in diesem Termin einige wichtige Prüfpositionen ab.

Bereits in diesem ersten Termin stellte sich heraus, dass das Objekt eine Vielzahl von Vorteilen bot, die andere Objekte nicht aufgewiesen hatten. Die Infrastruktur stimmte, das Areal war großzügig angelegt, die benachbarte (ehemalige) Zivildienstschule bot erkennbares Erweiterungspotential an.[11] Es gab großzügige Apfelbaumwiesen für gemeinsame Gehmeditationen (etwas, wovon wir glaubten, daß Thay dieses in Anlehnung an „Plum Village“ besonders gut gefallen würde).

Allerdings erfuhren wir auch, dass das mächtige Gebäude aus der Kaiserzeit – ursprünglich errichtet als Kranken-

haus – in der Zeit von 1933 bis 1945 eine sehr traurige und auch „belastete“ Geschichte erlebt hatte. Hierzu ist an anderer Stelle ausführlich berichtet worden. Die Nonnen und Mönche leisten seit der Einrichtung des EIAB viel zur Heilung und Transformation der damaligen schrecklichen Geschehnisse.

Für unsere bauordnungs- und bauplanungsrechtliche Eignungsprüfung waren weitere Kriterien von Bedeutung. Nach dem Ende des Krieges wurde das Gebäude zumindest bis in die 1969 wieder als Krankenhaus genutzt und danach einer „militärischen Nutzung“ zugeführt. Eine solche „privilegierte militärische Nutzung“ bewirkte, dass die für eine zivile Nutzung erforderlichen behördlichen Auflagen und Genehmigungen im Falle einer Revitalisierung erneut beantragt werden müssten.

Wir wussten von Beginn an, dass bei einer Wiederinbetriebnahme durch das EIAB ein vollständiges Baugenehmigungsverfahren unter Beachtung der zum Zeitpunkt der Antragstellung geltenden Genehmigungsvorschriften einzuleiten war. Unsere verehrte Thuc-Quyen übersandte die bislang von der g.e.b.b. (BImA) zur Verfügung gestellten Informationen an unsere verehrten Thay, Sister Chan Khong und die Sangha in Plum Village und berichtete über die Gespräche und gewonnen Erkenntnisse.

Am 13.03.2008, eine Woche nachdem Thay und Sr. Chan Khong das Anwesen begutachtet haben, fand ein weiterer ausführlicher Besprechungstermin in Waldbröl statt. An diesem Termin nahmen für die Gemeinde Waldbröl Herr Eckhardt Becker (Wirtschaftsförderung), Herr Rolf Knott (Leiter der Bauaufsicht Waldbröl) gemeinsam mit der Kreisbaudirektorin Frau Gabriele Keil-Riegert und Herr Ulrich Schildberg von der BImA / g.e.b.b. teil. Gegenstand der Erörterung waren die weiteren Informationen zu dem Gebäude, die planungsrechtliche Situation und die zukünftigen Nutzungsmöglichkeiten für das Gebäude und seine Umgebung. Auch über die vormalige Nutzung des Gebäudes bis 1969 als Kreiskrankenhaus und nachfolgend für das Bundesministerium der Verteidigung bis 2006 wurde besprochen.

Die zukünftige Nutzung würde die Einleitung eines Bauantragsverfahrens voraussetzen. Dabei war zu beachten, dass ca. seit 1975 im Rahmen der vormaligen Nutzung durch das Bundesministerium der Verteidigung weitere An- und Umbauten vorgenommen wurden, die in den bei der Bauaufsicht verfügbaren Bauakten nicht nachvollzogen waren. Daraus folgte zugleich die Notwendigkeit, den Gebäudebestand mit den verfügbaren Planunterlagen abzugleichen und ggf. neue Bestandspläne zu erstellen.

Die Gemeinde Waldbröl erklärte – vorbehaltlich der Zustimmung des Rates – dass aus bauplanungsrechtlicher Sicht keine Einwendungen gegen die beabsichtige Nutzung bestehen würde. Für die weitere Projektierung erläuterten wir kursorisch auch die zukünftige Betriebsbeschreibung. Die Bauaufsicht des Oberbergischen Kreises erläuterte die vorhandene Technische Gebäudeausrüstung und die Anforderungen aus der zukünftig beabsichtigten Nutzung für den Brandschutz, die Trinkwasserversorgung, die Beheizung und die weiterer Anforderungen an die Technische Gebäudeausrüstung, die eine solche Einrichtung als Versammlungs- und Seminarstätte mit angegliederten Unterbringungsmöglichkeiten erforderte.

EIABs zukünftiges Heim sichern

Es war von großem Vorteil, dass wir auf der Grundlage des vorgelegten Exposé in diesem frühen Stadium mit der Erkundung der potentiellen Risikopositionen – unabhängig von dem erkennbaren baulichen Zustand – beginnen und mit den Beteiligten und den zuständigen Behörden zumindest kursorisch erörtern konnten. Damit war noch keine Aufstellung der durchzuführenden Maßnahmen und auch nicht deren Kalkulation vorgegeben, wohl aber konnten wir mit diesen Grundlagen die Verhandlungen mit der Bundesrepublik Deutschland als Eigentümerin und Verkäuferin voranbringen, wenn und soweit Thay und die verehrte Sangha dies wünschten.

Wir berichteten Thay, Sister Chan Khong und der Sangha. Nach weiteren Beratungen in der Sangha wurde uns mitgeteilt, dass die Vorerkundigungen und die Objektprüfung vorangetrieben werden sollten. Dazu sollte auf der Grundlage der gegenwärtigen Erkenntnisse eine Architektin aus Waldbröl, die gleichzeitig auch Mitglied des Rates der Stadt Waldbröl war, mit der Erstellung einer Machbarkeitsstudie beauftragt werden.

Für den 18.04.2008 wurde ein nächster Termin mit dem Landrat des Oberbergischen Kreises vereinbart. Wir ermittelten anhand der verfügbaren Bauunterlagen die Nutzungsmöglichkeiten und die Anforderungen, wie sie sich aus dem zukünftigen Nutzungsprofil ergeben würden. Die weiteren Schritte des Projektes wurden mit dem Landrat des Oberbergischen Kreises und der dortigen Baubehörde sowie mit dem Rheinischen Amt für Denkmalpflege und der Feuerwehr zur Klärung auch des (vorbeugenden) Brandschutzes abgestimmt. Wir wussten, dass es dieser Voruntersuchung bedurfte, um ungefähre Angaben zu dem Gesamtaufwand für das Projekt ermitteln zu können, zugleich auch verbunden mit der Frage der weiteren Verhandlungen über den angemessenen Kaufpreis unter Berücksichtigung des baulichen Zustandes. Auch sollte die Frage geklärt werden, ob und inwieweit Fördermittel zur Verfügung stehen können.

Thay und die Sangha wollten sicherstellen, dass bei einer Entscheidung für ein konkretes Projekt dieses zu einem bestimmten Zeitpunkt tatsächlich für die Nutzung durch das EIAB zur Verfügung stehen würde und dass die Sangha bereit und in der Lage sein würde, die Kosten für das Gesamtprojekt und seine spätere Nutzung sowie die laufenden Betriebskosten auch wirklich decken zu können. Für das weitere Vorgehen

zeigte sich, dass es gut gewesen war, die notwendigen Strukturen durch die Gründung der gemeinnützigen EIAB GmbH zu schaffen, denn die Verhandlungen konkretisierten sich.

Auch wenn zunächst Thay und zahlreiche Nonnen und Mönche im Frühjahr 2008 und im Anschluss (im Mai 2008) erneut nach Vietnam und Hanoi reisten, um den Root-Tempel zu besuchen, so konnten in der Zwischenzeit von hieraus in Abstimmung und nach Weisung die Verhandlungen für das EIAB im Mai 2008 fortgeführt werden. Das Projekt und die Verhandlungen mit den Behörden blieben offenkundig nicht vertraulich. Bereits im Mai 2008 meldete die hiesige Lokalzeitung „Westfälische Rundschau“, dass die „Gemeinschaft für achtsames Leben“ im September 2008 ein Tageszentrum in Waldbröl eröffnen wollte. Nachfolgend berichtete auch die Waldbröler Presse.

Währenddessen weilten Thay, Sister Chan Khong und Thay Phap An noch in Vietnam. Thay beauftragte Sister Jina, die Verhandlungen weiter voranzubringen. Wir wiederum erhielten den Auftrag und verhandelten dann ab Mai 2008 mit der Vertreterin der Verkäuferin über den Erwerb der Bundesimmobilie durch das EIAB. Mitte Juni kehrten Thay, die Sangha und auch Thuc-Quyen aus Vietnam zurück. Thay und die Sangha prüften die weiteren Ergebnisse im Rahmen der Entscheidungsfindung. Die benannte Architektin Frau Anne Theuer hatte zwischenzeitlich bei der Sangha ein Kostenangebot für die Architekturleistungen im Rahmen der Vorermittlungen abgegeben.

Die Unterlagen, die uns aus den Akten in Kopien vorgelegt wurden, sollten bei einer Objektbesichtigung während der weiteren Verhandlungen abgeglichen werden. Die baufachliche Beurteilung sollte den Zustand der Gebäude und der technischen Anlagen ebenso prüfen wie eine erste Einschätzung zu den notwendigen Investitionen zur Herbeiführung einer praktischen Nutzung liefern. Wir sollten den Kaufvertrag erstellen und verhandeln. Der Verkäufer, die Bundesanstalt für Immobilienaufgaben, beharrte jedoch auf der Erstellung eines eigenen Vertragsentwurfes, den wir am 02.07.2008 zur Prüfung erhielten.

Wir übersandten die Dokumente (in deutscher Sprache) nebst den Anlagen (Grundbucheinträge, Lagepläne, Bescheinigung der Denkmalbehörde) sofort an Thuc-Quyen mit der Bitte, diese Dokumente zumindest kursorisch in die vietnamesische Sprache zu übersetzen. Parallel dazu holten wir weitere Auskünfte bei den Behörden ein und bearbeiteten den vorgelegten Vertragsentwurf. Nachfolgend unterbreiteten wir die Änderungsvorschläge. Sukzes-

Dr. Puplick, in Begleitung seiner Frau Beate, überreicht das traditionelle Geschenk zum Einzug am Tag der formellen Gründung des EIAB. Thay Phap An (ganz rechts) empfängt das Geschenk stellvertretend für die neu gebildete Sangha, neben ihm Herr Eckhard Becker, Wirtschaftsförderer in Waldbröl.

sive gingen die Antworten der weiteren Behörden auf unsere Anfragen ein, teilweise leider auch ohne konkretes Ergebnis.

Dann kam die Zeit des Summer Retreats 2008. Im Juli 2008 reisten wir in das Lower Hamlet und verbrachten den Summer-Retreat in der Gruppe unserer verehrten Schwester Song Nghiem. In dieser Zeit führten wir weitere Gespräche mit unserem verehrten Thay, mit Sister Chan Khong, Sister Chan Duc, Sister Jina und selbstverständlich auch mit Sister Song Nghiem.

Wir kehrten zurück und führten die Verhandlungen im August 2008 fort. Parallel gingen schon die ersten Angebote für die notwendigen Maßnahmen zur Inbetriebnahme ein. Im August und Anfang September 2008 wurden noch verschiedene Vertragsentwürfe mit der BImA ausgehandelt, auf der Grundlage der vorgelegten Angebote konnten weitere Vertragsinhalte, aber auch der Kaufpreis deutlich verhandelt werden.

Abschlussverhandlungen

Am Mittwoch, den 10. September 2008 war es dann soweit. Der Vertreter der Bundesanstalt für Immobilienaufgaben und Thuc-Quyen, als Geschäftsführerin der EIAB GmbH, unterzeichneten den Kaufvertrag zwischen der Bundesrepublik Deutschland und dem EIAB. An jenem Tag zogen auch die Nonnen und Mönche ein[12], die aus Plum Village kamen, um die neue monastische Sangha in Deutschland zu bilden. Zwei Tage später, am Freitag, den 12.09.2008, fand eine Pressekonferenz, in dem die Gründung des EIAB verkündet wurde, sowie die förmliche Übergabe des Grundstückes sowie der zugehörigen Gebäude an Thay statt, durch die Vertreter der Bundesanstalt für Immobilienaufgaben, in Anwesenheit des Bürgermeisters der Stadt Waldbröl, Herr Peter Koester[13].

Technische Unterstützung erhielten die Monastic´s durch Herrn Jörg Meyer, der zuvor die BImA und auch die Lehrstandsverwaltung unterhielt. Am 22.09.2008 fand dann der nächste Termin bei dem Oberbergischen Kreis als nächsthöhere Bauaufsichtsbehörde statt. Parallel dazu wurden die notwendigen Maßnahmen, wie Sicherung der Versorgung mit Elektrizität und Wasser sowie ein ausreichender und angemessener Versicherungsschutz für das große Gebäude geklärt.

In Abstimmung mit der Sangha wurde der Bauantrag für die Nutzungsgenehmigung gestellt. Parallel dazu wurde mit der Ausländerabteilung des Oberbergischen Kreises die Aufenthaltsfrage für die Monastic´s geklärt. Unter teilweise unterschiedlichen Nationalitäten wurde ein einheitliches und einvernehmliches Vorgehen, gemeinsam mit dem Oberbergischen Kreis, abgestimmt und die Buchhaltung für das EIAB wurde aufgebaut.

Mit den Trägern der Sozialversicherung wurden die notwenigen Regularien abgestimmt. Die Buchhaltung wurde aufgebaut. Gerade auch bei diesen Belangen wurden die Mönche und Nonnen und das EIAB von Herrn Kollegen Dr. Olaf Clemens (WWP GmbH) in großartiger Weise unterstützt. Die baulichen Maßnahmen zur Nutzungsänderung wurden weiter geplant in enger Abstimmung mit dem Rheinischen Amt, Denkmalpflege, als der zuständigen Denkmalschutzbehörde, der örtlichen Feuerwehr von Waldbröl und dem aus dem Kreise der Sangha empfohlenen Projektsteuerer Dr. Wilhelm Busch.

Eine besondere Danksagung

Durch die gesamte Unterstützung der Sangha, aller Nonnen und Mönche, der Laien und vieler Freunde und Förderer und nicht zuletzt auch der Stadt Waldbröl ist es gelungen, die Vision unseres verehrten Lehrers Thich Nhat Hanh Wirklichkeit werden zu lassen.

Ganz besonders möchten wir auch unserer Bundesrepublik Deutschland danken. Unser Land hat sich während der Vertragsverhandlungen und bei den wirtschaftlichen Konditionen des Kaufvertrages als sehr großzügig gegenüber unserem verehrten Thay und dem EIAB erwiesen. Wir sind glücklich, dass wir in diesem Land leben dürfen. Herzlich bedanken wir uns auch bei dem Bürgermeister der Stadt Waldbröl Herrn Köster und den Mitgliedern des Rates der Stadt Waldbröl und auch den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Stadtverwaltung der Stadt Waldbröl und der Kreisverwaltung des Oberbergischen Kreises, insbesondere auch bei Frau Gabriele Keil-Riegert, die das Bauantragsverfahren stets positiv begleitet hat.

Bald erschienen die ersten Programme, liebevoll vorbereitet von unseren verehrten Nonnen und Mönchen, Seminare wurden mit Erfolg durchgeführt und heute ist das EIAB ein großes und bedeutendes Zentrum für den angewandten Buddhismus in Europa.

Wir gratulieren unserem verehrten Lehrer Thich Nhat Hanh und unserem verehrten Thay Phap An und allen Nonnen und Mönchen, die seither für so viele Menschen, vor allem für Familien und Kinder, Großartiges geleistet haben und wünschen von Herzen, dass das Europäische Institut für angewandten Buddhismus vielen Menschen aus ganz Europa und darüber hinaus die Lehren des Buddha durch Anwendung und Erfahrung in Achtsamkeit vermitteln wird.

Beate & Dr. Alexander Puplick

Wir, das EIAB, drücken Herrn Dr. Puplick unsere tiefe Dankbarkeit aus Thay, Sr. Chan Khong und der Plum Village Community als desses gesetzlicher Vertreter und beratender Rechtsanwalt zu fungieren. Wir möchten ebenfalls seiner Frau Beate unsere tiefe Dankbarkeit aussprechen für all die Jahre ihrer liebevollen Unterstützung des EIAB in rechtlichen und sonstigen Angelegenheiten.

Anmerkungen

1 Dabei möchten wir anmerken, dass Thich Nhat Hanh zu den wenigen Lehrern zählt, die eine wirkliche Quellenexegese der Geschichte Buddhas geschrieben hat, also die überlieferten Texte gesucht und erforscht hat und sie

vor ihrem historischen Hintergrund dargelegt und ausgelegt hat. In vielen seiner Vorträge verwies er auf die Ergebnisse seiner Forschung in den Aufzeichnungen der seinerzeit nicht niedergeschriebenen Lehrreden des Buddha. In seinen Vorträgen gelang es ihm, diese Lehrreden zu strukturieren und den für den buddhistisch nicht vorgebildeten westlichen Menschen in einfachen Strukturen nachvollziehbar wieder zu geben. Der Inhalt seiner Lehrreden stimmte mit den allgemein bekannten Erkenntnissen insbesondere der Physik und den sonstigen im Westen anerkannten „Denkgesetzen" so schlüssig überein, dass der westlich orientierte Zuhörer die Wahrheit der Erfahrungen Buddhas erkannte und sich selbst die Frage stellte, warum es ihm nicht gelingt, sich einsichtsgemäß zu verhalten und zu leben

2 Thay Phap An merkt an, dass die tatsächliche Anzahl der Mönche, Nonnen und Laien, die an dieser Reise teilnahmen, weitaus höher war als offiziell erlaubt. Lá thư Làng Mai số 29 ra ngày 12 tháng 01 năm 2006 (Plum Village newsletter number 29, 12.01.2006). P1, *https://langmai.org/tang-kinh-cac/la-thu-lang-mai/la-thu-lang-mai-29/*. Accessed 28 July 2018

3 Wie Thay Phap An berichtet, drückte Thay, nachdem er 2005 in Vietnam den gegenwärtigen Stand der Ausbildung buddhistischer Laien und Nonnen und Mönche beobachtet hatte, den Wunsch aus zu „verbessern", was er jetzt als einen Fehler ansah, den er als junger Dharma-Lehrer gemacht hatte, als er half, die Van Hanh Universtät in Saigon zu gründen. Diese Universität führte als Pionierin das westliche Modell hoch-intellektuellen akademischen Lehrens in die vietnamesische buddhistische Lehre ein. Aber Thays besondere Einsicht nach Jahren monastischen Lebens ist, dass der Buddhismus auf das tägliche Leben angewandt werden muss. Über das Studium buddhistischer Theorie hinaus sollten Studierende fähig sein, ihre eigenen Schwierigkeiten zu transformieren, damit sie besser dafür ausgestattet sind, zum Wohl der Gesellsachaft beizutragen.

4 Die intensiven Prüfungen, die wir in den Jahren 2006 und 2007 vornahmen, führten letztlich vielleicht auch dazu, dass die EBU die staatliche Anerkennung als Körperschaft antrieb, so dass diese Rechtsfähigkeit durch den Ministererlass aus 2012 final gewährt wurde

5 Herr Dr. Olaf Clemens (Wirtschaftsprüfer und Steuerberater in der Kanzlei WWP) unterstützte das EIAB und die Sangha von Beginn an bei dem Projekt und er gehört auch heute noch gemeinsam mit seiner Ehefrau Alexandra Clemens zu den großen Förderern des EIAB. Wir alle sind diesen Freunden zu besonderem Dank verpflichtet!

6 Siehe auch Seite 7 und die handschriftliche Bemerkung, in der Thay seine Vision für das EIAB beschreibt

7 Den Sangha-Mitgliedern gebührt an dieser Stelle ein großer und herzlicher Dank! Sie haben so viele geeignet erscheinende Objekte vorgeschlagen, so viele Fragen beantwortet. Großer Dank gebührt auch all denjenigen, die uns ihre Objekte vorgestellt haben und geduldig viele Fragen beantworteten, Informationen zusammentrugen und vorlegten

8 Ilona und Karl Schmied koordinierten über viele Jahre die Aktivitäten von Thich Nhat Hanh in Deutschland. Gemeinsam gründeten sie die „Gemeinschaft für achtsames Leben, Bayern e.V.", aus der im Jahre 1992 der Maitreya-Fonds e.V. hervorging. Ilona und Karl gründeten im Jahres 1998 das Intersein-Zentrum „Hohenau" im Bayerischen Wald nachfolgend das Praxis- und Meditationshaus am Schliersee. Als Karl Schmied im Mai 2006 verstarb, führte Ilona sein Werk fort. Sie ist heute spirituelle Leiterin der „Sangha-Gemeinschaft für achtsames Leben e.V." in München. Ilona und Thomas gebührt an dieser Stelle ein großer Dank für ihre Suche, ihre Hinweise und ihr Engagement

9 Vor kurzer Zeit erfuhren wir, dass das Objekt im Jahre 2017 (auch aus bautechnischen Gründen) abgerissen wurde

10 Sister Chan Khong schrieb später, dass insgesamt mehr als fünfzig verschiedene Objekte sorgfältig auf ihre Eignung für das spätere EIAB geprüft wurden

11 In September 2009, ein Jahr nach der Gründung des EIAB, wurde dieses zusätzliche Gebäude erworben und wurde das „Kloster des großen Mitgefühls". Es wurde benannt nach der ersten Pagode, die Thay betrat und in der lebte auf seinem Weg ein junger Mönch zu werden

12 Ursprünglich waren nur sechs Räume für die Mönche und sechs Räume für die Mönche zur Nutzung frei gegeben, obwohl es in dem Gebäude mehrere Hundert Räume gibt

13 Herr Peter Koester ist seit dem 18.06.2008 im Amt; 3 Monate vor der offiziellen Gründung des EIAB

Gedanken zur Feier des zehnjährigen Bestehens des EIAB

Dieser Artikel handelt von meiner Dankbarkeit für das EIAB. Denn ich weiß, ohne Dankbarkeit kann ich nicht glücklich sein und meine Dankbarkeit auszudrücken, ist eine Art, mein Glück auszudrücken.

Die Stammväter des Gebäudes

Zu allererst möchte ich den Stammvätern des Gebäudes meine Dankbarkeit bezeugen, insbesondere dem evangelischen Priester Pastor Hollenberg und dem Arzt Doktor Karl Venn. Diese beiden Herren gründeten vor mehr als 100 Jahren an der Stelle, an der sich heute das EIAB befindet, ein Krankenhaus für geistig und körperlich behinderte arme Menschen. Ihre ausschließliche Motivation war es, den Menschen zu helfen, die ansonsten keine Hilfe erhalten hätten. Die Photographien dieser beiden Männer stehen heute auf unserem Ahnen-Altar. In seiner Weisheit mahnte uns Thay, diese Männer zu ehren und malte ihre Namen, damit wir sie zusammen mit ihren Photos auf unsere Ahnen-Altäre stellen konnten. Ihr mitfühlendes Handeln unterstützt uns bis heute.

Im Jahre 1938 als auf der Basis der Nazi-Politik, die „arische Rasse zu reinigen“, der Plan gefasst wurde, die nahezu 500 Bewohner des Hospitals wegzubringen und zu töten, gab es im Krankenhaus Ärzte, die mit Mut und Mitgefühl und unter Einsatz ihres Lebens nach Wegen suchten, das Leben der Patienten zu retten, indem sie ihre Anwesenheit im Krankenhaus verleugneten oder ablehnten, sie als behindert zu klassifizieren. Die Namen dieser Ärzte sind uns unbekannt, aber ihr Mitgefühl und ihr Mut unterstützen uns weiterhin.

Nach dem 2. Weltkrieg wurde aus dem letztlich dennoch von den Nazis okkupierten Gebäude, das heute die Heimat des EIAB ist, das Krankenhaus Waldbröl. Das mitfühlende Handeln der Schwestern und Ärzte mit ihrer täglichen Fürsorge für die Kranken unterstützt uns ebenfalls bis heute.

Nachdem das neue Kreiskrankenhaus gebaut worden war, errichtete die Bundeswehr im heutigen Hauptgebäude des EIAB das „Zentrum für Transformation“. Es sollte jedoch noch bis September 2008 dauern, bis das Haus wahrhaftig der Transformation dienen durfte.

Zu den Vorfahren des EIAB zählen auch die Bäume, die Eichhörnchen und die Vögel. Ich bin dankbar für die vielen alten Bäume, die wie Dharma-Wächter rings um das EIAB stehen. Wir haben den Park, der uns von der viel befahrenen Hauptstraße abschirmt, einen Ort, an dem Thay gerne spazieren ging und seine Hängematte aufhängte. In diesem Park stehen riesige Eichen und Buchen, die mehr als 100 Jahre alt sind. Der Park war Teil des Krankenhauses und an seinem Eingang steht noch ein altes Schild, das uns daran erinnert, dass dies ein Platz der Erholung und der Heilung ist und wir seine Energie der Stille schützen sollen. Auf allen Seiten des EIAB stehen große Bäume mit üppigem Blattwerk. Die Größe dieser Bäume ist zweifelsohne dem häufigen Regen zu verdanken, an dem sich Waldbröl erfreut.

Die Bäume sind Heimat zahlreicher Eichhörnchen und Vögel. Thay bezog sich in einem seiner Dharma-Vorträge auf den Gesang der Vögel im EIAB-Park. Schon vor der Morgendämmerung singen sie lautstark und voller Lebensfreude. Hier haben sie eine sichere Zuflucht vor der Stadt gefunden, sind glücklich und schenken unseren Herzen Freude. Ein Eichhörnchen zu erleben, wie es von Ast zu Ast springt oder stehend eine Nuss kaut, das zeigt uns, was es heißt, den gegenwärtigen Augenblick zu genießen.

Unsere Land-Vorfahren umfassen alle vier Elemente: Erde, Wasser, Feuer und Luft. Ich bin besonders dankbar für die Luft, die wir im Institut atmen. Obwohl wir nicht weit entfernt von einer geschäftigen Straße wohnen, atmen wir immer saubere und frische Luft, die aus dem Park kommt. Jedes Mal, wenn ich mich zu lange im Gebäude aufgehalten habe und dann wieder nach draußen komme, bemerke ich als erstes die gute, frische Luft.

Jede Woche gehe ich mit meinen Schwestern im Wald zu einer Quelle und hole dort Wasser. Dies ist das einzige Wasser, das ich trinke, wenn ich im Institut bin. Das Wasser kommt tief aus dem Inneren der Erde und ist immer sehr kalt. In der Vergangenheit diente diese Quelle dem Krankenhaus; heute kann jeder, der es mag, kommen und es in Flaschen abfüllen. Es gibt nichts Erfrischenderes, als sich sein Gesicht in kaltem Quellwasser zu waschen.

Spirituelle Vorfahren

Thay hat eine Linie spiritueller Vorfahren mit nach Waldbröl gebracht. Danke Dir, Thay, für Deine Einsicht und Dein Mitgefühl. Viele deutsche Menschen konnten anfangs nicht verstehen, wa-

rum Du nach Waldbröl gekommen bist, um das EIAB zu gründen. Sie dachten, dass man durch den Einzug in ein von den Nazis geprägtes Gebäude auch auf eine gewisse Weise die Verbrechen ihres Regimes verzeiht. Sie wünschten sich das EIAB an einem Platz voll friedlicher Energie mit einer heilsamen Geschichte. Sie wollten nicht an diese dunkle Vergangenheit erinnert werden. Thay aber sagte, wir haben nicht Waldbröl gewählt, vielmehr hat Waldbröl uns gewählt. Es gab Ahnen des Landes, die unser Kommen wünschten und förderten und natürlich unterstützten uns alle unsere spirituellen Ahnen ebenfalls. Wir mussten hierin kommen, um mit Verstehen und Mitgefühl all die Grausamkeiten, die Intoleranz und Diskriminierung der Vergangenheit zu transformieren. Lieber Thay, Du selbst hast es angemerkt und viele Menschen bestätigen es, dass sich nach einigen Jahren unserer Praxis die Energie dieses dunklen, schweren Gebäudes aufzuhellen begann. Menschen, die auf ihrem Weg zur Arbeit über unser Grundstück gehen, erzählten davon, dass es sich nun anders, friedlicher anfühlt. Laienfreunde, die in der Vergangenheit die Ansiedlung des EIAB in Waldbröl abgelehnt hatten, sind nun berührt von der Verwandlung des Platzes.

Danke Dir, Thay, für den Brief, den Du an die hungrigen Seelen geschrieben hast, welche die Fortsetzung der früheren Insassen des Hospitals sind, die in den 30er Jahren des vorigen Jahrhunderts sterilisiert, grausam behandelt oder getötet wurden und die auch die Fortsetzung der Täter sind. Wir verlesen diesen Brief bei unserer Zeremonie der Opfergaben für die hungrigen Geister. Dies wässert immer wieder die Samen des Mitgefühls und des Verzeihens in unseren Herzen.

Danke Dir für dein Kommen zur Eröffnung im September 2008, für die Anrufung von Avalokiteshvara beim Betreten eines jeden der 400 Räume, um die Energie des Gebäudes mit geweihtem Wasser und der Energie von Konzentration und Mitgefühl zu reinigen.

Danke Dir für alle die Kalligraphien, welche die gesamte Länge des Erdgeschosses über beide Seiten anfüllte. Insbesondere für die Kalligraphie: *Mit dem Schlamm von Fanatismus und Intoleranz ziehen wir den Lotus der Nicht-Diskriminierung und der Inklusivität groß*, der uns immer daran erinnert, warum wir im EIAB praktizieren. (Ein Bruder fragte einmal: „*Warum seid ihr nicht dankbarer für all den Schlamm, den Ihr hier habt?*“). Diese Kalligraphien haben viel dazu beigetragen, um die Energie dieses Gebäudes zu transformieren und uns bei jedem Schritt an die Essenz unserer Praxis zu erinnern.

Lieber Thay, vor allem wenn Du in den letzten Jahren zu uns kamst, war Deine Gesundheit oft angegriffen. Dennoch kamst Du, um die Dharma-Vorträge bei den deutschsprachigen und den niederländischen Retreats zu halten, und nährtest damit so viele Menschen mit Freude und Transformation. Im August 2014 als Dich nur noch Deine Willenskraft aufrecht erhielt, schriebst Du in einem kleinen Raum in der dritten Etage des riesigen Gebäudes eine wundervolle überarbeitete Version des Herzsutras. Diese Worte sind von grundlegender Bedeutung für unser richtiges Verstehen und Praxis des Buddhismus und wir fühlen uns dadurch, dass Du es im EIAB geschrieben hast, geehrt.

Lieber Thay, Du hattest Dir eine Sangha von Buddhastatuen aus Indonesien gewünscht, die in Meditation im Süden des Gebäudes im Obstgarten auf dem Hügel sitzen sollte, um uns ihre Unterstützung und Schutz zu gewähren. Drei Buddhastatuen sind an diesen Ort gezogen. In ihrer Ignoranz haben Jugendliche aus dem Ort einen Finger einer der Buddhastatuen abgebrochen. Ein Laienfreund, der über die notwendigen Fachkenntnisse verfügt, hat diesen Finger wieder angesetzt und die jungen Menschen haben ihn wieder abgebrochen. Unser Freund hat ihn ein zweites Mal repariert. So weit so gut. Er bleibt nun intakt. Einige von uns wagten nun nicht mehr, die anderen Statuen dort auf den Hügel zu setzen, wie Du es Dir gewünscht hast, da auch sie beschädigt werden könnten. In unseren Herzen aber wünschen wir uns in Übereinstimmung mit Deinem Wunsch alle Statuen dort aufzustellen. Es ist so wunderbar, sich bei der Gehmeditation zwischen schöne Buddhastatuen mit ihrer friedlichen und freudvollen Energie setzen zu können.

Die vierfältige Sangha

Viele Laienfreunde sind, inspiriert von der Gegenwart des EIAB, in die Nähe des Institutes gezogen, um an den täglichen Sitz- oder Gehmeditationen oder am wöchentlichen Treffen der Waldbröl-Sangha teilzunehmen. Es war Thays Anregung, unsere Praxis den Bürgern von Waldbröl anzubieten und wir begannen damit in den Räumen der Stadtbibliothek. Mit Unterstützung der Schwestern und Brüder trifft sich unsere Sangha nun im EIAB. Diese Praktizierenden unterstützen uns nicht nur mit ihrer Praxis, sondern auch mit freiwilligen Arbeiten im Büro und im Garten.

Ich danke meinen monastischen Schwestern und Brüdern, die trotz ihres jungen Lebens- und Dharma-Alters Programme für das Studium von Nonnen und Mönchen entwickelt haben. Dies geschieht in Übereinstimmung mit Thays Wünschen. Er sagte, dass wir die vierfältige Sangha mit einem Pfirsich vergleichen können. Die Nonnen und Mönche seien der Kern des Pfirsichs und die Laien sein Fleisch. Der Kern hat sein eigenes Studienprogramm und Dharmalehrer in Begleitung mehrerer jüngerer Brüder oder Schwestern, um Laienfreunde in der Praxis zu unterrichten. Sie verlassen für eine Weile den Kern und kehren zurück, um ihre jüngeren Schwestern und Brüder zu unterrichten. Thay betonte die Bedeutung der Fürsorge für den Kern.

Es gibt monastische Schwestern und Brüder, die Deutsch gelernt haben, und dadurch unseren deutschen Laienfreunden viel Freude geschenkt haben. Deutsch ist nicht einfach zu lernen und unterscheidet sich sehr vom Vietnamesischen, so

dass das Lernen viel Zeit in Anspruch nimmt und Hingabe verlangt. Unsere Laienfreunde berichteten, dass sie sich im ersten Jahr im EIAB nicht so willkommen fühlten. Ich denke, wir waren alle viel zu sehr damit beschäftigt, uns an die neue Umgebung zu gewöhnen. Heute aber sind sie alle berührt von dem warmen Willkommen, mit dem sie bei jedem ihrer Besuche von den Schwestern und Brüdern empfangen werden.

Ich danke den älteren Brüdern und Schwestern, welche die schwere Bürde der Verwaltung und der Finanzen tragen, an langwierigen Besprechungen teilnehmen und geduldig mit der deutschen Bürokratie umgehen müssen. Es ist nicht einfach, in diesen Situationen Angst zu vermeiden; allein eine starke Praxis des achtsamen Atmens, Gehens und Lächelns hilft dabei. In den ersten Jahren habe ich auch an diesen Treffen teilgenommen, aber es war zuviel für mich. Gäbe es die Schwestern und Brüder nicht, die diese Arbeit leisten, könnte das EIAB nicht weiter funktionieren. Manchmal haben wir das Glück, einem deutschen Beamten zu begegnen, der bei unserer Nicht-Einhaltung der stringenten deutschen Vorschriften ein Auge zudrückt, aber solche Beamten sind selten. Die Schwestern und Brüder aus dem Büro des EIAB sind die Schnittstelle unseres Instituts zu Gesetz und Verwaltung der äußeren Welt. Diese Arbeit leistet niemand besonders gerne, aber es ist eine Arbeit, die auf eine solche Weise getan werden muss, dass das Vertrauen, welches nicht praktizierende Menschen auf das spirituelle Leben setzen, gestärkt wird. Ich bin sehr dankbar für das Opfer, das unsere älteren Schwestern und Brüder dabei bringen.

In den vergangenen 10 Jahren haben viele Veränderungen im EIAB stattgefunden. Langsam wird das große Gebäude renoviert. Monastische Schwestern und Brüder sind gekommen und wieder gegangen, aber eine jede von ihnen hat etwas Wertvolles hinerlassen und jeder hat etwas, wofür er dankbar ist. Möglicherweise hat sich uns am tiefsten die Schwesterlichkeit und die Brüderlichkeit eingeprägt, die wir hier während unseres Aufenthaltes gemeinsam erfahren haben. Solange diese Schwesterlichkeit und Brüderlichkeit existieren, kann das EIAB fortfahren, Waldbröl, Deutschland, Europa und der Welt Heilung und Transformation anzubieten.

Sr Chan Duc (Sr Annabel)

Grußwort des Bürgermeisters

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

als die Buddhisten im Jahr 2008 nach Waldbröl kamen, wussten wahrscheinlich weder sie selbst noch die Waldbrölerinnen und Waldbröler, wie sie die Zukunft hier konkret gemeinsam gestalten würde. Nach 10 Jahren EIAB in Waldbröl kann man mit Fug und Recht sagen, alles hat sich wunderbar ineinander gefügt. Das EIAB mit seinen Schwestern und Brüdern bereichert uns in vielfältiger Form und es ist aus Waldbröl nicht mehr wegzudenken.

Jetzt, im Jahr 2018 sind es schon 10 Jahre,
dass die Buddhisten in Waldbröl leben, wirken und helfen.
Zum 10-jährigen Jubiläum gratuliere ich im Namen der
Stadt Waldbröl und auch persönlich ganz herzlich.

Für die Zukunft wünsche ich uns gemeinsam alles erdenklich Gute.

Mit besten Grüßen
Peter Koester
Bürgermeister

BENEFIZKONZERT

Am Samstag, dem 03.02., fand ein Oberton-Konzert im Treppenhaus des EIAB mit Christian Bollmann statt. Musikalische Gäste waren Thomas Kagermann, Violine und Jochen Fassbender, Klanginstrumente.

Zum 10 jährigen Bestehen des EIAB

Als ich hörte, dass Thay ein „Institut für angewandten Buddhismus“ in Deutschland einrichten wollte, freute ich mich sehr. Als ich dann das Gebäude und seine Geschichte im Herbst 2008 bei dem Einzug der Nonnen und Mönche kennenlernte, war mein erster Eindruck: „Das ist ja ganz schön gigantisches Unternehmen hier“, aber die Umgebung mit dem wunderbaren Park und den Obstwiesen gefielen mir gleich.

Da ich von der Transformation der schwierigen Energie in Bezug auf die Geschichte des Upper Hamlet in Plum Village wusste (Erschießungen von Franzosen durch SS- oder deutsche Soldaten), hatte ich keine Angst vor der negativen Energie der ehemaligen psychiatrischen Klinik und der Vertreibung und zum Teil Tötung der Insassen durch die Nazis.

„No Mud – no Lotos“, „Ohne Schlamm – kein Lotus“ ist ein zentrales Einsichtsgatha in der Plum-Village-Tradition ... und so wie der Buddha es geschafft hatte, den Massenmörder Angulimala zur Umkehr zu bewegen, würden es auch Thay und die Plum Village Sangha schaffen, diesen Ort mit all seinen schwierigen Energien zu transformieren.

Als ich eine jüdische Dharmafreundin aus England, die sich zu einem Retreat im EIAB aufhielt, einmal fragte, wie es ihr hier an diesem Ort ergehe, sagte sie: „Wenn Thay und die Sangha hier sind, habe ich keine Angst vor diesen Energien.“

So ging es auch mir. Mein Vertrauen war groß, und ich habe es nie bereut, Thay und die Sangha von Anfang an in ihrem Vorhaben zu unterstützen, diese Räume in einen Ort zu verwandeln, an dem Menschen die Möglichkeit haben, ihr Leiden zu erkennen, mit ihm zu atmen und es mit all ihrer Liebe und all ihrem Mitgefühl zu umarmen und es dadurch umzuwandeln. Diese zentrale Übung aus der Plum-Village-Tradition kommt in jedem Seminar, das hier stattfindet, auf die eine oder andere Weise zum Ausdruck.

Seit zehn Jahren ist die Sangha jetzt hier, und es hat schon viele kleine und größere Wunder gegeben: die inneren Veränderungen bei den Menschen, die die Retreats und Seminare besucht haben und die äußeren Veränderungen des Ortes.

Die Ausstellung der „Heilenden Herzen“, zu der Menschen aus Waldbröl und Umgebung und aus der ganzen Welt Herzen genäht haben, für all diejenigen, die an diesem Ort gelitten haben, hat den ersten großen Schritt in Richtung dieser Heilung gemacht.

Danach kam dann zur offiziellen Eröffnung die wunderbare Ausstellung von Thays Kalligraphien im großen, langen Gang des EIAB dazu, welche die Herzen der Menschen auf einer ganz konkreten Ebene öffnen können und auch auf die letztendliche Dimension der Freiheit hinweisen: „Loslassen ist eine Quelle des Glücks“, „Friede mit jedem Schritt“, „Höre mit Mitgefühl“, „Ich bin angekommen, ich bin zuhause“ „Atme und du bist lebendig“, „Das Glück ist da im Hier und Jetzt“, „Das Wunder wach zu sein“, „Sei frei, wo immer du bist“, „Kein Tod, keine Angst“ (Originale in Englisch, hier meine Übersetzung ins Deutsche).

In einem anderen Raum fand die Ausstellung von Thays vielen Büchern, die seine Lehre in die ganze Welt tragen – in nahezu vierzig Sprachen ihren Sitz.

Die Anlage des Gartens und der Wege rund um die Stupa, die aus Säulen gefertigt wurde, die ursprünglich für das „Kraft durch Freude- Hotel“ für die Kader des Nazi-Regimes vorgesehen waren, zaubern den Flair eines beschaulichen buddhistischen Klosters hervor.

Auch der Bau des neuen Speisesaales, von dem aus man direkt durch riesige

Glasfenster den schönen Lotusteich mit dem plätschernden Bächlein sieht, an dem der Buddha in aller Ruhe sitzt, geben dem Ort ein Gefühl des Friedens und der Gelassenheit.

Die vielfältigen Themen, die in den Kursen angesprochen werden, gehen auf die vielfältigen Bedürfnisse von Menschen in unserer Gesellschaft ein, und die Präsenz der Nonnen und Mönche mit ihren achtsamen, ruhigen Bewegungen – beim Gehen und beim Arbeiten, mit ihrer Freundlichkeit und ihrer jugendlichen Frische geben allen Teilnehmer/innen die Möglichkeit, gleich am ersten Tag ihrer Anwesenheit im EIAB, tief in die Energie der Achtsamkeit einzutauchen. Vor allem auch die gemeinsamen Mahlzeiten, die mindestens für eine halbe Stunde in Stille erfolgen, sind so wohltuend für unseren unruhigen Geist, der dauernd viele Dinge auf einmal zu bewältigen versucht. Als ich einmal einen Sanghafreund fragte, was ihm am Besten im EIAB gefallen habe, antwortete er: „Die achtsamen Mahlzeiten in Stille – zusammen mit den Mönchen und Nonnen."

Mir gefällt auch gut, dass es unterschiedliche Formate der Kurse gibt: ganz kleine, mittlere und große. Manche Menschen freuen sich auf die starke Sangha-Energie in einem großen Kurs, andere sind sehr froh, dass es auch kleinere Kurse gibt, die ihnen mehr Geborgenheit schenken.

Als ich vor kurzem das EIAB für eine Woche besuchte, dachte ich: „Das ist wirklich ein Wunder, was hier alles seinen Raum findet." Ich erlebte die Mitglieder des internationalen Intersein-Ordens und die Dharmalehrer/innen aus unterschiedlichen Ländern, die zu einem Kurs zusammengekommen waren, und ich freute mich über die Anwesenheit von schwangeren Frauen, die zum Teil mit ihren Partnern einen Kurs über Achtsamkeit in der Geburtshilfe besuchten. Welchen besseren Start könnten Eltern ihren Kindern für ihr Leben geben als achtsam und liebevoll mit ihnen umzugehen? Ich erinnerte mich daran, dass Thay immer ein Programm oder Institut für Menschen einrichten wollte, die eine Familie planen.

Für ihn ist es so wichtig, das Dharma wirklich in alle Lebensbereiche zu tragen, und ich denke, das EIAB ist jetzt schon mit seinem vielfältigen Angebot einen großen Schritt in diese Richtung gegangen.

Das EIAB wird getragen von der Gemeinschaft der Nonnen und Mönchen aus der Plum-Village-Tradition. Das sind einige wenige langjährige und erfahrene Dharmalehrer/innen von Thay, aber auch die ganz jungen Mönche und Nonnen aus Vietnam und Thailand, die noch dabei sind, deutsch zu lernen.

Die Retreats und Seminare werden vor allem von den erfahrenen Mönchen und Nonnen geleitet. Einige Kurse werden auch von westlichen Laien-Dharmalehrer/innen geleitet, die von Thay die Dharma-Lampe übertragen bekamen, das bedeutet die Ermächtigung zum Lehren.

Es gibt aber auch Kursleiter/innen aus dem Intersein-Orden von Thay oder Kursleiter/innen, die der Plum-Village-Tradition nahe stehen. Ihre Kurse werden von einer Nonne oder einem Mönch begleitet.

Die Hauptlast des Lehrens und des Organisierens liegt auf sehr wenigen Schultern. Zur Organisation gehört nicht nur die normale Organisation eines Institutes, sondern in all den Jahren gehörte auch die Planung und Beaufsichtigung der Renovierungs-und Umbauarbeiten sowie der Neubau der Küche und des Speisesaals dazu. Einige von uns, die dem EIAB nahe stehen, bekommen ab und zu eine Gänsehaut, wenn sie daran denken, was passiert, wenn dieser Bruder oder jene Schwester aufgrund von Burnout ausfallen würden. Auf die Dauer wäre es wichtig, diese Lasten auf mehrere tragfähige Schultern zu verteilen.

Schön wäre es auch, wenn die fast ausschließlich vietnamesische monastische Gemeinschaft durch einige erfahrene westliche Nonnen und Mönche Zuwachs bekommen würde, welche die älteren Mönche und Nonnen bei den vielen Anfragen von außen unterstützen könnten. Die Schulen, Krankenhäuser und Universitäten usw. in der nahen und fernen Umgebung haben nicht zuletzt auch durch die MBSR-Bewegung (Mindfulness Based Stress Reduction nach Jon Kabat Zinn) einen großen Bedarf an Unterweisung in der Theorie und Praxis der Achtsamkeit, und es gibt viele Anfragen an das EIAB, Achtsamkeit zu lehren.

Die Lehrer/innen aus der Plum-Village-Tradition könnten mit ihren ganz spezifischen Methoden noch viele neue Gebiete und Aspekte der Achtsamkeit einbringen, vor allem auf dem Gebiet der achtsamen und liebevollen Kommunikation und des ethischen Verhaltens.

Annabelle Zinser
(Wahrer Duft der Achtsamkeitsübungen) Berlin

Leben ist Bewegung

Für jeden Einzelnen ist sein Leben eine Reise, nach außen und nach innen. Wir entdecken wieder und wieder Neuland, wo wir neues Lernen müssen, wo wir neue Chancen präsentiert bekommen.

Auch ich habe eine lange Reise, ohne es zu wissen, angetreten. Aufgewachsen in Amerika, bin ich 1981 an das rheinische Ufer gespült worden. Seit ich 18 bin interessiere ich mich für Buddhismus, asiatische Kultur und Gedankengut. Die Grundsätze dessen haben eine große formgebende Kraft in meinem Leben gehabt. Ich bin Philosoph und Dichter, aber dies sind brotlose Künste, so habe ich 1983 angefangen als Bio Pionier, Bio Brot und Kuchen zu backen.

1991 habe ich die DLS Vollkorn-Mühlenbäckerei gegründet. Seitdem backen wir 100% Bio, im Haus frisch gemahlen. Seit 2006 sind wir eine Demeter* Vertragsbäckerei. 100% unseres Getreides kommt aus unserem Wohnort, 90 % aller Zutaten kommen aus der unmittelbaren Umgebung. Das Getreide vermahlen wir täglich frisch im Haus.

2009 habe ich vom EIAB erfahren. Seit Anfang der 80er Jahren lese ich Publikationen von Thich Nhat Hanh und bin ein begeisterter Lesefan. 1996 habe ich ihn kennengelernt. Ich suchte den persönlichen Kontakt zum Institut in Waldbröl und es ist mir 2012 geglückt.

An einem geschäftigten Herbst Tag habe ich Schwester Song und Bruder Phap An kennengelernt. Als aller erstes war ich von ihrer Offenherzigkeit, Aufmerksamkeit und Neugierde sehr beeindruckt. Trotz aller Betriebsamkeit hatten sie ein offenes Ohr und einen offenen Geist für meine Anliegen. Ich war so blauäugig und habe gedacht, ich könnte ihnen helfen mit einer moderaten Geldspende. Als ich sah, welch ein Projekt sie wirklich angefangen hatten und vor welchen baulichen Problematiken sie standen, wurde ich ganz kleinlaut. Es schien in meinen Augen eine nahezu unlösbare Situation.

Ich musste einsehen, dass ich Ihnen eigentlich gar nicht wirklich helfen konnte. Mein Herz war so bewegt, was für ein „Outreach“ Programm (ständig Workshops und Seminare für Menschen aus ganz Europa anzubieten) sie für die Umgebung aufgebaut hatten, wie sie ihre bauliche Problematik angingen und wie herzlich sie dennoch waren, blieb mir nichts anderes übrig als Ihnen meine tägliche Unterstützung anzubieten.

Wir bei der DLS Vollkorn-Mühlenbäckerei sind stolz darauf, täglich den Mönchen, Nonnen und Gästen mit unseren Backwaren eine Freude zu bereiten und ihr Leben und Arbeiten angenehmer zu machen.

Wir bedanken uns bei Schwester Song Nghiem und Thay Phap An, dass sie uns die Chance geben, Teil ihrer großartigen Arbeit zu werden.

Vielen Dank. Viel Glück

Mögen Sie vielen Menschen helfen.
Mögen viele Menschen Euch helfen

David und das DLS Team

* die griechische Göttin des Getreides, der Ernte und der Nahrung

EIAB drückt David (oben rechts mit einem frisch gebackenen Brot an seinem Ofen) und dem DLS team (links) seine tiefe Dankbarkeit aus, dass sie uns – buchstäblich – unser tägliches Brot schenken.

Im und auf dem WEG DER MITTE

Nümbrecht, 15. 05. 2018:
Bauleitung und Umbauplanung 2. und 3. Bauabschnitt im EIAB
sowie Anbau einer Meditationshalle für 500 Menschen:

Als ich von Thay Phap AN im Mai 2017, im 25ten Jahr meiner Selbstständigkeit, gefragt wurde, ob ich die Umbauplanung und Bauleitung für den 2. Bauabschnitt im EIAB erbringen könnte, fühlte ich mich sehr dankbar und wertgeschätzt. Aus dieser Dankbarkeit resultiert meinerseits eine große Liebe für diese Aufgabe. Hier wird etwas geschaffen, das vielen Menschen nützlich sein kann. Gleichzeitig ist mir wichtig, dass Spendengelder – denn diese garantieren ja im Wesentlichen die Realisierung des Projektes – effizient und sparsam investiert werden. Dies erziele ich u.a. durch die Bildung einer Gemeinschaft der Handwerker und Bauhelfer. Sind diese glücklich, kann auch die Aufgabe glücklich erfüllt werden. Das ist nicht allein eine Frage der Vergütung, sondern oft mehr noch eine Frage des „wie kommuniziere ich mit den am Bau beteiligten Menschen?“. Diese Aufgabe ist, wie alle anderen auch, immer eine Gemeinschaftsaufgabe. Gemeinsam werden wir hier etwas Gutes schaffen. Dies ist schon jetzt bei den Planungs- und Entkernungsarbeiten, die nach dem symbolischen Spatenstich im Februar diesen Jahres begonnen wurden, erkennbar. Die Fertigstellung der Arbeiten am 2. Bauabschnitt könnte zum Ende dieses Jahres möglicherweise gelingen.

Das EIAB kenne ich jetzt seit 9 Jahren und in dieser Zeit habe ich die segensreiche Arbeit der Nonnen und Mönche für die Region und für die Besucher aus aller Welt sehr schätzen gelernt. Alle Nonnen und Mönche stellen ihr Praktizieren erkennbar in den Dienst der Menschen, die das EIAB besuchen. Dies schließt oft auch deren Angehörige mit ein. Ein Kernsatz, den ich im EIAB gelernt habe, ist: Es gibt kein Leiden, ohne das gleichzeitig Glück existiert. Das lässt mich neben der mitfühlenden Umarmung des Leidens auch die vielen Lösungsmöglichkeiten sehen.

Insgesamt werden in 3 Etagen des 2. Bauabschnitts ca. 1.000 qm Nutzfläche neu gestaltet. Es entstehen 18 Ein-/Zweibettzimmer und 3 Familienappartements, jeweils mit eigenem neuem Bad. Weiterhin sind 3 neue Gemeinschaftsräume und ein neuer Meditationsraum (ca. 80 qm) geplant. Die Umbauplanung erfordert gleichzeitig, den Anbau der Mediationshalle schon jetzt aus Gründen des Brandschutzes und der Rettungswege mit zu planen. Hier gibt es bereits eine gute Grundlage, die weiter zu entwickeln ist. Das bedeutet auch, dass wir im Bereich der geplanten Meditationshalle auch aus Gründen der zu beantragenden Baugenehmigung schon jetzt die Rettungswege für den 2. und 3. Bauabschnitt planen und in Kürze bauen werden. Hier wird nebenbei auf wunderbare Weise erkennbar, wie alles miteinander in Kontakt ist. Nur mit genehmigungsfähigen Rettungswegen im 2. und 3. Bauabschnitt ist die Meditationshalle zu realisieren.

Je mehr ich in das Projekt planerisch einsteige, umso mehr Respekt habe ich vor der Leistung der Handwerker und Planer, die das Gebäude in der bisherigen Form erstellt und erhalten haben. Dies sind unzählig viele Stunden Arbeit, die mit großer Anstrengung und oft auch mit Hingabe zum Detail geleistet wurden. Auf dieser Leistung bauen wir jetzt gemeinsam achtsam auf.

Zur Zeit wird das Brandschutzkonzept für den 2. Bauabschnitt angepasst, die Statik für die neuen Außentreppen erstellt und die Haustechnik geplant. In Kürze wird die Umbauplanung als Nachtrag zur Baugenehmigung beim Kreis beantragt.

Insgesamt fühle ich mich durch die Gemeinschaft der Nonnen und Mönche des EIAB auf allen Ebenen sehr unterstützt. Das macht sich auch in meinem Blutdruck, der sich sehr verbessert hat, bemerkbar. Meine Lehrerin Daya Mullins sagt hierzu: „Wenn wir ja sagen, gibt uns das Universum die Energie, die wir brauchen“. Ich habe „Ja“ zu der Aufgabe gesagt und freue mich, diese mit vielen Unterstützern gemeinsam zu Freude des EIAB und deren Besucher zu erfüllen. Hierzu brauchen wir auch Deine/Ihre Hilfe in Form von Spenden und/oder möglicherweise auch handwerklicher Unterstützung. Da ich selber jahrelange Erfahrung im Fundraising habe, bin ich auch gerne bereit, ein Fundraising-Projekt für das EIAB zu unterstützen. Wenn sich hier Menschen angesprochen fühlen, können sie sich sicher über Thay Phap An und Sister Song Nghiem hierzu melden.

Wenn wir davon ausgehen, dass alles mit Allem in Kontakt ist, wir also alle ein Ganzes sind, wen beschenken wir dann, wenn wir in diesem Fall dem EIAB etwas spenden?

In diesem Sinne wünsche ich uns allen viel Freude beim Umbau des 2. und 3. Bauabschnitts sowie dem sich sicher bald anschließenden Bau der Mediationshalle für 500 Menschen.

In achtungsvoller Zuneigung.

Frank Jungjohann-Feltens

Brief mit der Bitte um Unterstützung für den

Bau der Meditationshalle des Europäischen Instituts für Angewandten Buddhismus EIAB

european institute of applied buddhism
eiab

Waldbröl, den 1. Mai 2018

Sehr geehrte Damen und Herren,
Liebe Freundinnen und Freunde des EIAB,

anlässlich des neuen Mondjahres bitten wir, die Mönche und Nonnen des EIAB, mit unserem ganzen Herzen alle Buddhas, Boddhisatvas und Patriarchen und Matriarchinnen um ihren Schutz, Frieden und Wohlergehen. Möge das neue Mondjahr, das Jahr des Hundes 2018 Ihnen und Ihrer Familie Liebe, Harmonie, Gesundheit, Glück und Stabilität in der Praxis bringen.

Am 19. Februar, dem 4. Tag im Jahre des Hundes, um 6:30 Uhr hat die Vierfache Gemeinschaft des EIAB eine feierliche Zeremonie zum Baubeginn der Meditationshalle und zur Restauration des Ashoka-Gebäudes abgehalten. Die Zeremonie hat in einer freundlichen, besinnlichen und spirituellen Stimmung stattgefunden. Unter den Anwesenden waren viele Freunde/innen, die von überall zum Tet-Fest gekommen sind, und Herr Frank Jungjohann-Feltens, der Hauptarchitekt für das bevorstehende Bauprojekt.

Mit der Liebe und Unterstützung von vielen Freunden/innen auf der ganzen Welt konnte vor zehn Jahren ein Zentrum für Studien und Praxis gemäß dem Ideal des Engagierten Buddhismus von Zenmeister Thich Nhat Hanh in Europa entstehen. Im Namen von Thầy und der Sangha des Instituts bedanken wir uns herzlich für Ihre Förderung, damit Thầys Herzenwunsch erfüllt werden kann, nämlich die Lehre des Buddha an Menschen auf der ganzen Welt zu bringen, um sie von ihrem Leiden zu befreien. Das Europäische Institut für Angewandten Buddhismus mit seiner Entstehung und Weiterentwicklung ist ein konkretes Beispiel dafür.

Nach Buddhas eigenen Worten sowie in den buddhistischen Erzählungen hatte der Buddha in seinen unzähligen Leben sehr viele Tugenden eines Boddhisatvas vorgelebt. In der Geschichte des Königs Vessantara aus der Kleinen Sutrensammlung (Khuddaka Nikaya) wird erzählt, dass der Buddha in seinen vorherigen Leben „Großzügigkeit"-„Grenzenloses Geben" (Dana Paramita), eine der zehn Tugenden eines Boddhisatvas, auf höchster Stufe praktizierte. Wir können durch diese Geschichte deutlich spüren, welche Wunder die Praxis der Großzügigkeit hervorbringen kann, um unseren Geist zu reinigen und auch wie Großzügigkeit zu unserem eigenen Erwachen und dem aller Lebewesen beitragen kann.

Als ich noch ein junger Ordinierter war, praktizierte ich vorwiegend Zen-Buddhismus und fühlte mich sehr unangenehm berührt, wenn ich andere Menschen zu Spenden für gemeinnützige Veranstaltungen und Bauprojekte aufrufen musste. Je älter und tiefer in der Praxis ich bin, desto klarer erkenne ich den unendlichen Verdienst des „Grenzenlosen Gebens", wobei alle drei Begriffe „Geber", „Empfänger" und „Gegenstand" leer sind. Der Verdienst der Großzügigkeit hat das Potenzial, uns aus dem Kreis von Geburt und Tod zu befreien.

Mit diesem Verständnis haben wir im Frühjahr den Bau der Gebets- und Meditationshalle sowie die Restauration des Ashoka-Gebäudes begonnen. Einerseits sollen die behördlichen Vorgaben für einen öffentlichen Versammlungsort erfüllt werden, andererseits werden die Kursteilnehmer und Besucher angemessene Räumlichkeiten für einen langen Aufenthalt bekommen.

In den letzten zehn Jahren mussten die Teilnehmer/innen in den großen Retreats im Sommer provisorische Zelthallen als Meditationshalle, Speisesaal oder Schlafbaracke nutzen. Im Winter mussten sich die Besucher im eiskalten Korridor bei Dharma-Vorträgen, Dharma-Gesprächen und anderen Retreat-Aktivitäten aufhalten. Der Anblick vieler Kinder und Erwachsener, die in mehreren Decken eingehüllt waren, hat uns sehr berührt. Das Bauprojekt ist sozusagen ein großes Feld für uns alle, um die Samen der Praxis, der Unterstützung für die Drei Juwelen und der Förderung des Dharmas zu säen.

Von ganzem Herzen bitten wir Sie, Freunde/innen und Buddhisten/innen auf der ganzen Welt dieses Bauprojekt zu unterstützen. Damit können wir gemeinsam mit Thầy den Buddhismus in das moderne Leben bringen, unseren Willen auf dem Weg der Praxis stärken und dazu beitragen, dass Buddhas Lehre eine Zuflucht für alle Menschen auf dieser krisengeschüttelten Welt anbietet.

Noch einmal bitten wir, die Mönche und Nonnen des Europäischen Instituts für Angewandten Buddhismus, mit ganzem Herzen alle Buddhas, Boddhisatvas und Patriarchen und Matriarchinnen um Ih-

ren Schutz, Frieden und Wohlergehen im neuen Jahr des Hundes 2018.

Mit großer Wertschätzung und freundlichen Grüßen

Bhikkhu Thích Chân Pháp Ân mit den Mönchen und Nonnen des Europäischen Instituts für Angewandten Buddhismus

Spendenkonto des Europäischen Instituts für Angewandten Buddhismus:

Empfänger: EIAB

Insitut: Kreissparkasse Köln
IBAN: DE27 3705 0299 0341 5529 32
SWIFT-BIC: COKSDE33XXX

Fotos zu der Gebetszeremonie zum Baubeginn der Gebets- und Meditationshalle und zur Restauration des EIAB

Um 6:30 Uhr morgens am 19. Februar 2018

1. Gebetszeremonie in der großen Halle des EIAB

2. Spatenstich und Grundsteinlegung zum Bau der Gebets- und Meditationshalle

3. Spatenstich und Grundsteinlegung zur Restauration des 2. Teils des EIAB

4. Spatenstich und Grundsteinlegung zur Restauration des 3. Teils des EIAB

5. Spatenstich und Grundsteinlegung zum Bau der Gebets- und Meditationshalle

E-I-A-B:
Eine erstaunliche Transformation

Das EIAB, das war zu Beginn für viele von uns eine erstaunlich nüchterne Buchstabenkombination, die eine große Vision von Thay bezeichnete und zugleich zu dem riesigen Gebäude mit Hunderten leerer Zimmer passte, welche die Gemeinschaft vorfand. Ein Gebäude, das viele durch seine schiere Größe und Historie ratlos machte und einschüchterte. Wie soll das gelingen? Um so größer war die Freude, wie sich die vier Buchstaben Jahr für Jahr auf unvorhersehbare Weise weiterentwickelten und zunehmend ihr eigenes Wesen entfalteten. Und das durch alle Herausforderungen hindurch. Vietnamesische Improvisation und Spontaneität traf auf deutschen Brandschutz. Buddhastatuen auf Nazi-Mosaike. Europa entdeckte Waldbröl und die Waldbröler lernten die braun gekleideten neuen Nachbarn kennen und schätzen. So viele Gegensätzlichkeiten unter einem Dach. Wow. Mir ist bis heute nicht klar, wie das funktionieren konnte und funktioniert. Ist es die Liebe zum Dharma und die innere Weite, die sie uns schenkt?

Dein Name, liebes EIAB, ist für viele von uns bis heute eine Herausforderung geblieben. Was soll ich sagen, wenn man mich fragt, wohin ich vier- bis fünfmal im Jahre fahre? Soll ich sagen: „Ich fahre ins *Europäische Institut für Angewandten Buddhismus*." Das sind fünf Worte oder 43 Zeichen. Das kann sich kaum einer merken. Also vielleicht doch die Abkürzung?

E – I – A – B.

Wie spricht man diese Abkürzung aus? „Ei ab": Ist sehr eingängig und war lange mein Favorit, klingt aber ein wenig nach Tierarzt...

Oder doch das klassische Buchstabieren: „Eeh Ieh Aah Beh": Das klingt doch recht hart, fast abgehackt und ein wenig militärisch. Auch das Englische rettet uns nicht. „Iiih Ei Aye Biii": Ein echter Zungenbrecher, der zudem zusätzliche Verwirrung zwischen englischen und deutschen Vokalen stiftet.

Vielleicht etwas ganz anderes? „Plum Village Waldbröl" oder „Ashoka Meditation Center"? Nein, bitte nicht, die vier Buchstaben sind uns ans Herz gewachsen und uns inzwischen auch sehr bekannt. Vor zehn Jahren erbrachte das Googeln noch das Europäische Institut für Arbeitsbeziehungen (EIAB) und komplizierte Begriffe wie Extra-Intracranial Arterial Bypass (EIAB) auf der ersten Seite. Heute erhalten wir seitenweise Bezüge auf unser EIAB und es ist klar zu sehen, wie kraftvoll und vielfältig die Samen der letzten zehn Jahre wirken und gewirkt haben. Etwas hat sich gewandelt, die Früchte der kontinuierlichen Praxis zeigen sich.

Genau wie das sperrig-riesige Haus, das vielen von uns in den ersten Jahren unheimlich erschien und sich vor unseren Augen Jahr für Jahr verwandelte. Durch die stete Praxis der Gemeinschaft, durch Zeremonien des Herzens und durch so viele heilende Schritte. Heute kann ich hier auf meinem Weg über kalten Marmor Wärme und Frieden erfahren. Die „Kraft durch Freude"-Energie hat sich aufgelöst. Ein Wunder. Eine andere Freude ist eingezogen. Ein kantiges Haus und eine kantige Abkürzung lächeln uns zu. Aus „dem EIAB" ist für immer mehr Menschen „mein EIAB" oder „unser EIAB" geworden. Ein Herzensprojekt von Thay, das seinen eigenen, nicht vorhersehbaren und extrem herausfordernden Weg geht. Denn hinter vielem, was so mühelos und leicht und freudvoll aussieht, steckt eine versteckte Schicht aus Geduld, Ertragen-Können und tiefem Vertrauen, die dies alles möglich macht. Ein großer Dank an alle, die mit langem Atem diesen Prozess tragen und getragen haben.

Und auf diesem Wege hat sich in mir der Name unseres Geburtstagskindes über die Jahre verwandelt. Seit einiger Zeit spreche ich ihn intuitiv anders aus, weicher. Das harte, kantige im „EIAB" ist verschwunden und zu „Ei-Japp" verschmolzen. Ein langes „Ei" und ein dynamisch-sanftes „Japp" wie „Jupp" aber mit kurzem „a" statt kurzem „u". Das fließt ineinander und hat eine gewisse Dynamik. Ei-Japp. Fast schon ein Mantra... Fühlt sich warm und vertraut an. Und bei genauerer Analyse beinhaltet es ein „Ja" zur Entwicklung, zum Ausbrüten unser Potentiale, unserer „Dharma-Eier", unser Buddhanatur,... Und wenn wir „Ei-Japp" ein paarmal beherzt aussprechen, dann findet sich in unserer Stimme vielleicht eine Bewegung nach oben, in die Weite. Es ist bedeutend, wie wir die Dinge aussprechen. Jedes ausgesprochene Wort kann eine kleine Transformation bewirken und vielleicht auch eine Prise angewandter Buddhismus sein ...

Happy Continuation, liebes „Ei-Japp" und mögest du noch viel weitere Transformation erfahren und unterstützen.

Mit einer Verbeugung aus Berlin

Kai Romhardt (True Precious Practice)

Die Gemeinschaft, die wir benötigten

Liebe Freunde,
ich sehe, das EIAB ist gegenwärtig und ich bin darüber sehr glücklich!

Ich bin froh, die Fortsetzung des EIAB, sein zehnjähriges Bestehen zu feiern. Ich weiß, bevor das EIAB sich in Waldbröl zu manifestieren begann, war es präsent in den Wünschen und Visionen unseres Lehrers Thich Nhat Hanh. Und ich kann Ihnen sagen, dass es sich genau jetzt und in Zukunft auch in mir manifestiert, in meiner Familie und meinem Zuhause in Leiden, in meiner Sangha in den Haag und in der niederländisch sprechenden Familien-Sangha. Ich sehe das Europäische Institut für Angewandten Buddhismus als eine Frucht der liebevollen Achtsamkeitspraxis der Nonnen und Mönche im EIAB und der von ihnen so herzlich begrüßten Laien-Freunde. Das EIAB ist auch die Praxis selbst und das, was diese Praxis des Achtsamseins und Sorgens für das Gegenwärtige nährt, indem es Freude und Schönheit ebenso erhält und nährt wie es Schmerz und Leiden transformiert.

Seit unserem ersten Besuch im Jahr 2012 hat das EIAB mir und meiner Familie Glück und Heilung gebracht. Wir kommen regelmäßig, um gemeinsam mit unserer geliebten vierfältigen Sangha zu leben und zu praktizieren. Danke, liebes EIAB, dass Du für uns da bist!

Ich bin sehr dankbar, dass uns das Leben zu Dir geführt hat, ohne das wir wirklich wussten, wohin wir gingen. Aufgrund meiner Kindheitserlebnisse entwickelte ich aus dem Gewahrsein der Verbundenheit allen Lebens eine tiefe Sehnsucht nach einer sanften Verbindung zu Mutter Erde und insbesondere danach, physisch, emotional und spirituell für Kinder Sorge zu tragen. Im Jahr 2007 hatte ich begonnen, jenseits der engen Kreise meiner Familie und meiner Freunde Ausschau zu halten nach einer größeren Gemeinschaft, die sich liebevoll um die spirituelle Gesundheit ihrer Kinder kümmert. Ich wurde gut unterstützt von unterschiedlichen spirituellen Gemeinschaften, fand aber in ihnen nicht ausreichend Nahrung und Unterstützung speziell für Familien und Kinder. Mit seinen Büchern war Thich Nhat Hanh über Jahre meiner Meditationspraxis hinweg ein inspirierender Lehrer und Führer. Obwohl ich keine Buddhistin war, veranlassten mich der Frieden, den ich beim Lesen und Praktizieren mit seinen Büchern über Meditation fühlte und die intensive Freude, die mich beim Lesen seines Buches über das Lotus Sutra erfüllte, dazu eine Sangha in der Plum Village Tradition zu suchen und nachdem wir von den Familien-Retreats gehört hatten, mit meiner Familie das EIAB zu besuchen.

Nach einigen Kämpfen und Schwierigkeiten erreichten wir den Hauptbahnhof in Utrecht und bestiegen den Bus zum Familien-Retreat 2012 mit Thich Nhat Hanh und den Plum Village-Nonnen und Mönchen im EIAB. Ganz unerwartet trafen wir im Bus auf alte Freunde und erneuerten unsere Freundschaft. Damit begann der Strom von Geschenken, die wir bis zum heutigen Tag im Zusammenhang mit dem EIAB erhalten. Erlaubt mir, euch von einigen diese Segnungen während dieses Besuches zu berichten, die mir weiterhin eine Quelle der Freude sind:

- Beim Picknick mit unserer Dharma-Familie erblickte ich einen kleinen Regenbogen weit oben im Himmel. Es war ein wunderschöner, sonniger Tag. Ich hatte so etwas noch nie gesehen. Es fühlte sich wie eine Bestätigung der wundervollen Schönheit dieser Sangha, mit Thay, den Monastics und den Laienfreunden, den Kindern und den Erwachsenen an diesem Platz auf der Erde an.
- Thay's aufrechter Rücken, als er bei der Morgenmeditation vor uns auf dem Podium saß.
- Die Gruppe von Monastics und Teenagern, die unsere älteste Tochter in einer Woche des freudigen und achtsamen Zusammenseins im Teenager-Programm mit sich rissen.
- Die Geduld der Nonne, die unsere Familie anleitete und die mit meinem Ehemann und mir so lange bei unserer jüngsten Tochter sitzen blieb, bis diese ihren Teller langsam, langsam leer gegessen hatte.

- Die liebevolle, kinderfreundliche und die Erde ehrende Gemeinschaft und das freudige Kinder-Programm, das ich aus der Nähe erlebte, wenn ich unsere jüngste Tochter begleitete.
- Die Freude darüber, dass meine Familie hier wirklich glücklich war.
- Die Freude darüber, nicht nur das gefunden hatte, wonach ich mich gesehnt hatte – eine größere spirituelle Gemeinschaft für Erwachsene, Kinder und Familien – sondern auch etwas, wonach ich nicht gesucht hatte, einen wahren Lehrer, Thay.
- Mein Erleben von Thay Phap An als einem `freudvollen Berg´, als er zu der Gemeinschaft über das EIAB sprach, uns herzlich willkommen hieß und uns einlud, wieder zu kommen.
- Das formelle Empfangen der Fünf Achtsamkeitsübungen und die Unterstützung der Sangha, sie weiterhin zu praktizieren, wobei mich mein neuer Name `Noble Commitment of the Heart´ unterstützt.

Die Geschenke der Gemeinschaft und der Praxis setzten sich nach unserer Rückkehr nach Hause fort.

- Von Thay angeregt, setzte ich meine Suche nach einer Sangha fort und wurde Mitglied der Sangha in Den Haag. Ich entwickelte neue Beziehungen und vertiefte meine Praxis in der Plum Village Tradition.
- Ich wurde Mitglied der neu gegründeten niederländischen Familien-Sangha und begann voller Freude mitzuhelfen beim Kinderprogramm während der Achtsamkeitstage für Familien. Jedes Jahr im Mai, wenn wir dort ein besonderes Retreat anbieten, unterstützt uns das EIAB darin, als Familien zusammen zu praktizieren. Mein Engagement hat mir viel Freude und Wachstum geschenkt und nährte meinen Wunsch, die Vierzehn Achtsamkeitsübungen anzunehmen.
- Eine Frucht der Zeremonie des Neubeginns während des Retreats mit unserer ältesten Tochter: Obgleich ich viel zu überschwänglich gewesen war und sie sicherlich verlegen gemacht machte (Entschuldigung!), begann sie, meine Umarmungen zuhause wieder anzunehmen und nahm mich ebenfalls warm und wahrhaft gegenwärtig in den Arm.
- Meine Familie hatte alle sechs Wochen eine Zeremonie der gegenwärtigen Wertschätzung durchgeführt. Nach dem Retreat führten wir jede Woche den `Neubeginn´ durch. Durch das regelmäßigere Gießen erblühten die durstigen Blumen voller als zuvor.
- Wir waren uns alle darin einig, zum Neujahrs-Retreat wieder zu kommen. In der Tat, wir hatten die Gemeinschaft gefunden, die unsere Familie benötigte.

Und damit hatte unsere Tradition begonnen, so oft wie möglich zum EIAB zu kommen, mit unserer ganzen Familie, als Paar oder ich alleine. Die Heimat und die Sangha, die wir im EIAB finden, unterstützt die Gesundheit unserer Familie. Über die Jahre gab es weit mehr besondere Augenblicke und Erlebnisse, die mir wertvoll sind, als ich hier berichten kann. Stattdessen habe ich von meinen ersten freudvollen Erfahrungen mit dem EIAB berichtet, so wie es Sister Chan Kong zu tun empfiehlt, um die Liebe lebendig zu erhalten.

Dank der Sangha, der Belehrungen und des Herzens des Erwachens – der Drei Juwelen – die im EIAB gegenwärtig sind, war ich in der Lage, meinen Schmerz zu lindern und zu heilen sowie Freude zu nähren in mir, in meiner Familie, in meinen Beziehungen zu meiner Mutter, in den vielen Momenten meines täglichen Lebens. Mir erscheint es als wunderbar, dass diese Art der Transformation auch im EIAB selbst stattfindet. Bei unserem ersten Besuch schien das große Gebäude noch voll schwerer Energie aus der Vergangenheit. Einige Menschen hatten Angst, dorthin zu gehen. Jedes Mal, wenn wir wieder kommen, scheint die Energie leichter. Nach dem der Glockenturm errichtet worden war, setzte sich die Transformation des Raumes schnell fort. Auch zuhause, weit entfernt von dem Klang dieser Glocke, fühle ich überall ihre Kraft, unterstützende Gegenwärtigkeit und Heilung. In den letzten Jahren erscheint mir bei jedem Besuch das Land weicher und die Gebäude freundlicher, weil mehr und mehr wunderschöne Blumen gepflanzt und gepflegt werden und der alte Schmerz heilt.

Ich fühle eine tiefe Dankbarkeit für die liebevolle Praxis der monastischen Schwestern und Brüder des EIAB, die sich bereitwillig und mit ganzem Herzen für diese Quelle wunderbarer Heilung und Freude in Nordwesteuropa einsetzen. Ich danke Euch aus meinem tiefstem Herzen!

Möge die Praxis der vierfältigen Sangha das EIAB weiter erblühen lassen und alle willkommen heißen, die sich der Schönheit dieses Augenblicks zu öffnen bereit sind.

In Liebe und Dankbarkeit

Maria Moonlion
True Healing Confidence

10 Jahre Transformation: Von Kompost zu Blumen

Tatsache war, dass ich nach Plum Village und in das EIAB ging, um Leiden zu verringern, für meine Familie und für mich. Nicht so sehr für andere, denn zu diesem Zeitpunkt waren unsere Leben tagtäglich voller Probleme und so gab es keinen Raum für Probleme von außen. Damals war die Erderwärmung für uns nicht so sehr ein Problem. Wir wünschten uns nur ein wenig mehr Frieden in unserer Familie, ein bisschen weniger Müdigkeit und weniger Leid.

Was aber während der Retreats geschah, während ich achtsamer und mir mehr der Dinge um mich herum bewusst wurde, war, dass ich mich mehr allen Arten von Leiden ausgesetzt erfuhr. Erstaunlicherweise machte mich das nicht depressiv und löste auch nicht den Wunsch in mir aus, nach Hause zu fahren. Im Gegenteil, wir waren alle ziemlich entspannt und glücklich. Das Rätsel lautete: Wie konnte mich mehr Leid glücklich machen? Es hätte eines jener japanischen Koans sein können: „Du möchtest glücklicher sein? Leide mehr!“

Jahre später wurde die Antwort auf dieses Koan gefunden und war wie üblich, wenn man aus dem richtigen Winkel darauf schaut, leicht zu verstehen. Also lautet die weniger verwirrende Formulierung in etwa so:

„Wenn die Angst vor dem Leiden verringert wird, kann sie dazu genutzt werden, um die Ursachen des Leidens transformieren.“

Angst vor einem gestörten Retreat

Es geschah auf einem Campingplatz unweit von Plumvillage. Wir wollten nach dem Frühstück unser Zelt abbauen, als lautes Schreien und Heulen den Morgenchor der Vögel durchschnitt. Zehn Minuten später waren wir auf dem Weg ins Krankenhaus, um den gebrochenen Arm unseres Sohnes reparieren zu lassen. Mama erhielt ein Bett neben dem frisch operierten vierjährigen Sohn. Vater und Tochter fuhren weg, um das Zelt einzupacken und nach Plumvillage umzuziehen, wo wir bei Sonnenuntergang ankamen. Schwarze Wolken verdunkelten den Himmel als ich damit begann, das Zelt aufzubauen, während die Windböen zunahmen und Blitze durch den Himmel zuckten. Der Regen prasselte hernieder, als 10 oder 12 andere Retreat-Teilnehmer herbeieilten und schnell das Zelt aufstellten. Einer von ihnen hatte gehört, dass wir den ganzen Tag kaum etwas gegessen hatten und eine Nonne lud uns in die Küche ein, wo sie uns ein spätes Abendmahl zubereitete. Später als ich in meinem Schlafsack neben meiner Tochter lag, machte ich mir Sorgen über diese Nacht: So ein Wind, ein Wirbelsturm, so viel Lärm... Ich war mir sicher, sie würde die ganze Nacht nicht schlafen, da sie so ein empfindliches Kind ist. Nur wenig später hörte ich ihr leises Schnarchen, eben noch hörbar in dem apokalyptischen Lärm, der über dem friedlichen Kloster tobte. Aber ich konnte nicht schlafen. Lange machte ich mir Sorgen wegen des Retreats, das zum Scheitern verurteilt zu sein schien: die Sorge für meinen Sohn mit seinem gebrochenen Arm, für mich würde es keine Belehrungen geben, keine Geh-Meditation, keine Praxis ...

Der nächste Morgen brachte Sonnenschein, eine Erklärung meiner Tochter, sie hätte noch nie so gut geschlafen und eine neue Einsicht in meinen Geist. Man sagt, dass eine Katastrophe das Genie in uns anregen kann. Ich entschied, dass sich meine Praxis in diesem Retreat auf das Intersein beziehen würde: „Ich bin der rechte Arm meines Sohnes. Der rechte Arm meines Sohnes ist ich. Zwischen meinem Sohn und mir besteht Intersein.“ Wir hatten eine wundervolle Zeit. Es war mir erlaubt, sehr nahe mit meinem Sohn zu leben, tief zu schauen und zuzuhören, zu versuchen, seine Bedürfnisse vorauszusehen. Einmal mehr war mir erlaubt, durch die Augen meines eigenen Kindes zu sehen. Bei dieser Praxis kam ich auch meiner Tochter näher (sie und ihr kleiner Bruder waren unzertrennlich); auf diese Weise lernte ich auch viel über sie. Und ebenso über mich selbst und viele andere Menschen, die mir begegneten. Ich erfuhr, dass Transformation der Situation zu einer Transformation von mir selbst führt.

Aufgrund des Unfalles mit dem gebrochenen Arm musste ich nicht zur Praxis gehen, die Praxis kam zu mir, wurde direkt auf meinen Weg geworfen und in der richtigen Umgebung des Klosters war es möglich, sie aufzuheben und mich tief an ihr zu erfreuen! Ich gewann die Erkenntnis, dass jede Situation für unsere Praxis benutzt werden kann.

Die Überreste alter Abfälle nutzen, um die Ursachen des Leidens in der Gegenwart zu transformieren

Das nächste Retreat fand im EIAB statt und es wurde auch ohne einen gebrochenen Arm wieder ein Erfolg. Das EIAB – ein neuer Platz, voll neuer Überraschungen.

Nach dem Erfolg mit dem `Gebrochener-Arm-Retreat´ konnte ich mir die

innere Frage nicht verkneifen, auf welche Weise wir davon profitieren würden, wenn ich den Arm meines Sohnes bräche... Aber diese Form der Praxis ist in den Niederlanden nicht erlaubt und das Retreat wurde auch so zu einem Erfolg. Ein neuer Ort, voller neuer Überraschungen.

(In Bezug auf den Arm meines Sohnes: Vor drei Jahren begann mein geliebter Sohn mit dem Rugby-Sport und brach seinen Arm noch einmal an genau der gleichen Stelle. Und wieder verheilte alles bestens. Heute ist er so groß und stark, dass er meinen Arm brechen kann.)

Sich des Leidens bewusst zu sein, ist nicht dasselbe wie fähig zu sein, Leiden zu bewältigen. So wie sich einer Dose Streichhölzer bewusst zu sein noch nicht bedeutet, ein sicheres Feuer entfachen zu können. Angemessener Umgang wird am besten in den unerwarteten Situationen gelernt, die uns unsere Gesellschaft täglich anbietet.

Das EIAB befindet sich genau am Rand dieser turbulenten Gesellschaft. Wir hören immer den Verkehr, nicht weit entfernt und an einem heißen Sommertag ist die Hauptstraße Waldbröls manchmal ziemlich voller Retreat-Teilnehmer, die ein Eis kaufen möchten. Wir werden daran erinnert, dass wir nicht von dieser dynamischen Welt und unserem eigenen Leben mit ihrer täglichen Mischung von Kampf und Sonnenschein getrennt sind. Oft ist die Frage zu hören: „Wie können wir diesen Frieden und diese Harmonie halten, wenn wir nach Hause zurückkehren?“. Mit Sicherheit ist das „A“ von „Angewandt“ im Namen des EIAB ein klares und wahrhaftiges Statement. Ich werde Ihnen erzählen, wie mich das EIAB lehrte, Achtsamkeit anzuwenden und wie der Frieden des Geistes zuhause überleben kann.

Ich hatte das Glück, bei der offiziellen Eröffnung des EIAB anwesend zu sein. Wie üblich war ich verspätet, stieg aus dem Auto und alles um mich herum war dunkel. Das große unbeleuchtete und finstere Gebäude ragte über mir auf und ich hatte keine Ahnung, wohin ich gehen sollte. Nachdem ich auf der Suche nach einem Eingang einmal schnell um das Gebäude herum gegangen war, sah ich die Silhouetten einer kleinen Gruppe von vier oder fünf Mönchen, die Schritt für Schritt achtsam in eine mir unbekannte Richtung gingen. Als ich näher kam, erkannte ich in einem der Mönche Thay. Und dies war meine Verwandlung im EIAB: Unruhige Schritte verwandelten sich plötzlich in achtsame.

Ich bin angekommen,
ich bin nicht zuhause,
nicht im Hier und jetzt ...

Das deutsche Wort für die Atmosphäre im EIAB vor zehn Jahren heißt „Unheimisch“, was als „un-heim-lich“ oder „sonderbar, gruselig“ übersetzt werden kann. Die meisten Besucher empfanden es, als läge ein Schatten über der Praxis und den Routinen des klösterlichen Lebens. Es gab viel Freude und Entdecker-Geist, die mit diesem schweigenden, dunklen Schatten koexistierten.

Die positiven Energien entwickelten sich langsam über die Jahre durch die vielfältigen Formen der Achtsamkeitspraxis, die im Haus praktiziert wurden, und heute ist es weitgehend schattenfrei. Es gibt es eine Zeremonie, in der die Nonnen und Mönche der Opfer der Vergangenheit gedenken, die ich als sehr tiefe Achtsamkeitspraxis empfand. Wann immer ich die Gelegenheit dazu hatte, nahm ich daran teil. Sie machte mich sensibler für das Leiden in der ganzen Welt. Und erstaunlicherweise befreite es mich auch weitgehend von depressiven Gefühlen über die schlechten Dinge aus Vergangenheit und Gegenwart. Möglicherweise liegt das daran, dass ich gelernt habe, tief in das Leid anderer zu sehen. Manchmal empfand ich darüber eine tiefe Trauer. In solchen Momenten erlebte ich, dass mein Geist eher bereit zum Handeln als zum Empfinden von Trauer war. Nach einiger Zeit fand ich heraus, dass in den Augenblicken, in denen es notwendig ist, mir selbst oder anderen zu helfen, weniger Trauer und Angst auftreten. Stattdessen ist da mehr Handeln. Es scheint mir, als mache mich die Kontemplation über das Leiden weniger verwundbar für die Auswirkungen des Leidens. Diese Übung war anfangs sehr ungewohnt für mich, erwies sich aber als sehr nützlich. Sie konnte gut im alltäglichen Leben angewandt werden. Und sie führte zu mehr Festigkeit und Stabilität in herausfordernden Situationen. Sie hat mir mit Sicherheit Glück gebracht. Und diese Erfahrungen führten zu dem folgenden Koan: „Wenn Du Frieden *finden* möchtest, dann stelle sicher, dass Du ihn *verlierst*.“

Daher gibt es keinen Anlass, Angst zu haben unseren Frieden zu verlieren, wenn wir nach dem Retreat nach Hause fahren. Natürlich wird (ein Teil) des Friedens verloren – und wieder gefunden – und wieder verloren. Das ist notwendig, um einen starken und zuverlässigen geistigen Frieden entwickeln zu können. Ein unerschütterlicher Geist entsteht auch als Folge von Erschütterungen! Schocks und Frieden sind interseiende Freunde. Schenke ihnen ein wenig Zeit und dein Geist wird stabil wachsen. Sorge dich nicht um den notwendigen Verlust ... du wirst ihn wieder finden.

Zehn Jahre der Transformation im EIAB

Die monastische Gemeinschaft fließt wie ein Strom, immer weiter, immer sich verändernd, friedlich, als harmonisches Ganzes mit einer enormen Variabilität verschiedener Individuen. Einige arbeiten im Blickpunkt der öffentlichen Achtsamkeit, andere arbeiten an verborgenen Plätzen, an die Retreat-Teilnehmer nur selten gelangen. Wer von ihnen trägt am meisten zu meinem Glück und dem Glück meiner Kinder bei? Ich weiß es nicht. ...

Vor einigen Jahren dachte ich noch, es seien die DharmalehrerInnen oder diejenigen, die im Kinderprogramm arbeiten oder jene, die für uns in der Küche

kochen. Aber über die Jahre gelang mir ein tieferer Einblick in die Gemeinschaft und ich sah alle möglichen wunderbaren Menschen, voller Freundlichkeit und Engagement, die scheinbar unwichtige Arbeiten ausführten. Und ich erlebte oft, dass sie einen großen Einfluss auf die Gemeinschaft und ihre Harmonie hatten und dass dies nichts mit der von ihnen übernommenen Aufgabe zu tun hatte. Aber es hatte sehr viel damit zu tun, wie sie sich bewegten, sprachen, schauten, und ihrer Weise sich zu manifestieren. Und diese Qualitäten entwickeln sich auch in den Retreat-TeilnehmerInnen, den Laienfreunden, die sich in dieselbe Richtung transformieren. Es ist ein Segen, dass ein Platz existiert, an dem sie praktizieren und teilhaben an der sogenannten vierfältigen Sangha aus Nonnen, Mönchen und Laien-Freundinnen und Laien-Freunden (sowie den Kindern, die sie zur fünffältigen Sangha machen).

Diese fließende Gemeinschaft hat die Umgebung des EIAB transformiert und geheilt durch ihre Praxis, durch innovative Ideen und harte Arbeit. Das Projekt mit den heilenden Herzen und das Garten-Projekt sind Beispiele, welche die Umgebung glücklich und licht machen. Der aus Nazi-Baumaterial errichtete Glockenturm wurde dazu verwendet, um ein Symbol des Friedens und des Interseins zu erschaffen. Er ist ein Beispiel dafür, wie der Müll alten Leidens transformiert werden kann, um die Bedingungen für neues Leiden aufzulösen.

Wenn ich all dies betrachte, fällt es weniger schwer, Pläne für eine Transformation in unserer eigenen Lebensumwelt und in uns selbst zu machen. Das kann ganz leicht zu einem freudigen Spiel statt zu einer schwierigen Aufgabe werden.

Die Welt steht in Flammen.
Das EIAB ist ein Feldlazarett, um Heilung zu schenken,
ein Trainingszentrum für Feuerwehrleute,
ein Recyclingplatz für Abfälle.

Meine Sangha zuhause ist ein kleines EIAB.

Wenn ich von einem Retreat nach Hause komme, bin ich mir bewusst, dass auch mein Zuhause ein Ort der Transformation ist. Es bietet meiner Familie und meinen Freunden Schutz. Ich bin glücklich, Teil einer kleinen Straßen-Sangha zu sein. Dies stärkt meinen Sinn für Sicherheit, Transformation und Spielfreude. An einem Platz, an dem dies kultiviert wird, fällt es erheblich leichter durch die unvermeidbaren Schwierigkeiten zu gehen und sich an den glücklichen Augenblicken zu erfreuen. Es kann das Leben intensivieren. Manchmal können wir äußere Schwierigkeiten aufnehmen, sie neutralisieren oder sie sogar in etwas Gutes transformieren. An solchen Tagen fühlen wir uns wie „Frontlinien-Müllleute“.

Wenn ich durch die Stadt gehe und den Müllmännern begegne, dann grüße ich sie jedes Mal. Ich empfinde viel Sympathie für sie – sie wissen viel über Transformation.

Hans Dekens

Als Laien-Dharmalehrerin leben

Interview mit Bettina Romhardt

Von Annabelle Zinser

Berlin, 16. Mai 2018

Frage: *Liebe Bettina, kannst du beschreiben, welche Bedingungen in deinem Leben dazu geführt haben, dass du nach Plum Village kamst, dort 5 Jahre als Resident gelebt und gearbeitet hast und Thay als deinen wichtigsten spirituellen Lehrer angenommen hast?*

Wenn ich zurückschaue, sehe ich ein Bild ganz deutlich: Ich bin 11 Jahre, es sind Osterferien und ich fahre auf meinem Fahrrad zu unserem Pfarrer, um ihn nach dem Sinn des Lebens zu fragen. Ich bin in einer 80.000-Einwohnerstadt am Niederrhein mit liebevollen Eltern und einer großen Schwester groß geworden. Als Teenager war ich bereits auf der Suche „Worum geht es im Leben?“ Ich wollte raus aus der Enge, die ich empfunden habe, Weite, Freiheit und Sinn entdecken, mit 19 Jahren gipfelte es in einer tiefen Krise, in der mich ein Psychologe in die Meditation einführte. Es folgten Jahre der Suche in verschiedenen spirituellen Traditionen und auch Erfahrung persönlicher Heilung. Mein Berufsweg führte mich über die Naturheilkunde zur Psychotherapie.

Als ich 1992 dann Thay traf, kam ich gerade von einem halben Jahr in Indien zurück. Unsere Begegnung war sehr stark, so dass ich im kommenden Sommer nach Plum Village (PV) fuhr.

Dort fühlte ich mich tief angekommen, viele Elemente aus meinem Leben kamen an diesem Ort zusammen: das Spirituelle, die buddhistische Psychologie, die konkreten Wege der Transformation, das Engagement, die Gemeinschaft. Besonders die Sangha berührte mich sehr.

Damals habe ich den Wunsche verspürt, zu lernen mit so viel Liebe zu leben, wie ich die Schwestern und Brüder dort erlebt hatte.

Auch der Wunsch nach Transparenz war eine wichtige Motivation.

Ich habe zu der Zeit als Therapeutin gearbeitet und merkte, wie ich Klienten Anregungen geben konnte, aber wie ich selber war – z.B. mit meinem Freund oder mit dem Briefträger – das konnte keiner sehen. Ich fand das unheimlich herausfordernd, so völlig transparent zu leben – das hat mich in die Sangha gezogen. Jahr für Jahr war ich dann länger da, bis ich 1996 für ein Jahr ins Lower Hamlet ging. Nach einem Jahr wurde ich Resident und blieb bis 2001. Damals war Plum Village noch nicht ein reines Kloster, das Lower Hamlet wurde 2 Jahre von Laien-Dharmalehrern geleitet. Resident bedeutete, wirklich Teil der Sangha zu sein, an Zusammentreffen der Gemeinschaft teilzunehmen, um Reiseerlaubnis zu bitten....

Thay als meinen Lehrer anzunehmen war ganz klar, von Herz zu Herz.

Obwohl ich damals gedacht hatte, ich könnte mich nie auf einen Weg festlegen, war die Entscheidung ganz klar. Auch heute mag ich gerne mit Menschen verschiedener Traditionen sitzen – einen klaren Weg in die Tiefe zu gehen erlebe ich als notwendig und als ein großes Geschenk.

Frage: *Welche Elemente und Methoden haben dich vor allem an der Theorie und Praxis von Plum Village berührt?*

Einmal hat mich die Art, wie Thay Achtsamkeit lebt und lehrt, im Herzen berührt, die neben der Klarheit auch den Zauber des Lebens ausdrückt, die Zärtlichkeit und das große Staunen. Damals kam in mir auf: Ja, in dieser Energie möchte ich leben, also eintauchen, eintauchen.

Das Zweite, wofür ich Thay sehr dankbar bin, ist seine Art, unsere Verwobenheit mit Allem, Intersein aufzuzeigen. Es ist leicht zu praktizieren mit der Idee „ICH übe, ICH praktiziere“– Thay jedoch ermöglicht uns von Anfang an zu erfahren, wie mich alle anderen Lebensformen unterstützen, tragen, dass ich nicht aus mir heraus leben kann: ohne ein anderes Element – Schluss! – das finde ich großartig!

Eine Schlüsselerfahrung hatte ich im ersten Winter in PV, dort konnte ich beim Orakellesen eine Frage stellen vor Thay und der Gemeinschaft. Ich fragte zu Ängsten in mir und ich erwartete zu hören – Übe so und so! Die Antwort war „Ein Berg von Gold ist nicht genug, um die Liebe des Kosmos zu dir zurückzuzahlen.“

Das hat mich erschüttert, es war wie eine Umdrehung – mich zu öffnen für das große Ganze und mich immer schon geliebt zu spüren. Ich habe damit viel gesessen.

Auch Thays Lehre vom glücklichen Verweilen im Moment ist ein Geschenk, gibt mir Raum. Auch wenn sich Leiden manifestiert, das Wunderbare zu sehen – dies hat meine Erfahrung von Leiden verändert.

Die ethischen Übungen mit so viel Weite und Offenheit zu lehren und die Wichtigkeit der Sangha berühren mich immer wieder.

In der PV-Sangha hat mich sehr inspiriert, dass es dort nicht darum geht, dass jemand einen besonderen Vortrag hält, besondere Fähigkeiten hat, sondern die Frage „Lebt jemand in Harmonie mit den anderen? – das gelebte

Verstehen, die gelebte Liebe das Wesentliche ist.

Frage: *Wie geht es dir mit deinem Dasein als Dharmalehrerin – direkt als Lehrende in deinen Retreats und in deiner Sangha, die du zusammen mit Kai aufgebaut hast?*

Von Anfang an habe ich mich gefragt, ob ich mit dem Titel Dharmalehrerin sein kann ohne innere Freiheit zu verlieren?

Ich versuche wach zu sein für Rollen, für Erwartungen von innen und außen, die um das Dharmalehrersein kreisen, so dass ich mir nicht noch mehr Hindernisse in den Weg lege.

Auf Retreats geht es mir meistens sehr gut, ich teile Dharma unglaublich gerne. Das, was ich sehr liebe und was eine große Quelle von Glück in meinem Leben ist, weiterzugeben fühlt sich nicht als Rolle an.

Mir hilft zu wissen, dass ich vieles nicht weiß und meine Unfreiheiten wahrzunehmen.

In Berlin haben wir ein Sangha-Modell, in dem mein Mann Kai (der ebenfalls Dharmalehrer ist) und ich weder die Lehrer mit absoluter Leitung sind, noch ein Modell, in dem jeder alles macht. Sondern wir haben ein Team von Sangha-Gärtnern, die Praxiserfahrung haben und schon einige Jahre in der Sangha sind. Die Sangha-Gärtner/innen besprechen alle Aspekte miteinander und gestalten die Abende. Dort sehe ich meine Aufgabe darin, das, was ich aufgrund meiner Erfahrung mit Dharma-Augen und Sangha-Augen sehen kann, auszudrücken – und Raum zu lassen. Dieses Modell empfinde ich als sehr lebendig und gleichzeitig herausfordernd, weil es weder mit einer klaren Leitung, noch mit mehrheitlicher Abstimmung wirkt, und in dem Praxis-Erfahrung und Commitment eine wichtige Rolle spielen.

Frage: *Welche Auswirkungen hat dein Leben als Dharmalehrerin auf dein Leben in deiner Familie? Auf der einen Seite ist es ja sehr wichtig in deiner Rolle als Lehrerin ganz aufzugehen, auf der anderen Seite kann genau dieses Aufgehen in der Lehrerinnenrolle zu einem Hindernis werden.*

Familie ist ein großes Lernfeld, sie ist meine Heim-Sangha.

Es ist eine große Herausforderung für mich, wenn ich spüre, da ist Leiden und ich habe großes Vertrauen in die Praxis, wenn dann das, was ich als hilfreich ansehe, nicht gehört werden will. Ich lerne mit nahen Menschen einfach nur da zu sein, mit offenem mitfühlendem Herzen zuzuhören und still zu bleiben. Da bin ich mitten in meinen Lehrjahren. Z.B. mein Vater, er hat mich immer unterstützt in meinem Weg, wollte aber inhaltlich nicht davon hören. Er hat auf seine alten Tage für sich Gehmeditation entdeckt, die Schönheit der kleinen Dinge, achtsam zu essen – alles ohne Hinweise. Das ermutigt mich darin zu üben, das zu tun oder nicht zu tun, was ich in dem Moment als das Beste sehen kann und dann zu vertrauen. Familie ist für mich ein Ort großen Lernens von Gleichmut, einem Element wahrer Liebe, und vielem mehr....

Frage: *Thay ist ja ein sehr kreativer Lehrer und hat viele neue Elemente in seine Art des Lehrens des Dharma eingebracht, zum Beispiel die „Vier Mantras der Liebe." Kannst du dich als Lehrerin auch von deiner kreativen Seite her entwickeln und einbringen? Wie stark fühlst du dich daran gebunden, genau das wiederzugeben, was du in PV gelernt hast?*

Ich empfinde es als Balanceakt: Worin bin ich verwurzelt? Was geht, was geht nicht? Ich kenne viele Diskussionen mit Dharmafreundinnen darüber – Ich fühle mich relativ frei, wichtige Lehren, Übungen von Thay weiterzugeben und auch eigene Übungen zu entwickeln, z.B. Achtsamkeit auf die Sinne, Körperübungen mit den vier Würden. Im Jahrestraining, in dem Menschen ein Jahr lang miteinander als Sangha gehen, gebe ich Übungen für zuhause und lasse mir dazu viel einfallen.

Ich glaube, ich empfinde das nicht als schwieriges Thema, weil ich damit selber in mir Erfahrungen gemacht habe.

Es gibt Elemente der Praxis, die in unserer Tradition nicht so stark sind, mir selber aber wichtig sind – wie langes Sitzen oder Stille – und mich selbst damit zu nähren, ist mir kein Problem.

Etwas habe ich in PV erfahren, das mir sehr wichtig ist, weiterzugeben und zu nähren: den Sangha-Geist, der dort so stark lebt. Ich fühle mich sehr verbunden damit und spüre das in mir als ein inneres Commitment. Neben dem Sangha-Building in der lokalen Sangha neue Formen zu finden, Räume zu finden für Menschen, die nicht in einer Praxisgemeinschaft leben, aber sich in der Praxis gemeinsam unterstützen möchten, die Freude von Sangha, das Potential erfahren möchten.

Dies war ein Grund z.B. die Jahresgruppe zu entwickeln, eine Form die ermöglicht, sich ein Jahr lang gemeinsam mit Second Bodies und wöchentlichem telefonischen Dharmaaustausch zu unterstützen.

Im Sangha-Building sehe ich eine wirkliche Fortführung unserer Tradition, da fühle ich mich im Strom von Thay und der PV-Sangha.

Vielen Dank Annabelle für deine Fragen, ich freue mich schon auf unser nächstes Interview mit vertauschten Rollen.

Bettina Romhardt – Tree of True Awakening – lebt mit ihrem Mann Kai – True Precious Practice – und ihrem Sohn Jonathan in Berlin. Gemeinsam begleiten sie die Sangha Zehlendorf.

Annabelle Zinser – True Fragrance of the Mindfulnesstrainings – lebt in Berlin und leitet die Quelle des Mitgefühls in Berlin Hermsdorf.

Gehmeditation

Gehmeditation im Freien, in der Natur ist eine wunderschöne Übung. Unter den vielen Übungen, die Thay uns gelehrt hat, ist sie mir die liebste. Sie hilft uns, Körper und Geist zusammen zu bringen, Frieden zu finden und unsere Verbindung zur Natur zu stärken.

Bei der Gehmeditation richten wir unsere Achtsamkeit auf die Schritte. Wir spüren jeden einzelnen. Wir spüren den Kontakt der Füße mit dem Boden, aber auch die Bewegung der Beine, die Anspannung und Entspannung der Muskeln. Wir fühlen, wie es unseren Gelenken dabei geht, besonders den Knie- und Hüftgelenken. Und wir beachten auch die Arme und den Rücken. Wir brauchen uns dabei nicht angestrengt konzentrieren. Es reicht, wenn wir uns dafür interessieren, wie es unserem Körper gerade geht, wenn wir daran Anteil nehmen.

Dies bringt unseren Geist zurück zu unserem Körper. Das ist seine wahre Heimat. Natürlich kann unser Geist in die Vergangenheit gehen und in die Zukunft, und er kann sich mit abstrakten Fragen beschäftigen. Aber das sind Ausflüge in die Fremde. Wenn der Geist beim Körper ist, ruht er in seiner wahren Heimat. Da fühlt er sich wohl, das tut ihm gut. Wir merken es daran, dass er ruhiger und leichter wird und die Gedanken weniger werden. Frieden kehrt in unseren Geist ein. Unserem Körper tut das genauso gut. Die Schritte werden leichter, gleichmäßiger, ruhiger und sicherer. Das geschieht ganz von alleine, wenn sich unser Geist für den Körper interessiert und die vielen Sinneseindrücke auch wirklich wahrnimmt.

Hilfreich ist es, wenn wir langsam gehen, entspannt. Im Alltag neigen wir dazu, uns zu beeilen oder gar zu hetzen; wir achten ständig darauf, keine Zeit zu verlieren. Das ist eine starke Gewohnheit geworden. Die wollen wir abschütteln. Wir wollen uns neue Gewohnheiten zulegen, langsam zu gehen, Zeit zu haben und beim Gehen zu entspannen. Schon nach wenigen Schritten spüren wir, wie gut uns das tut. Wir machen Schritte ohne den Wunsch zu haben, voranzukommen, Schritte um ihrer selbst willen, Schritte, die wir machen, weil es angenehmer ist, zu gehen als zu stehen. Ihr kennt das sicher vom Warten. Vielleicht gibt es gerade keine Sitzgelegenheit oder es ist zu kalt dafür, das Stehen wird nach kurzer Zeit unbequem und so fängt man an, langsam auf und ab zu gehen. Bei der Gehmeditation gehen wir wie jemand, der nichts zu tun hat.

Oft plagen uns Ängste und Sorgen, lassen uns keine Ruhe, manchmal sogar Tag und Nacht. Ängste und Sorgen können sehr stark sein und wir wissen nicht, wie wir sie loslassen können. Aber sie beziehen ihre Energie aus unserem eigenen Denken. Sie brauchen besorgte und ängstliche Gedanken, um weiterbestehen zu können. Da kann uns die Gehmeditation gut helfen. Wenn wir uns für die Schritte und unseren Körper interessieren, bekommen diese Gedanken keine Energie mehr und werden schwächer.

Es ist gut, wenn wir uns einen schönen Weg für die Gehmeditation aussuchen. Vielleicht gehen wir einen Waldweg mit Laub auf weichem Boden oder einen Feldweg mit Grasbüscheln zwischen Steinen oder einen schmalen Trampelpfad. Auf jeden Fall erinnert uns der Weg bei jedem Schritt an die Natur, dass wir mitten in ihr sind, dass wir ein Stück Natur sind.

Die Vorstellung, dass wir von der Natur getrennt, von Mutter Erde getrennt sind, ist eine Vorstellung, eine Illusion. Sie entsteht bei ichbezogenen Gedanken. Jedes Mal, wenn wir etwas haben wollen, etwas begehren, oder wenn wir etwas ablehnen oder zurückweisen, entsteht diese Trennung in unserem Geist. Es entsteht das Bild von einem Ich und einer Grenze zur Umwelt. Dieses Ich beurteilt die Dinge dieser Welt, teilt sie in gut und schlecht ein und will die guten bekommen und die schlechten abwehren oder loswerden. In diesem Bild bedeutet das Wort `haben´, Dinge von außerhalb über die Grenze zu mir zu bringen, und abwehren bedeutet, sie nicht über die Grenze zu lassen und sie über die Grenze hinausschaffen zu wollen. Das ist ein anstrengendes Denken, ein anstrengender Lebensstil. Wie viel besser geht es uns doch, wenn der Geist ganz und gar damit beschäftigt ist, den Körper zu spüren und die Natur wahrzunehmen. Dann gibt es keine Trennung. Dann gibt es keinen Kampf. Dann sind wir eins mit der Natur, eins mit Mutter Erde.

Wenn wir mit ruhigem Geist Gehmeditation machen, werden wir viel sehen, was wir sonst übersehen. Oft ist unser Geist so mit Gedanken angefüllt, dass kein Raum mehr für die Wunder der Natur ist. Aber wenn der Geist in Frieden ist, nehmen wir die Blume, den Baum und den Vogel wahr. Vielleicht bleiben wir stehen und schauen es uns genauer an. Wir können so viel profitieren von der Natur, wenn wir uns sie auf einlassen. Lebensfreude, Frische und das Gefühl der Verbundenheit entstehen ganz natürlich.

Bei der Gehmeditation kommt es genauso wie bei der Sitzmeditation vor, dass sich alte Wunden oder ungeklärte Konflikte bemerkbar machen. Sie tauchen in unserem Geist auf und wollen beachtet werden. Und das sollten wir dann auch tun. Es ist ganz natürlich, dass so etwas geschieht, wenn unser Geist ruhiger wird und Raum dafür entsteht.

Um mit diesen Gedanken auf geschickte Weise umgehen zu können, sollten wir uns zunächst klar machen, dass sie liebevolle Zuwendung brauchen, um heilen zu können. Außerdem ist dieser Augenblick gerade gut dafür geeignet. Wir haben Zeit und der Geist ist recht ruhig. Es gibt gerade nichts anderes zu tun. So werden wir die alten Wunden und ungeklärten Konflikte freundlich begrüßen: „Oh, ich hatte dich schon fast vergessen. Gut, dass du gerade jetzt kommst. Ich habe Zeit für dich. Setze dich zu mir.“ Und wir hören dieser alten Geschichte zu, spüren den Atem und betrachten die Bilder, die vor unserem geistigen Auge entstehen. Diese Geschichten müssen einfach noch einmal erzählt werden. Und wenn wir ihnen mit ruhigem und gesammeltem Geist zuhören, wird Heilung geschehen. Vielleicht ist sie noch nicht vollständig, vielleicht müssen wir da noch einmal durch. Aber wir sind auf dem richtigen Weg, auf dem Weg der Heilung.

Die Achtsamkeit auf den Atem oder auf die Schritte, hilft uns, der Geschichte oder den Gedanken zuzuhören, ohne uns darin zu verlieren. Das ist ein feiner aber bedeutender Unterschied. Die Achtsamkeit hilft uns, bei den schmerzvollen Gedanken und Gefühlen ruhig zu bleiben, und legt so die Grundlage für die Heilung.

Thomas Barth, True Great Wisdom,
praktiziert mit der Gemeinschaft für
Achtsames Leben (GAL) Bayern

Coming out, coming home, coming together

Erfahrungen aus dem LGBTIQ+ Retreat *

In diesem Jahr fand erstmalig im EIAB ein Retreat statt, zu dem alle in der Plum Village Tradition Praktizierenden, die sich der LGBTIQ+ Community zugehörig fühlen, eingeladen waren. Wir wollten uns kennenlernen, gemeinsam praktizieren und miteinander Begegnungsräume gestalten, die von Achtsamkeit und Offenheit geprägt sind.

Die Idee zu solch einem Retreat schlummerte schon länger in uns, aber das zarte Pflänzchen wollte noch gehegt und gepflegt werden, bevor es nun rechtzeitig bei Frühlingsanfang zum Erblühen kam!

„If the conditions are sufficient, things will manifest“ (Thay)

Bereits in den 90iger Jahren, als ich gemeinsam mit meiner Partnerin Steffi in Plum Village lebte, gab es immer wieder während der großen Retreats spontane Treffen von „Regenbogen“-Praktizierenden. Inzwischen bilden sich im Winter-Retreat LGBTIQ+ Dharmafamilien und besonders in den internationalen Wake-up Retreats ist diese Gruppe ständig gewachsen. Dort wurde auch ganz konkret der Wunsch nach einem LGBTIQ+ Retreat geäußert, und Géraldine aus Plum Village trug diesen Wunsch an Steffi und mich weiter. In uns beiden war gleich ein klares „Ja“ und zu unserer Freude waren auch zwei alte Dharmafreunde – Georg und Jan – spontan bereit, an der Verwirklichung mitzuwirken. Dass die Bedingungen „ausreichend“ waren, zeigte sich bereits an der leichten und freudvollen Zusammenarbeit bei der Vorbereitung und an dem grünen Licht, dass wir vom EIAB für dieses bislang noch ungewöhnliche Retreat bekamen.

Vielfalt

Am 22.März war es dann so weit: Fast 40 Menschen kamen aus allen Himmelsrichtungen in Waldbröl zusammen. Eine bunt gemischte Gruppe in vielen Regenbogenschattierungen und – wie sich am ersten Abend bei einer Aufstellung auf einer „Landkarte“ herausstellte – waren zehn verschiedene Nationalitäten vertreten (von der Schweiz bis Dänemark, von Tunesien bis Indonesien und Vietnam)!

Und es war ein generationsübergreifendes Retreat – die Altersspanne reichte von 20 bis 70 Jahren. Wir alle erlebten diese Bandbreite als eine große Bereicherung.

* *engl.Abkürzung für: lesbisch, schwul, bi-, trans-, intersexuell, queer...)*

Als sehr unterstützend habe ich auch die Teilnahme von monastischen Praktizierenden empfunden, die eigens für dieses Retreat aus Plum Village angereist waren. So wurden wir eine wahrhaft „multi-fold-Sangha“!

Was uns alle in unserer ganzen Vielfalt von Anfang an miteinander verband, ist unsere gemeinsame Praxis, unsere Liebe für den spirituellen Weg, für Thây!

„Be beautiful, be yourself“

Als Thây in der „question-&-answer-session“ auf dem Sommer-Retreat 2013 in Waldbröl von einer jungen Frau die Frage gestellt bekam: “ *Was macht eine Frau zu einer richtigen Frau, einen Mann zu einem richtigen Mann? (Wie) soll ich meine Kinder geschlechtsspezifisch erziehen?*“ war Thay einen Moment still, schaute dann die junge Frau lächelnd an und die ersten Worte seiner Antwort waren schlicht und klar: *“Be beautiful – be yourself!“* Wir haben uns diesen Ausschnitt aus seiner Antwort gleich am ersten Morgen gemeinsam angeschaut und uns von Thâys wunderbarer Antwort, in der seine unermessliche liebevolle Güte und sein weiter, nicht-diskriminierender Geist zum Ausdruck kommen, berühren und ermutigen lassen. Dieses Mantra war auch das Motto unseres Retreats; es hat uns in unserem individuellen So-Sein bestärkt und uns eingeladen, unsere Einzigartigkeit bei gleichzeitiger Verbundenheit anzuerkennen, die Schönheit in mir und meinem Gegenüber zu sehen und wertzuschätzen. Getragen von unserer gemeinsamen Praxis entstand schnell eine Atmosphäre, die von Wohlwollen, Akzeptanz und einer großen Offenheit und Leichtigkeit geprägt war.

Mir wurde in diesem Retreat einmal mehr bewusst, wie viele Praxiselemente Thay uns an die Hand gegeben hat, um unseren Schmerz und unsere Freude gleichermaßen zu umarmen. Wir praktizierten tiefes Zuhören und Sprechen von Herzen (immer wieder auch in Zweier- oder Dreiergruppen), teilten Stille und Meditationen miteinander, praktizierten täglich gemeinsam mit der großen Sangha Gehmeditation, sangen abends zusammen Lieder, die uns in einen tiefen Frieden führten. Eine besondere Erfahrung war für viele von uns die Praxis der drei Erdberührungen, in die wir auch unsere LGBTIQ+ Vorfahren und die weltweite Community mit einbezogen. Der „open space“ am zweiten Nachmittag gab allen die Möglichkeit, persönliche Anliegen einzubringen oder auch spezielle Fähigkeiten anzubieten und wurde mit viel Freude und Kreativität angenommen. So bildeten sich mehrere Gruppen mit unterschiedlichsten Themen wie zum Beispiel „Transgender“, „Erarbeiten von Vorschlägen für Plum Village bzgl. (noch) mehr Inklusion“, „Regenbogenfamilien“ und „Schnellkurs in Vietnamesisch“. Unsere Freude nährten wir vor allem mit (häufigem!) gemeinsamen Singen, Kreistänzen am Lotusteich und einer langen Wanderung zur Brölquelle. Und natürlich zum Abschluss mit einer informellen, sehr lebendigen Teezeremonie, in der wir noch einmal mit all unseren unterschiedlichen Talenten das Leben feierten!

Dankbarkeit

Viele von uns haben dieses Retreat als ein großes Geschenk empfunden, weil es uns einen urteilsfreien geschützten Raum bot, in dem wir angstfrei mit unserer „andersartigen“ sexuellen Orientierung oder Geschlechtszugehörigkeit präsent sein konnten. Für einige war es das erste Mal, dass sie sich in einer größeren Gruppe geoutet haben und aus ihrem wohlgehüteten Versteck herausgekommen sind – begleitet von tiefem Schmerz und gleichzeitiger großer Erleichterung. Unser Zusammensein im Geiste der Praxis gab uns die Möglichkeit, „be beautiful, be yourself“ als authentischen Selbstausdruck zu leben und gleichzeitig Verbundenheit und Zugehörigkeit zu erfahren. Viele teilten in der Abschlussrunde, dass sie sich selten so frei und entspannt in einer Gruppe gefühlt haben. Die große Diversität der Teilnehmenden ermöglichte uns, tiefer in unser eigenes „Schubladendenken“ zu schauen und uns in unserem gemeinsamen Menschsein jenseits von Konzepten zu begegnen.

Trotz zunehmender Bekanntheit und Akzeptanz in der Öffentlichkeit haben viele von uns Diskriminierung in Familie, am Arbeitsplatz oder auch in religiösen Gruppen erlebt und – oft unbewusst – sehr feine Antennen dafür entwickelt, wo unsere Offenheit bedrohlich werden könnte. Auch in Deutschland ist es noch nicht lange her, (und in vielen Teilen der Erde ist es das immer noch) dass es lebensbedrohlich war! Umso wunderbarer ist es, dass dieses Retreat an einem Ort wie Waldbröl stattfinden und dadurch ein weiterer Schritt Richtung Heilung und Transformation seiner dunklen Geschichte geschehen konnte.

Im Namen von uns allen: Danke an das EIAB, an alle Nonnen und Mönche, die diesen Platz mit ihrer täglichen Praxis halten und uns mit offenen Armen empfangen haben!

Während ich diese Reflektionen schreibe, klingt immer wieder das Plum Village Lied in mir nach:

„We are all the leaves of one tree
We are all the waves of one sea
We are all the stars of one sky.
The time has come for all
to live as one:“

Mögen alle Wesen ihr Einssein erkennen – jenseits aller Formen und Farben!

Margret de Backere
(True Function of Awakening)

„Das benötigen Sie für Ihre Reise“,

mit diesen Worten schenkte mir ein buddhistischer Mönch einen Stein. So träumte ich kurze Zeit nach meinem Besuch des zenbuddhistischen Truc Lam Tay Thien Tempels in Vietnam. Gemeinsam mit meinem Kollegen von der Clear Lake Universität in Houston war ich nach Vietnam gekommen, um Aufbaustudenten zu besuchen. Eine Familie lud uns ein, diesen Tempel zu besuchen. Es folgten weitere Besuche im Tempel und einer der Mönche erwähnte das Europäische Institut für Angewandten Buddhismus (EIAB) in Waldbröl, Deutschland.

Auf einer Reise von den USA, wo ich lebe, zu Mitgliedern meiner Familie in Europa besuchte ich das EIAB, wo ich erfuhr, dass Dr Do einen Kurs in östlicher Medizin – Akupunktur und Kräutermedizin – anbietet.

Prof. Trong Le Do verwirklichte mit dem Angebot dieses Kurses in östlicher Medizin einen Traum von Thich Nhat Hanh. Mein Interesse konzentrierte sich auf Hai-Thuong Le Hu´u Trac (1720 – 1792), der oft als Vater der traditionellen vietnamesischen Medizin bezeichnet wird.

„Ich bin in meinen goldenen Jahren, soll ich damit noch beginnen?“ zögerte ich. Aber ich entschied mich, meinem Herzen zu folgen und darauf zu vertrauen, dass dies genau der richtige Augenblick dafür sei. Meine Reise in östlicher Medizin erlebte ich als Fortsetzung indigener Heilungsmethoden, die ich von verschiedenen eingeborenen amerikanischen Medizinleuten erhalten hatte. Mein Pfad führte mich zu einem Programm, das die traditionellen und angestammten Werte der Meditation, des Qi Gong und der Heilpraxis des Buddhas in sich vereinte. Dr Do nahm mich in das Programm auf. Daher reiste ich vier Mal zwischen den USA und Waldbröl in Deutschland hin und her. Ich lernte Ärzte und Therapeuten aus Portugal, Frankreich, Brasilien, Deutschland und aus den Niederlanden kennen, die ebenfalls kamen um zu lernen.

Der Unterricht und die Anleitung durch Dr Do eröffnete einen Weg der Heilung für meine Fibromyalgie, einer Krankheit, die ich seit meinem siebten Lebensjahr hatte. Die westliche Medizin hat noch keine Heilungsmethode für diese Krankheit gefunden. Meine Abschlussarbeit für die Prüfung wurde eine Selbststudie, die eine Behandlung mit vielen Facetten beschreibt. Sie beinhaltet Dr Dos Methode und wie ich auf der Stelle mit seiner Akupunkturmethode positive Resultate erzielte.

Dr Do entwickelte eine einzigartige Behandlung, die sich vor allem auf die Wurzeln der Krankheit bezieht – Milz, Leber und Nieren – und ein allgemeines Gleichgewicht erschafft. Wir studierten auch die alte Kräutermedizin. Die Behandlung von Patienten an den Kurswochenenden führte dazu, dass ich dieser Methode vertraue. Patienten mit verschiedenen schweren Krankheiten, darunter Krebs, Parkinson und Multiple Sklerose erfuhren Hilfe.

Meine Abschlussarbeit regt eine über die strengen Grenzen der Wissenschaft hinausgehende Integration an. Wovon ich spreche und worauf ich hinweise, dass sind die Naturgesetze. Einige dieser empfohlenen Heilmethoden sind Akupunktur und Kräuter, die Heilung durch eine Erhöhung der Sauerstoffzufuhr in den Muskeln und das tägliche Ansprechen der Meridiane durch Qi Gong, Meditation, Achtsamkeit und Atemarbeit.

Ich lebe in Montana und ich hoffe, zu einem Dialog zwischen der Naturwissenschaft der indigenen Völker, westlicher Wissenschaft und dem östlichen Ansatz der Medizin beizutragen. Wir müssen lernen, miteinander zu reden und voneinander zu lernen, um Fortschritte in der Heilung des Körpers zu erzielen. In den USA lehrt Zintkala Oyate, ein Lakota Medizinmann, über das „Oceti Wakan“, das heilige Feuer. Wir müssen es wie das Herz des Buddhas zum Wohle der nächsten Generation pflegen.

Ich fand Heilung auf diesem Pfad von Akupunktur und Kräutermedizin und wurde so zum ersten Schüler dieser Schule und ihrer Lehren im Mai 2018.

Dr Do K

Die niederländische Sangha und das EIAB

Im Herbst 2009 besichtigte die Leitung der niederländischen Stiftung `Leven in Aandacht´ (Leben in Achtsamkeit) das neue EIAB in Waldbröl. Alles war sehr neu und frisch. Uns bewegte eine große Frage: Sollte Thay jetzt wo, das EIAB existierte, noch einmal die Niederlande besuchen? Im Frühling des Jahres hatten wir ein sehr großes Retreat mit Thay in Arnhem und auch einen öffentlichen Vortrag in Den Haag.

Die Antwort war klar: Von nun an würde Thay das EIAB jedes Jahr zu einem niederländischen Retreat besuchen und wir könnten die Nonnen und Mönchen des EIAB (zu jener Zeit waren es nur einige wenige) bei der Organisation unterstützen. So begannen wir im Jahr 2010 mit dem ersten Retreat in niederländischer Sprache in Waldbröl. Von diesem Zeitpunkt an wuchs unsere Beziehung zur monastischen Gemeinschaft des EIAB. Jedes Jahr gab es dieses große Retreat. In den letzten Jahren organisierte der monastische Ozean das Retreat eigenständig; aber wir unterstützen sie immer noch bei der Werbung und beim Anmieten von Bussen für die Fahrt der niederländischen TeilnehmerInnen von Holland nach Waldbröl.

Und im Gegenzug kamen die Nonnen und Mönche nach Holland und Belgien herüber, um das Dharma zu lehren. Bruder Phap Xa und weitere Nonnen und Mönche besuchen unsere Länder jedes Jahr zu Tagen der Achtsamkeit und im Jahr 2014 begannen sie damit, viertägige Retreats anzuleiten.

Teilnehmerinnen aus den Niederlanden haben ihren Weg ins EIAB gefunden und nehmen an Kursen und Retreats teil. Sie bilden eine der größten Besuchergruppen des EIAB.

Gleich von Anfang an, hat sich das EIAB auch mit der niederländischen Wake Up-Gruppe verbunden. Nonnen und Mönche leiten die jährlichen Sommer- Retreats für junge Menschen in Maanhoeve in der ländlichen Provinz Drenthe an. Junge Menschen vom niederländischen Wake Up sind regelmäßig zu Gast im EIAB.

Es entstand noch eine weitere Tradition: im frühen Frühling kommen Nonnen und Mönche zu einem Kurzurlaub in die Niederlande, vor allem in das Vriendenhuis. Hier können sie sich ausruhen und die blühenden Birnbäume oder die alten Städte Amsterdam und Utrecht besuchen.

So gibt es verschiedenartige Möglichkeiten, einander zu treffen, zusammen zu arbeiten und uns gemeinsam am Leben zu erfreuen.

Für die niederländische Sangha

Cilia Galesloot
Marjolijn van Leeuwen

Liebe Sangha!

Ich erfuhr durch einen Fernsehbericht im WDR Anfang 2013 von der Existenz des EIAB und etwas wurde wachgerufen, das schon seit einigen Jahren in mir schlummerte. Ich wusste vorher nichts über Thay und kaufte mir einige seiner Bücher. Schnell wurde mir klar, daß ich zum Sommerretreat 2013 gehen wollte und meldete mich an. Es kam mir dann alles etwas fremd vor, da ich die Strenge anderer Meditationsretreats gewohnt war und ich praktizierte größtenteils für mich selbst, da ich in einer sehr leidvollen und hoffnungslosen Stimmung angekommen war. Die Stimmung im Zelt war sehr intensiv und ich genoß die angeleiteten Meditationen, die Dharma Talks, das leckere Essen und den Austausch in den Familien. Es war, glaube ich, sehr förderlich, daß ich nichts wirklich wollte und mit ganzem Herzen praktiziert habe, denn dieses Retreat hat mir praktisch ein neues Leben geschenkt.

Ich kann den Moment ziemlich genau beschreiben. Es war kurz vor Ende des Retreats und ich machte eine Gehmeditation hinter dem Haupthaus. (Es hat mit meiner Familiengeschichte zu tun und der unschönen Scheidung meiner Eltern zu tun, als ich 15 Jahre alt war.) Auf einmal sah ich vor meinem geistigen Auge, daß meine Mutter mir schon seit Jahren die Hände entgegenstreckt hielt, um mir zu helfen. Ich sah meine Wahnvorstellung, daß ich mich gegen sie schützen müsse und ich hatte das tiefe, befreiende Gefühl, daß dort niemand ist, der zu schützen sei. Besser kann ich es leider nicht in Worte fassen,

aber alldas passierte gefühlt in einer Sekunde. Auf jeden Fall kam dann das befreiende Weinen, auf das ich schon seit Jahren gewartet hatte und vieles in mir geriet in Bewegung.

Eine der Schwestern beruhigte mich vor dem großen Zelt und sagte genau die richtigen Worte zur richtigen Zeit. Lange habe ich darüber nachgedacht, was in dem Moment passiert ist und letztlich glaube ich, daß ich durch die Praxis im Lichte der Achtsamkeit diese ganzen hinderlichen, falschen Glaubenssätze erkennen und sie endlich loslassen konnte. Ich habe danach mit meiner Mutter telefoniert und sie hat mich sofort gefragt: Was ist los mit Dir? Wir haben auf ganz anderer Ebene wieder zusammengefunden und sind dann 6 Tage zusammen in Urlaub gefahren, was vorher nicht möglich gewesen wäre.

Ich bin mir sicher, daß diese Veränderung nur mit der Kraft der Gemeinschaft im Sommerretreat möglich geworden ist und das mir ein Moment der Gnade zuteil geworden ist. So bin ich Euch, liebe EIAB-Sangha, lieber Thay, unendlich dankbar und werde es immer sein. Dankbarkeit ist seitdem eine große Kraft in meinem Leben geworden und Ich glaube in den Zeiten, in denen die Vereinzelung der Menschen immer stärker um sich greift, können wir die Gemeinschaft, die im EIAB gelebt wird, und ihren Wert für die heutige Gesellschaft garnicht hoch genug einschätzen. Ich wünsche Euch alles nur erdenklich Gute! Mögen wir alle in Weisheit und mit Mitgefühl leben. Mögen wir alle die heilende Kraft der Dankbarkeit erfahren.

DANKE

Nils Schmalenbach

Öffne die Türen zu Deinem Herzen

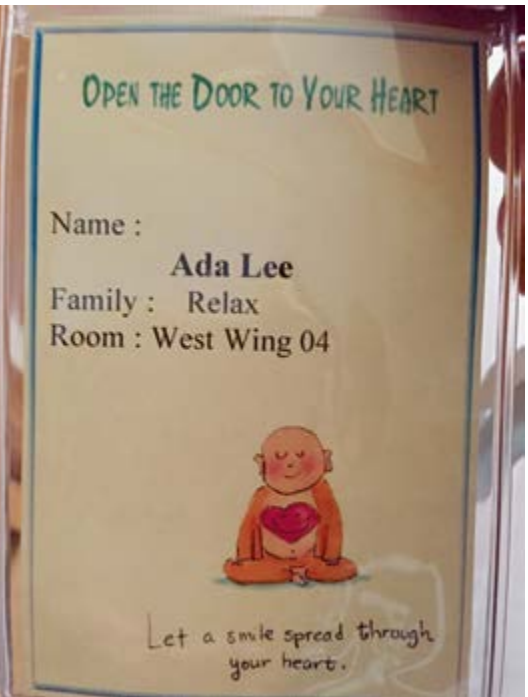
Seit einigen Jahren hatte ich den Wunsch, in Hongkong ein Retreat mit Thay Phap An zu besuchen. Dieser Wunsch war durch vorangegangene Begegnungen mit Thay Phap An entstanden. Darunter waren auch ein Tag der Achtsamkeit gewesen, Dharma-Vorträge und Qi Gong-Übungen, die er bei einem Aufenthalt hier in Hongkong angeleitet hatte. So war ich auch freudig überrascht, als ich ihn im letzten Sommer bei meinem ersten Besuch im internationalen thailändischen Plum Village Praxiszentrum antraf.

Alle Bedingungen, um vom 14.–18. März 2018 an einem Retreat mit Thay Phap An im Lotusteich Tempel in Hongkong zum Thema "Öffne die Türen zu deinem Herzen" teilzunehmen, waren erfüllt. Dieses Thema erinnerte mich an seinen Dharmavortrag am gleichen Ort mit dem Titel "Achtsamkeit des Öffnens und Schließens der Türen im Öffnen und Schließen der Türen" vom 26. April 2015. Obwohl dieser Dharmavortrag schon vor drei Jahren stattgefunden hatte, waren die Einsichten noch lebendig und wichtig – und besonders angemessen für Hongkong, einen Ort, der bekannt ist für seinen sehr schnellen Lebensrhythmus. Bitte erlauben Sie mir, etwas zu diesem Dharmavortrag zu sagen, bevor ich von meinen Erfahrungen Im Retreat des Jahres 2018 berichte.

Thay Phap An begann seinen Dharmavortrag mit der Anekdote über eine Tür, die im EIAB zur Meditationshalle führt, und die immer wieder repariert werden musste, weil die Menschen nicht daran dachten, sie ordnungsgemäß zu schließen, nachdem sie hindurchgegangen waren. Um das Problem zu lösen, brachte Thay Phap An Zettel mit verschiedenen Aufschriften und Zeichen

an der Tür an mit der Botschaft: „Bitte schließen Sie die Tür sorgfältig."

Diese Geschichte über eine Tür erinnert uns an eine unserer geistigen Gewohnheiten: Unser Geist beendet niemals die Handlungen/Dinge, die wir begonnen haben. Immer wieder gibt es andere Themen, die unsere ursprüngliche Absicht, unsere Aktivität abzuschließen, durchkreuzen. So bewegen wir uns dann und dann in unterschiedliche Richtungen. Indem wir uns eine Ausrichtung auf das Neue geben, verbleibt jedoch ein Energie-Rückstand in unserem Unterbewussten, der sich aus unserer unbeendeten ursprünglichen Intention bildet. Dieser Rückstand meldet sich von Zeit zu Zeit in uns. Wenn ich die Tür öffne, ist mein Geist nicht auf die Tür ausgerichtet, sondern beispielsweise auf die Meditationshalle oder die bevorstehende Meditation. Zu glauben, Meditation beginne auf dem Sitzkissen, ist nach Thay Phap An´s Ansicht eine falsche Sichtweise von Meditation. Es bedarf der „Achtsamkeit auf eine Handlung in der Handlung" um eine Handlung zu vervollständigen – die Anwendung dieser Aussage geht weit über die Grenzen der Sitzmatte hinaus. Ein Beispiel ist die Achtsamkeit auf den Körper im Körper: Wenn wir Dinge mit unserem Körper tun, es mit vollem Gewahrsein zu tun und dem Körper zu erlauben, die Handlung zu beenden. Ein Gegenbeispiel, das ebenfalls eine unsere geistigen Gewohnheiten beschreibt, ist es, während einer Handlung mit unseren Gedanken durch Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu irren und diese miteinander zu vergleichen. Wenn wir das tun, dann ist unser Geist nicht präsent in dem, was wir tun.



„Unser Leben zu leben ist wie das Abbrennen einer Kerze," sagte Thay Phap An. Bei einigen Kerzen bleibt nichts über, da der Prozess des Abbrennens vollständig abgeschlossen wurde. Dieses Bild steht für die Menschen, die vollständig und aufmerksam gelebt haben. Ein Leben in voller Aufmerksamkeit ermöglicht Befreiung und Glück.

Im Folgenden sprach Thay Phap An über Jana, einen Pfad, den der Buddha durchschritt und dabei vier Prozesse entdeckte:

1. Prozess: Hineinsinken (Transformation der Energie vom Denken zum Empfinden unseres Körpers)
2. Prozess: Synchronisation zwischen Körper und Geist
3. Prozess: Achtsamkeit in Gleichmut oder Entstehung der Energie des Mitgefühls (tiefe Liebe)
4. Prozess: Gegenwart von Liebe (Das was ist als Teil des Lebens annehmen) oder Zustand der Todlosigkeit, bei dem die Raum-Zeit-Dimension im Hier und Jetzt kollabiert.

Bei dem ersten Dharmavortrag im Frühlingsretreat 2018 „Öffne die Tür zu deinem Herzen", berichtete Thay Phap An, dass Thay sich für ein Retreat ein „angemessene Art des Lehrens" wünsche. Das Grundbedürfnis unserer Zeit liegt in der Wiedergutmachung der Isolation und Einsamkeit, die aus dem Aufbauen oder der Verteidigung des Selbst einhergehen. Daher ist es wichtig, die Fähigkeit zu entwickeln, zu uns selbst zurückzukehren, wahrzunehmen, was um uns herum geschieht und uns nicht an äußere Ereignisse zu verlieren. Diese Fähigkeit ist die Energie der Achtsamkeit. Wir müssen lernen, uns zu entschleunigen, indem wir die Achtsamkeitsübungen praktizieren. Indem wir diese praktizieren, erschaffen wir eine Grenze, mit deren Hilfe wir lernen können, uns von dem Sog der Dinge zu befreien. Durch die Praxis der Leere, wenn unser Geist nicht gefangen ist von einem bestimmten Objekt, könnten wir entschleunigen.

Ich bin mir sehr wohl dessen bewusst, dass meine Zusammenfassung der Äußerungen von Thay Phap An möglicherweise nicht präzise ist. Ich habe sie

wiedergegeben, weil sie mich auf und nach dem Retreat stark beeinflussten. In der Woche vor dem Retreat befand ich mich in einem der „Achtsamkeit einer Handlung in einer Handlung“ genau entgegen gesetzten Haltung. Ich war im „Multi-Tasking-Eilzustand“ mit mehreren Aufgaben, die mich sehr beanspruchten. Als ich dann endlich zum Retreat gehen konnte, fühlte sich mein Geist an, als hätte ich lange Zeit im Handstand gestanden. So war es ein wirkliches Geschenk, als ich bei der Anmeldung in die Dharma-Familie „Entspanne Dich“ aufgenommen wurde.

„Diskurs über das Dharma-Siegel“ („Dharma-Siegel“ lautet der Dharma-Name von Thay Phap An) war das Thema des Dharmavortrages am zweiten Tag des Retreats. Die Hauptbotschaft beruht in der Erkenntnis, dass „das Leben ein Prozess (des Werdens) ist, obwohl der Mensch als Folge der Sprache die starke Tendenz hat, Vorstellungen zu verfestigen und an abstrakten Konzepten (Form) anzuhaften, wenn er etwas sieht/zu wissen glaubt. Im Dharmavortrag am dritten Tag erklärte Thay Phap An, dass das Verfehlen des Verstehens des wahren Kerns im „Diskurs über das Dharma-Siegel“ als eine besondere Form des Leidens bezeichnet wird. Ein Ende dieses Leides finden wir durch die Praxis der Drei Tore der Befreiung: Leerheit, Zeichenlosigkeit, Wunschlosigkeit. In den weiteren Dharmavorträgen dieses Retreats teilte Thay Phap An Beispiele aus seinem Alltagsleben in Bezug auf die Drei Tore der Befreiung und unterschiedliche Schlüssel für jede der fünf Daseinsgruppen.

Mir ist entfallen, warum ich vor einem dieser Dharmavorträge vergessen hatte, mein Mobiltelefon auszuschalten. Mitten im Vortrag erhielt ich eine Email-Anfrage in Bezug auf einen von mir gestellten Antrag für ein Stipendium. Als sei er vorprogrammiert gewesen, begann mein Geist sofort mit der Formulierung einer Antwort auf diese Email. Mir wurde bewusst, dass ich nicht länger den Ausführungen von Thay Phap An folgen konnte – meine gesamte Energie wurde von dieser Mail auf meinem Mobiltelefon aufgesogen. Ich hatte mich an diese Anfrage verloren und hatte kein Gewahrsein mehr für das, was um mich herum geschah. Ich entschied mich jedoch, diese Reaktion zu unterbrechen, mich von diesem Objekt zu lösen und wieder dem Dharmavortrag zu folgen. Dies war mein persönlicher Einblick in Zeichenlosigkeit in diesem Retreat.

Vom zweiten Tag des Retreats an begann die Sonne zu scheinen und so begann ich, gemeinsam mit Mitgliedern meiner Dharmafamilie Laub zu fegen. Obwohl mich dazu niemand antrieb, fegte ich so angestrengt, dass ich an meinem Daumen eine Blase bekam. Auf eine witzige Weise schien sie mir zu sagen: „ Du musst diese Arbeit wohl noch lange machen, denn du hast noch nicht die richtige Art des Laubfegens gefunden – den Entspannungsmodus!“

Während des Retreats sagte Thay Phap An zu uns: „Bleibt nicht in Vorstellungen davon gefangen, wie ein Dharmavortrag sein sollte.“ Beim Schreiben dieses Artikels habe ich mich darum bemüht, nicht in Vorstellungen gefangen zu bleiben, wie ein Bericht über ein Retreat zu sein hat. Ich habe sogar noch nie zuvor einen Artikel über ein Retreat gelesen. Ich habe nur mit der Motivation geschrieben, erinnerungswürdige, tragfähige und nährende Momente aus meinen Begegnungen mit Thay Phap An in den zurückliegenden Jahren zu teilen.

Ada Lee, Hong Kong,
Mai 2018

Kein Kommen, kein Gehen

Je mehr wir von einer Idee gefangen sind, desto weniger sind wir in Kontakt zur Wirklichkeit

Als das Europäische Institut für Angewandten Buddhismus eröffnet wurde, begannen einige von uns, es zu idealisieren und in unserem Geist unser eigenes „EIAB“ zu konstruieren, so wie wir es in die wirkliche Welt hinein projizierten.

Zu dieser Zeit arbeitete ich als Unternehmensberater. Als ich erfuhr, dass das EIAB Unterstützung bei der Organisation seiner Präsenz in Deutschland benötigte, bot ich meine Hilfe an in der gar nicht so geheimen Überzeugung, besser zu wissen, wie östliche Weisheit und westliche Effizienz zu integrieren sind.

Mein Geist war voller Theorien, meine Tasche voller Werkzeuge und mein Computer voller Schemata, Statistiken und graphischen Darstellungen. Eifrig interviewte Federico, der Berater die Bewohner des EIAB, um die „Essenz“ des Instituts zu erfassen, seine Corporate Identity, sein Innerstes ... und bildete bereits Hypothesen für geniale Lösungen aller herausgefundener „Probleme“!

Aber im EIAB war keine „Essenz“, keine „Identität“ , kein geschäftsführendes Vorstandsmitglied (CEO), kein Businessplan, kein Leitbild zu finden. Und kein „Problem“. Die Nonnen und Mönche blieben bei ihren Antworten wie z.B.: *„Entschuldigung, wir haben keine Statistiken, keine Schaubilder ... Möchtest Du eine Tasse Tee?“* Oder: *„Wir wissen, das EIAB wird wie ein Baum im Wald wachsen, aber wir wissen nicht, welche Äste kräftiger wachsen und welche vertrocknen und abfallen werden. Wir benötigen nur mehr Nonnen und Mönche, die hier leben und unsere Praxis unterstützen...“*

Die spirituelle Praxis war wirklich eine ganz andere Sache als der akademische Lehrplan!

Immer noch das Scheitern des Projektes befürchtend und keine Änderung in die erwünschte Ausrichtung erkennend, gab Federico, der Helfer frustriert auf. Voller Groll saß er auf einer Bank in Waldbröl, als Thay Phap Tri mit voller Absicht vorsichtig, fest und ohne Worte auf seinen Fuß trat und lächelnd davonging.

Mit einem Blitzschlag verschwanden Frustration, Erwartungen und Modelle: Nur eine kleine Gruppe hart arbeitender Nonnen und Mönche blieben zurück, zusammen mit Thays Vision und einem riesigen Gebäude mit dramatischer Geschichte, mit 2.500 Jahren buddhistischer Praxis und Studien, mit blühenden Bäumen und frischer Luft.

Seit diesem Augenblick wurde sich auch Federico langsam, langsam des wirklichen EIAB und seiner mächtigen Aufgaben bewusst:

1. Transformation in Organisationen, Firmen und Familien ist möglich, wenn zuerst die Individuen die Möglichkeit haben, sich zu transformieren. Das EIAB bietet uns allen ein frisches, stabiles, klares Praxiscenter an, um uns von Grund auf zu transformieren.
2. Wir benötigen eine Pause: Wir müssen innehalten, wenn wir zu viel denken, uns zu viele Sorgen machen. Wir benötigen stille, geschützte Bereiche, eine Glocke und gute Ernährung. Das EIAB bietet diese Nahrung an.
3. Wir müssen MEO´s trainieren, geschäftsführende Vorstandsmitglieder für Achtsamkeit. Wir brauchen frische, glückliche und überzeugte MEO´s in jeder Firma, Organisation oder Schule, in jedem Krankenhaus und in jedem Gefängnis. Wir müssen tiefes Zuhören und liebevolles Sprechen lernen, um unsere Besprechungen und unsere Kommunikation zu unterstützen. Im EIAB können wir dieses üben.
4. Wir müssen unsere Praxis über die Zeit hinweg stabil halten. Wir brauchen den Glockenturm des EIAB so wie ein Schiff in dunkler Nacht einen hell strahlenden Leuchtturm benötigt.

Glückliche Fortsetzung!

In Dankbarkeit für Thay, alle unsere Vorfahren und alle Schwestern und Brüder, die bereits auf dem Pfad sind oder noch nicht.

Federico

Retreat für OI-Mitglieder und DharmalehrerInnen April 2018

Ein Bericht von Eduardo aus Argentinien

Lieber Thay, liebe Sangha,

Kurz vor Weihnachten erhielt ich eine Email aus Plum Village mit der Botschaft, dass Schwester Annabel im April 2018 im EIAB ein Retreat für Mitglieder und DharmalehrerInnen des Intersein-Ordens anbieten würde. Für mich war dies ein Weihnachtsgeschenk; daher meldete ich mich ganz schnell an und buchte mein Flugticket. Es war meine erste Reise zum EIAB, das ich schon seit langem kennenlernen wollte und eine ganz besondere Gelegenheit, Sr. Annabel zuzuhören, einer Lehrerin, die mein Herz berührt.

Der Kurs war zweigeteilt, der erste Teil für Mitglieder des Intersein Ordens, der zweite für Dharmalehrer und Dharmalehrer-AnwärterInnen. Diejenigen Mitglieder des Interein-Ordens, die wie ich nicht Dharmalehrer sind, waren auch zu den Dharmavorträgen des zweiten Teils eingeladen. Ich lebe in Buenos Aires, Argentinien; solche Gelegenheiten sind für mich ein seltenes Privileg und daher buchte ich ohne Zögern beide Teile des Kurses.

Vier Monate später betrat ich ein Lufthans-Flugzeug und kam nach einem vierzehnstündigen Flug in Frankfurt an, wo ich einen Zug über Köln nach Schladern nahm. Während ich dort auf ein Taxi wartete, genoss ich im Bahnhof ein wundervolles Stück Erdbeerkuchen. Alles – ausgenommen vom Erdbeerkuchen – stand in den präzisen Reisehinweisen auf der EIAB-Website.

Nach zwölfminütiger Fahrt hielten wir vor einem eindrucksvollen Gebäude an. Der Fahrer bestätigte die Adresse, ich stieg aus und sah ein Schild mit der wunderbaren Kalligraphie: „I have arrived – I am home“ und ich atmete das schöne Gefühl zuhause zu sein wahrnehmend, einige Male tief ein und aus. Dieses Gefühl bekomme ich immer, wenn ich eine der Sanghen oder eines der Klöster des Intersein-Ordens erreiche.

Dieses Institut ist anders und zugleich genau wie die Klöster in dieser Tradition, zu denen wir gewöhnlich gehen. Es ist andersartig, weil es mitten in einer kleinen Stadt liegt. Man kann die zwei- oder dreistöckigen Nachbarhäuser sehen; eine Tankstelle und der Supermarkt liegen nur wenige Hundert Schritte entfernt vom Hauptgebäude. Aber die friedvolle und nährende Energie, die das Institut umgibt, ist die gleiche Energie, die wir beim Besuch irgendeines der Plum Village Klöster empfinden. Wir können uns wirklich zuhause fühlen, es gibt nichts zu reden oder zu unterscheiden. Gemeinsam sind wir eins.

Der Kurs begann. Ich hatte viele TeilnehmerInnen erwartet, aber wir waren nur eine kleine Gruppe mit ein wenig mehr als einem Dutzend Mitglieder des Intersein-Ordens aus verschiedenen Ländern: Niederlande, Deutschland, Frankreich, Italien, Schweiz, Israel, USA und Argentinien. Welch ein Privileg, Sr. Annabel´s Vorträgen in einer solch vertrauten Umgebung zuzuhören. Wir fühlten einander so nahe wie eine Gruppe von alten Freunden, die diese wunderbaren Vorträgen zuhause im Wohnzimmer hören. Ich fühlte mich zugleich aber auch ein wenig nervös. Das Thema des Vortrages „Haben wir den Buddha falsch verstanden?“ ist eine wirklich starke Frage.

Sr. Anabel´s Vorträge waren extrem klar, tief, friedvoll und lebendig. Dennoch empfand ich das von ihr angesprochene Thema als so fern von mir. Ich fragte mich, ob ich zu einer solchen Reise bereit bin. Zum Glück teilte Sr. Anabel ihre eigene Erfahrung mit uns, dass sie viele Male, wenn sie den Dharmavorträgen von Thay gelauscht und den Raum wieder verlassen hatte, sich nicht an ein einziges Wort erinnern konnte, sich aber dennoch als eine andere Person erlebte und transformiert wurde. Ich bin für diese Ausführungen sehr dankbar, denn ich erlebte es auf die gleiche Weise. Aufmerksam in der ersten Reihe sitzend und alles empfangend, was gesagt wurde, hörte ich jedem Vortrag konzentriert zu. Und dennoch fühlte ich mich oft unfähig, all diese Informationen zu verarbeiten. Wenn ich diese Unfähigkeit empfand, gab ich jeglichen Kampf auf, bat meinen intellektuellen Geist, sich neben mich zu setzen und hörte mit dem Herzen weiter zu. Wenn ich danach den Raum verlies, fühlte ich mich wirklich verwandelt.

Aber der Kurs fand nicht nur in dem Raum statt, in dem die Dharmavorträge gehalten wurden. Alle Bedingungen während unseres Aufenthaltes sandten eine Einladung, den Nektar der Wirklichkeit zu schmecken. Die Sitzmeditation am frühen Morgen, die anschließenden Körperübungen, die uns auf die erste Mahlzeit des Tages vorbereiteten. Das Durchschreiten der langen Korridore, das Treppen Auf- und Absteigen, das achtsame Öffnen und Schließen der schweren Türen – all das war eine Einladung die Energie zu berühren, die von jenen stammt, die diesen wunderbaren Pfad für uns eröffneten.

Was soll ich über die Dharmavorträge schreiben, die uns Sr. Anabel jeden Tag liebevoll anbot? Ihrer Erläuterung der Lehren des Buddhas zuzuhören, führte uns gefühlt 2.600 Jahre zurück in den Bambuswald nahe Rajagriha und am folgenden Tag in den Deer Park nahe Varanasi auf eine gemeinsame Almosenrunde.

Später standen wir im Kreis und sangen gemeinsam: „Happiness is Here and Now“ und nach unserer Gehmeditation, auf der wir uns an den Wundern des Frühlings erfreuten, gingen wir zum Speisesaal. Das Mittagessen war eine kostbare Gelegenheit, das wundervolle Geschenk auf unserem Teller zu kontemplieren und uns in Stille an der Gegenwart der gesamten Sangha zu erfreuen, die zusammen saß und Körper und Geist nährte.

Sr. Annabel´s Vorträge waren so tief und lebendig. Mit blitzartiger Geschwindigkeit konnten wir vom Samsara zum Nirvana reisen, vom alten Indien, wo der Buddha eine Gruppe von Brahmanen unterrichtete zum gegenwärtigen Augenblick im EIAB, in dem Sr. Anabel uns ein klares Beispiel ihrer persönlichen Erfahrungen wirklicher Verwandlung des eigenen Leidens gab.

Ich habe auch meine Wanderungen in den Wäldern der Umgebung sehr genossen, der Boden von braunen Blättern bedeckt, die Äste der Bäume mit ihren neuen Sprossen. Und warum nicht, auch das Eis im italienischen Café auf der Hauptstraße von Waldbröl, zu dem uns einer unserer monastischen Brüder eingeladen hatte.

Nach Hause zurückgekehrt, bin ich nicht mehr derselbe. Und ich weiß auch, dass es kein Kommen und kein Gehen gab.

Der große Glockenturm, die Dharmavorträge, Sr. Annabel, die Nonnen und Mönche des EIAB und meine neuen Freunde auf dem Pfad, sie sind alle in mir und ich bin in ihnen.

In Dankbarkeit
Mit einem Lächeln und einer Verbeugung

Eduardo – True Silent Happiness

Achtsamkeit mit Tieren

„Tiere sind unsere Schwestern und Brüder. Wir wollen unsere große Freude über das Zusammensein mit ihnen teilen und uns auch öffnen für ihr Leiden.“ Das war das Thema des Kurses, der vom 10.–13.5.18 im EIAB stattfand. Immer wieder wurden wir von Teilnehmerinnen aus anderen Kursen angesprochen: „Was macht Ihr denn in diesem Kurs?“

Was verbindet uns mit den Tieren, warum sind wir zu diesem besonderen Retreat gekommen? Schon die Anfangsrunde am ersten Abend war sehr berührend. Viele von uns hatten schon seit der Kindheit eine innige Beziehung zu Tieren. Manche arbeiten sogar therapeutisch mit Tieren, haben einen Therapiehund, oder Pferde und Schafe, die zur Heilung beitragen. Aber manche sind auch in der Stadt aufgewachsen, hatten als Kind große Angst vor Tieren und wollen nun eine neue Beziehung zu unseren Brüdern und Schwestern aufbauen. Bruder Phap Tri erzählte, dass er als Kind in Vietnam Büffelhirte war. Manche sind gekommen, um ein Gegengewicht zu erfahren gegen das Leid der Tiere, das sie tief erschüttert und viel Kraft kostet.

Wir fuhren am nächsten Morgen mit Kleinbussen vom EIAB zu den Tieren von Alex und Marco. Wir genossen bei der Fahrt die Stille und ließen den Blick über das wunderschöne bergische Land schweifen.

Marco erzählte uns zur Einstimmung von den Tieren, die wir anschließend auf der Weide besuchten. Es sind Lamas, Schwarzkopfschafe und Heidschnucken. Sie leben auf einer großen Weide von etwa 3 ha, mit Wäldchen und Bachlauf. Es sind keine „Streicheltiere“, sondern Fluchttiere, erfahren wir. Deshalb sind wir gespannt, ob die Herde vor uns flüchtet – wir sind immerhin eine Gruppe von 15 Menschen – oder ob wir näheren Kontakt zu ihnen aufnehmen können.

Vor allem die Lamas sind eigenwillige, sensible und vorsichtige Tiere. Aber sie kommen neugierig her und folgen uns bei der Gehmeditation über die Weide. Bei einer geführten Meditation machen wir uns bewusst, dass wir lebendig sind – wie die Tiere. Dass wir ein Herz haben, Beine, dass wir atmen, Schmerzen und Freude spüren – genau wie die Tiere. Auf diese Weise entsteht eine tiefe Verbindung zu ihnen.

„Wozu haltet ihr die Tiere“, wird öfter mal gefragt. „Die Tiere hier haben keinen Nutzen. Sie sind einfach mit uns da und wir freuen uns an ihnen“, sagt Marco. Sonst werden Schafe in Europa fast nur noch wegen des Fleisches gehalten, berichtet er uns. Die Lämmer werden den Müttern weggenommen und geschlachtet. Die Mutterschafe müssen dann gemolken werden – die Milch wird weggeschüttet und nach dem Scheren wird auch die Wolle weggeworfen.

In der Mittagspause besuchen einige von uns die Alpakas, die auf einer anderen Weide stehen. Das sind domestizierte Kamele ohne Höcker, die in Peru vor allem wegen ihrer besonders feinen Wolle gezüchtet werden. Hier stehen sie ganz ohne „Zweck“ einfach glücklich auf der Weide. Bianca, das Fohlen, ist im Oktober letzten Jahres geboren

worden. Sie ist ganz weiß und sieht mit ihrer eigenwilligen Frisur ein bisschen aus wie ein Pudel.

Glücklich und im Schweigen steigen wir nach der Arbeitsmeditation und dem Tee mit Kuchen, den Alex für uns gebacken hatte, am späten Nachmittag wieder in unsere Kleinbusse und fahren schweigend zurück ins EIAB: Ein friedvoller, glücklicher Tag, den wir erleben durften.

Am nächsten Tag spricht Annabelle im Dharmavortrag darüber, warum die meisten von uns Tiere so lieben und wie wir mit dem entsetzlichen Leiden umgehen können, das den Tieren vor allem in der Massentierhaltung und bei Tierversuchen angetan wird. Im dritten Schritt erhalten wir vielfältige Anregungen, was wir tun können, um dazu beizutragen, dieses Leiden zu lindern.

Danach praktizieren wir auf der Weide die Erdberührung und verbinden uns mit den Tieren, mit unserem Land, seinen Vorfahren und Nachkommen: Mit den Tieren und Pflanzen, den Bergen und dem Wasser, die uns ernähren und erfreuen. Und wir lassen den Schmerz, der dem Land, den Tieren, den Pflanzen angetan wurde, abfließen in die Erde, die ihn aufnimmt und trägt und verwandelt.

Am letzten Tag schauten wir uns gemeinsam den Film „MediTiere“ an. Er hat alle sehr berührt. Man kann ihn auch auf Youtube anschauen. Er zeigt die Tierschutzstelle im `Meditationszentrum Felsentor´ in der Schweiz. Hier versorgt Schwester Theresia Tiere, die vor dem Schlachter gerettet wurden.

Wir alle konnten in diesen Tagen spüren, wie schön es ist, die liebevolle Verbindung zu Tieren, unseren Brüdern und Schwestern, zu pflegen. Und wie wichtig es ist, positive Samen zu wässern, um sich weiter freudvoll und ohne Bitterkeit oder Hass für das Wohl der Tiere engagieren zu können.

Antonia, 14 Jahre, schrieb nach dem Kurs:

„Das Retreat, Achtsamkeit mit Tieren, war sehr interessant und bedeutungsvoll für mich. Wir konnten einen Einblick in das Leben glücklicher Tiere werfen, die nicht für bestimmten Nutzen wie Schlachten gehalten werden. Auch habe ich viel Neues über das Verhalten verschiedener Tiere gelernt. Doch am meisten hat mich die Erfahrung beeindruckt, dass nicht nur ich die Tiere so liebe, sondern auch viele andere Menschen. Das war eine Gemeinsamkeit, die uns alle sehr verbunden hat. Es war ein sehr schönes Wochenende!“

Annabelle Zinser , True Fragrance of the Mindfulness Trainings,
praktiziert mit der Sangha Berlin-Hermsdorf

Marco Stromberg praktiziert
mit der Sangha Waldbröl

Uli Pfeifer-Schaupp, True Deep Meaning,
praktiziert mit der Freiburger Sangha

Französisch-sprachiges Retreat im EIAB

Begegnung mit dem inneren Kind

Als ich Thays Buch über das Innere Kind gelesen und seine zahlreichen Vorträge zu diesem Thema gehört habe, stellte ich mir die Frage, wie ich die Gegenwart des Inneren Kindes in mir konkret erfahren könnte. Wie könnte ich mich für den Ruf meines inneren Kindes öffnen und es in seinem Leiden unterstützen?

Beim Retreat des EIAB für Französisch-sprachige zum Thema der Begegnung mit dem Inneren Kind im Januar 2018 bot sich uns diese Gelegenheit einer Reise in unser Innerstes, in diesen Bereich, der zwar nicht unbekannt ist, der aber allzu oft vergessen oder verdrängt wird.

Dieses Seminar ist ein wahrer Schatz. Nach dem Retreat im Vorjahr über den achtsamen Umgang mit unseren Vorfahren, hat mir dieses Seminar geholfen, mich mit einem besonders kostbaren Aspekt in mir selbst, meiner Zerbrechlichkeit und Verletzlichkeit zu verbinden. Zugleich ging es darum Verbindung aufzunehmen mit dem Einzigartigen, dem Authentischen, das mein Leben ausmacht. Mit Wohlwollen und Zärtlichkeit konnte ich mich auf die Vorträge und praktischen Übungen einlassen, konnte ich meine Verletzungen, meinen Schmerz willkommen heissen, umarmen und ihnen ohne Angst zulächeln.

Das Innere Kind taucht in den Wendungen unseres Lebens immer wieder auf. Und ich konnte erfahren, dass es nie zu spät ist, sich für seine Gegenwart zu öffnen, ihm Raum zu geben und ihm zuzuhören. Das Kind ist immer wieder gegenwärtig.

Mit der täglichen Praxis lösen sich die dicken Knoten Schicht um Schicht, werden kleiner und kleiner und können sich letztendlich ganz auflösen. Welch eine Freude, dies zu erleben!

„Die Wahrheit findet sich im Leben“, wie uns Thay sagt.

Hier möchte ich eine meiner persönlichen Erfahrungen mit dem Inneren Kind beschreiben.

Ich habe zwei Kinder, einen Sohn von 21 und eine Tochter von 19 Jahren.

Meine Tochter litt ab dem Alter von 11 Jahren unter heftigen Bauchschmerzen. Weder im Krankenhaus noch bei den verschiedenen Ärzten, die wir konsultierten, wurde eine Diagnose gestellt. Die Krisen wurden verharmlost und daher wurde keine adäquate Behandlung angeboten. Erst 5 Jahre später kam man zu dem Schluss, dass es sich um eine chronische Krankheit handelte. Meine Tochter war damals 16 Jahre alt, und die Krankheit – in Verbindung mit der turbulenten Phase der Adoleszenz – stellte unsere Beziehung auf eine harte Probe.

Meine tägliche Praxis der Achtsamkeit half mir dabei diese Zeit zu „überstehen“, doch es gelang mir nicht, meine Angstreaktionen und andere ungeschickte Rektionen in Bezug auf die Krankheit meiner Tochter und ihr Leiden zu überwinden.

Bei jeder neuen Krise erlebte ich ein Gefühl der Hilflosigkeit, und zugleich drängte ich ihr diverse alternative Behandlungen auf, denen sie nicht zu folgen gewillt war. Überhaupt war sie in Anbetracht ihres Alters jeglichen Vorschlägen meinerseits generell abgeneigt und neigte dazu ihre Krankheit, die auch mit Scham verbunden war, zu verdrängen. Ihr schulisches und soziales Leben war jedoch durch ihr häufiges Fehlen stark beeinträchtigt.

Die Kommunikation zwischen uns war schwierig.

Abgesehen von meinem Leid als Mutter, die ihre Tochter sich vor Schmerzen krümmen und sich nicht behandeln lassen wollen sah, spürte ich in mir etwas anderes, das mich durcheinander machte Was hatte das zu bedeuten, womit hatte es zu tun?

Es konfrontierte mich mit mir selbst als Kind, das ebenfalls krank gewesen war. Nach einem Unfall in der Kindheit, bei dem ich mit dem Kopf gegen eine Wand geschleudert wurde, entwickelte ich Migräneanfälle. Da ich nicht behandelt wurde, verwandelten sich diese in epileptische Anfälle. Zu dieser Zeit war meine Mutter nicht für mich da, und es gab keine Ärzte in der Nähe. Es gab nur eine Haushälterin, die sich um mich und meine älteren Geschwister, die Schwestern und einen Bruder, kümmerte. Als Jugendliche musste ich alleine zu einem Facharzt gehen. Ich musste mich einer schweren Behandlung unterziehen, ohne jegliche Unterstützung.

Diese eher rationalen Erinnerungen halfen mir dennoch nicht, meine Ängste zu verringern, und die Beziehung zu meiner Tochter verschlechterte sich von Tag zu Tag. Mein Herz verschloss sich, ich konnte es nicht mehr ertragen, ihre Krisen mit zu erleben, ich konnte es nicht mehr ertragen sie überhaupt zu sehen. Schliesslich bat ich eine grosse Dharma-Schwester um Hilfe.

Sie ermutigte mich vor allem zu mir selbst zurückzukehren und wirklich in Kontakt zu treten mit dem Schmerz meines inneren Kindes, des kranken einsamen Kindes in mir, dem es an Fürsorge fehlte. Ich trat in einen wahren inneren Dialog mit diesem Kind, ich berührte das noch immer vorhandene Leid, indem ich mich in es hineinfühlte. Ich erlebte die Angst wieder, das Gefühl der Verlassenheit, die Gleichgültigkeit meines Umfelds. Ich liess mein inneres Kind weinen, in seinem Schmerz, seiner Verletztheit. Als es sich etwas beruhigt

hatte, wurde ich eingeladen, ihm Mut und Sicherheit zuzusprechen, es zärtlich zu umarmen und ihm zu sagen, dass nun alles gut sei, dass ich nun bei ihm sei, erwachsen und stabil.

Als ich dem Kind intensiv zuhörte, fragte es, warum man sich nicht um es kümmerte; es stellte sich die Frage, was es denn angestellt haben mochte, dass es ihm so völlig an Fürsorge und Beistand fehlte in diesen Momenten der Panik und der Schmerzen. Warum hatte es weder Trost noch Anerkennung seiner Krankheit erfahren? Und als Antwort sagte sich das Kind, das läge wohl daran, dass es nicht erwünscht wäre, dass es nicht geliebt werde, dass es wertlos und überflüssig sei.

Dann wurde ich aufgefordert, mir anzuschauen, warum meine Mutter nicht wirklich für mich da sein konnte. Sie arbeitete sehr viel in ihrem Geschäft, sieben Tage die Woche, um für ein Einkommen zu sorgen, damit wir ein Dach über dem Kopf und genug zu essen hatten. Das war sicherlich eine Form der Liebe. Und nachdem ich mich mit der Geschichte meiner Vorfahren auseinandergesetzt hatte, erinnerte ich mich an den Lebenslauf meiner Mutter. Im Alter von fünf Jahren musste sie bereits auf dem Bauernhof ihres Vaters arbeiten. Sie erfuhr weder Fürsorge noch Wohlwollen oder Zuneigung, sie hatte keine glückliche Kindheit und Jugend. Als Erwachsene hatte sie nicht das Glück, den Dharma kennenzulernen. Meine Mutter musste „kämpfen“, um zu existieren.

Meinem inneren Kind in seinem Schmerz diese Geschichte meiner Mutter zu erzählen, war der Schlüssel zu einem besseren Verständnis und zur Linderung seines/meines Leids sowie zur Korrektur seiner/meiner fehlerhaften Wahrnehmungen und seiner/meiner daraus folgenden Interpretationen, die sich über die Jahre verfestigt hatten. Wie ein Balsam, das sich auf diese tiefen Wunden legte, konnte ich das Beenden des Leidens sehr bewusst wahrnehmen. Ein rein rationaler Prozess hätte nicht dieselbe Wirkung erzielt. Indem ich den Schmerz meines inneren Kindes direkt erlebte und durchmachte, entschied sich mein Geist dafür, inmitten des Schmerzes den Weg der Linderung und der Befreiung zu gehen durch die Korrektur seiner Wahrnehmungen.

Zu diesem Verständnis gesellte sich dann die wahre Erkenntnis, die „Erkenntnis des Herzens“ sozusagen, die Licht in die Dunkelheit brachte und mir erlaubte zu verstehen, warum ich mich meiner Tochter gegenüber so aufdringlich und ungeschickt verhielt. Ich verstand – und alles fügte sich wie ein Glied einer Kette zum anderen – dass ich das, was ich selbst als Kind erfahren und erlebt hatte, in einer Art Projektion und Kompensierung auf meine Tochter übertrug. Mein Stress und die Ängste, die ich im Zusammenhang mit dem Mangel an Fürsorge und Aufmerksamkeit in meiner Kindheit erlebt hatte, hinderten mich daran, eine friedvolle, entspannte Haltung in Bezug auf die Krankheit meiner Tochter einzunehmen. Ich war nicht in der Lage, ihr die günstigen Bedingungen zu bieten, um ihren eigenen Weg zu gehen. Diese Einsicht hat mir erlaubt mein Herz zu öffnen, und ich weinte warme Tränen der Freude.

So haben wir (mein erwachsenes Ich und mein inneres Kind) uns bei meiner Tochter entschuldigt. Ich habe ihr diesen ganzen Entwicklungsprozess beschrieben und erklärt, warum ich so ängstlich und inadäquat reagierte. Ich versprach ihr, dass ich ihr nichts mehr aufzwingen würde und dass meine Unterstützung und Anwesenheit bei ihren Behandlungen nur auf ihren eigenen ausdrücklichen Wunsch erfolgen würde. Ich versprach ihr, mein Möglichstes zu tun, um ihr mehr Zärtlichkeit und Wohlwollen entgegenzubringen und ihrer eigenen Urteilsfähigkeit zu entscheiden, was für sie am besten sei, zu vertrauen.

Ich bin entschlossen diesen Weg weiterzugehen... Meine Tochter hat sich auch verändert, indem sie sich entschieden hat, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und sich korrekt behandeln zu lassen.

Nach nur wenigen Monaten kam es zu einer deutlichen Linderung ihrer Beschwerden und schliesslich zur völligen Genesung. Sie hat keine Krise mehr gehabt, und unsere Beziehung ist friedvoller und freundschaftlicher geworden.

Ich habe verstanden, dass das das innere Kind mein Verhalten bestimmen kann und dass ich es, wenn ich ihm zuhöre, von unserem Schmerz befreien kann. Es ist meine Aufgabe als Erwachsene, diese Arbeit im Rahmen meiner Möglichkeiten zu unternehmen – dank der Praxis und der Unterstützung der Sangha – und so die Weitergabe an meine Nachkommen zu vermeiden.

In meinem inneren Kind leben auch die Freude, die Leichtigkeit und Frische. Der Kontakt mit diesen Seiten ist eine wunderbar lebendige Schwingung. Welch ein Glück, den Weg des Dharma und der Praxis zu gehen!

Naomi

Mein Aufenthalt im EIAB

Die liebevolle und friedvolle Atmosphäre des Klosters hat mich nach einer Eingewöhnungsphase bezaubert und verwandelt. Ich brauchte schon etwas Zeit, um mich auf die Stimmung in EIAB einzulassen. Ich kann mich noch genau erinnern, wie ich das erste Mal Schwester Annabel sah und sie eine derartige positive Ausstrahlung hatte, die mich veränderte. Auch meiner Frau Sandra ging es so.

Das andächtige Gehen und strahlende Lächeln der Schwester haben uns ganz sanft verändert.

Die Kinder fühlten sich von Anfang an sehr wohl und fanden direkt Kontakt mit anderen Kindern, aber auch zu den Nonnen und Mönchen.

Der gesamte Tagesablauf im EIAB war für uns sehr gewöhnungsbedürftig, aber wir wollten ja auch bewusst den normalen Rhythmus brechen, um uns auf etwas Neues einzulassen. Unsere chinesische Freundin hatte uns gefragt, ob wir mitkommen und wir hatten sofort ja gesagt. Innerhalb kürzester Zeit hat uns insbesondere das Meditieren mit dem Glockenklang, das langsame und bedächtige Gehen, die vielen Übungen der Achtsamkeit und der liebe- und friedvolle Umgang miteinander in eine andere Welt versetzt. Wir selber sind innerlich sehr ruhig und entspannt geworden im EIAB. Ich hatte Träume von schöner Musik und spürte ein tragendes und entspanntes beglückendes Gefühl im Schlaf direkt in der ersten Nacht.

Neu für mich war die spezielle Art der Gehmeditation. Oft war mein Blick sehr nach außen gerichtet. Der innerliche Friede kam aber mit dem achtsamen Atmen und dem inneren Fokus. Das morgendliche Tai Chi war sehr belebend und eine ganz tolle Erfahrung. Ich bin Sportler und liebe Bewegung. Verschiedene Arten von Gymnastik bereichern meine sportlichen Übungen.

Ebenfalls sehr ungewohnt waren die ständigen Unterbrechungen der Aktivitäten durch den Uhrengong. Anfangs empfand ich dies als störend, bis ich nach und nach gefühlt und erlebt habe, wie gut es tut, immer wieder bewusst den manchmal zu schnellen Fluss der Aktivität zu unterbrechen und das innere Hamsterrad anzuhalten. Immer öfter konnte ich es genießen, einfach Pause zu machen. Auch das hat mich nach und nach verändert.

Genossen habe ich auch die Dharmavorträge, die mich in ihrer ganz ruhigen, sehr friedvollen Weise und durch die sanfte Sprache an Körper und Geist tief berührt haben. Ich kannte auch schon einiges davon, aber durch die Art und Weise des Vortrages wurde alles besser erlebbar.

Auch die Familiensitzungen waren sehr emotional und verbindend mit der Gemeinschaft. Entscheidend war hier wieder das Nicht-den-Kopf-heiß-Diskutieren, sondern die echte Anteilnahme durch intensives Zuhören. Durch das kommentarlose, nicht kritisierende, aber umso mitfühlendere Teilen der Geschichten aller Teilnehmer inkl. der Nonnen und Mönche konnten der Schmerz und das Leid tatsächlich gelindert werden, aber auch Freude vermehrt werden. Ich fühlte mich verbunden mit der Gemeinschaft. Und immer wieder der erlösende und mich tragende Gong, der heilend und reinigend wirkte.

Für Familien ist das Retreat ideal. Die Betreuung der Kinder war sehr liebevoll und ich konnte spüren, dass die Nonnen und Mönche sich regelrecht auf die Kinder gefreut haben. So etwas habe ich noch nicht erlebt. Dadurch konnten sich die Erwachsenen voll und ganz auf das Retreat konzentrieren. Aber es gab auch ein gemeinsames Programm mit den Kindern und dies war gerade für die Kinder sehr schön und liebevoll.

Mit einigem Abstand zu dem Retreat kann ich sagen, dass es mich dauerhaft verändert hat. Aber das war mir schon nach dem ersten Tag des Retreats klar. Mein Bewusstsein für Achtsamkeit, Meditation, richtiges Reden und Zuhören ist größer geworden. Ich bin dabei, zu üben und dadurch zu verstehen und zu lernen.

Natürlich ist jetzt nicht alles auf einmal ganz toll, aber ich begreife dies als einen Prozess der Änderung. Beispielsweise kann ich besser mit vorher als schwierig empfundenen Situationen mit den Kindern umgehen. Meine Wut und Aggression hat weniger Macht über mich und ich kann gelassener und liebevoller insbesondere auf meine Kinder und meinen Partner reagieren.

Ich bin sehr dankbar und glücklich, im EIAB gewesen zu sein. Ich werde wieder kommen.

Michael Zabel

Tanzen in Achtsamkeit

Im Frühling 2014 besuchte ich das EIAB zum ersten Mal, zu einem Retreat mit Sr. Chan Duc für die europäischen DharmalehrerInnen und Dharmalehreranwärter. Gemeinsam mit Letitia (der anderen italienischen Aspirantin) gehörte ich zur zweiten Gruppe neben anderen Mitgliedern der italienschen Sangha, die bereits Dharmalehrer waren (Diana, Stefano und Silvia).

Das Thema des Retreats lautete „Die Lehre des Buddha über das Abhängige Entstehen“, so wie sie von Thay auf eine neue Art formuliert worden war. Anfangs erschien mir dieses Thema als eines dieser sehr komplexen und auch unklaren Themen aus der buddhistischen Tradition, aber dank der Vorträge (und dank des Lächelns) von Sr. Chan Duc und des intensiven Austausches, verstand ich es langsam immer besser und klarer und war auch in der Lage, seine große Bedeutung für die buddhistischen Lehren zu erkennen.

Dieses Retreat war für mich aus vielen Gründen eine glückbringende Erfahrung: Aufgrund dessen, was ich lernte, aufgrund der freundlichen und freudvollen Präsenz der DharmalahrerInnen und der anderen Aspiranten (ich erinnere insbesondere die Freunde aus Großbritannien) und aufgrund des EIAB Umfelds, das ich gleichermaßen als angemessen, dem Dharma förderlich und komfortabel wahrnahm. Die Gegenwart und die Dharmapraxis der vielen freundlichen, lächelnden Nonnen und Mönche sowie unsere gemeinsamen Meditationen ließen mich fühlen, dass das EIAB eins ist mit Plum Village. Die Wiesen und die Blumen, auch deren Pflege, die riesigen Bäume und die Obstpflanzen, das natürliche Umfeld des EIAB, all das sagte mir zu und erinnerte mich an Plum Village. Das gleiche galt für die Stille, die Ruhe und die „Stimme“ der großen Glocke.

Natürlich nahm ich auch die Unterschiede zu Plum Village und die Besonderheiten des EIAB wahr. Eine Besonderheit liegt in dem Nebeneinander zweier sehr unterschiedlicher Gebäude, des riesigen Hauptgebäudes mit seinen hohen Decken und Marmorfluren und des kleineren, vertrauter erscheinenden Nebengebäudes mit seinen drei Etagen und dem vielen Holz. Dennoch, dieser Kontrast zwischen riesig und klein störte überhaupt nicht und der Geist der Praxis durchdrang ganz eindeutig beide Gebäude. Die andere Besonderheit des EIAB liegt in seiner Nähe und direkten Verbindung zu der kleinen Stadt Waldbröl. Um das EIAB herumgehend, sah ich mehrere kleine private Gebäude, darunter einen Kindergarten, die zum EIAB dazuzugehören schienen, aber das ist nicht der Fall. Aber in der gegenseitigen Verbundenheit liegt Harmonie und mir erschien sie die besondere Zielsetzung des EIAB zu widerspiegeln, ein Zentrum des angewandten Buddhismus zu sein, das verschiedenste Aktivitäten implementiert und näher an der Gesellschaft ist, als die anderen Klöster und Zentren in der Plum Village Tradition, die es in der Welt gibt. Bei meinem letzten Besuch im EIAB fand ich eine weitere erstaunenswerte Besonderheit des EIAB: den neuen Speisesaal und die neue Küche. Während meiner Anwesenheit fand zeitgleich ein Retreat für niederländische Familien statt und es war wundervoll, das EIAB so voller Leben und Frieden innerhalb und außerhalb des neuen Speisesaals zu erfahren.

Zwischen 20124 und 2017 habe ich in jedem Frühling (Mai) im EIAB einen Kurs zum Thema: „Tanztherapie und Achtsamkeit“ angeboten. Sr. Bi Nghiem war unter den TeilnehmerInnen eines jeden Kurses und ich fühlte mich durch ihre Teilnahme gleichermaßen geehrt und auf eine besondere Weise geschützt (wir hatten uns in Italien bereits bei mehreren Retreats und Achtsamkeitstagen kennengelernt, bei denen ich mich von ihr tief inspiriert gefühlt hatte).

Es war für mich eine sehr wichtige Erfahrung, diese Kurse im EIAB zu geben, denn ich habe gelernt, „Tanz“ und „Achtsamkeit“ auf eine tiefere Weise zu integrieren und miteinander zu harmonisieren, als es mir zuvor möglich gewesen war. Dieser Prozess begann bereits im Jahr 2015, als ich den Kurs zum ersten Mal gab. Mir wurde beispielsweise bewusst, dass es wunderbar war, aus einer sitzenden oder stehenden Meditationshaltung heraus zu beginnen und dann dem Tanz zu erlauben, sich aus dem meditativen Zustand zu erheben, in dem wir alle uns befanden – anfangs einfach und langsam gehend, um – immer unterstützt durch angemessene Musik – erst später ein „Momentum“ im Tanz zu erreichen. Es ist erstaunlich, wie das Beginnen aus einem meditativen Geisteszustand heraus, es uns ganz ein-

fach erlaubt, unseren Körper frei von jeglicher Anstrengung und ihn ganz bewohnend auf eine sehr harmonische Weise zu bewegen, in Verbindung mit Erde und Himmel und den verschiedenen Richtungen des Raumes. Die meisten Teilnehmer des Kurses machten die Erfahrung, sich leicht und freudig zu bewegen und zu tanzen. Wenn sich Bewegung und Tanz aus einem meditativen Zustand erheben, können wir uns auch frei von Bewertungen und Bewegungsstereotypien erfahren. Zugleich sind wir in der Lage, uns mit den anderen Menschen um uns herum auf eine ungewöhnlich freie, freudvolle und tiefe Art zu verbinden.

Dies habe ich sowohl bei mir selbst als auch bei den KursteilnehmerInnen beobachtet und es wurde auch während der Kurse beim Tanz-Dharma-Austausch immer wieder geteilt.

Am Ende der Kurse war es den TeilnehmerInnen und mir in jedem Jahr klar, dass wir zu einer Sangha geworden waren.

Ich möchte meine Dankbarkeit dafür ausdrücken, dass mir das EIAB einen ganz besonderen Kontext angeboten hat, in dem ich in der Lage war, mich an der Praxis zu erfreuen und sie weiterzugeben, während ich – so fühle ich es – zu einem besseren Tanz-Bewegungs-Therapeuten wurde.

Giuseppe

Ein Herzenswunsch geht in Erfüllung

Vor gut zwei Jahren fragte ich bei einem der Intersein-Ordentreffen, ob wir nicht einen Clownskurs im EIAB anbieten könnten. Ich selbst bin seit drei Jahren in Kliniken als Clownin tätig und liebe diese Arbeit von ganzem Herzen.

An unserem letzten Treffen im Oktober teilte mir Sister Bi Nghiem freudig mit, dass es im Januar soweit sei. Sofort habe ich mich angemeldet. Am ersten Abend gab es gleich zwei schöne Überraschungen für mich: zum einen waren drei liebe Ordensgeschwister in der Gruppe, zum anderen die beiden Kursleiterinnen Terry und Catherine, die gleich mit sehr viel Schwung und Lebensfreude den Kurs begannen. Durch den Raum gehend haben wir die ersten Blickkontakte in Verbindung mit einem sanften Lächeln geübt. Nach der wundervoll angeleiteten Tiefenentspannung von Terry fühlte ich mich wie ein Vögelchen in einem geborgenen Nest und ging selig schlafen.

Die Morgenmeditation lies mich zur frischen Blume werden, gefolgt von einer Gehmeditation im Raum und dem abschließenden Sutra über das Glücklich-Sein.

Am Vormittag wurden wir zu Fischen, die bei einer wohlklingenden Wassermusik an schönen Algen vorbeischwammen. Ein anderes Mal waren wir alle brummende kleine Bärchen. Dass ich später noch zur Nonne werden würde, die nicht wusste, wie sie am geschicktesten ihre Roben ausziehen könnte, ohne beobachtet zu werden, konnte selbst ich noch nicht ahnen. Nach jeder dieser Übungen wurden wir von Catherine gefragt, wie es uns ergangen sei und es blieb ausreichend Zeit zur Reflexion. Catherines Anleitung während der verschiedenen Übungen war sehr bejahend, fördernd und herzöffnend für mein inneres Kind.

Voller Erstaunen stellte ich am nächsten Tag fest, dass wir ganz langsam und behutsam auf die Bühne geführt worden waren, ohne es richtig zu bemerken. Welch ein Zauber!

In Vierergruppen aufgeteilt bestückten wir uns mit roten Nasen und echt sehenswerten Hüten. Den Raum betretend über eine bunte Schnurr (Bühne) steigend, waren wir einfach nur da, spürend und wahrnehmend, was geschah. Alle Gefühle durften sein, auch die abwehrenden. Es entstand wie von selbst das erste kleine Stück, und das abschließende gemeinsam gefundene Wort in meiner Gruppe war „Allah“. Im Stillen dachte ich mir „Das passt doch sehr gut in ein buddhistisches Kloster“.

An diesem Wochenende waren so viele kleine Vögelchen in mein Nest gekommen. Terry und Catherine haben einfach ihre Flügel ausgebreitet und uns ganz liebevoll umarmt.

Heidi Hawelka
(True Compliance with the Ocean)

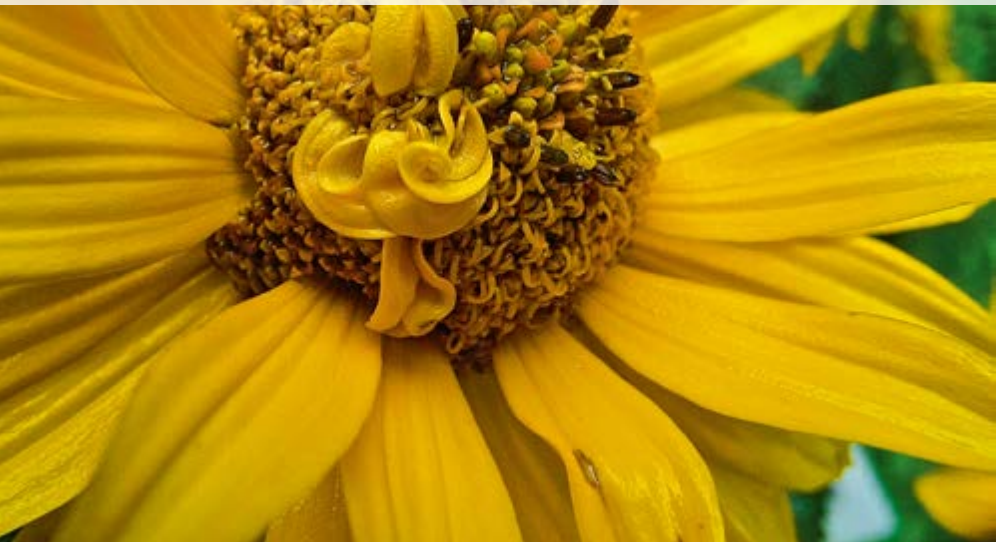
Handeln mit starken Emotionen: Den Auslöser erkennen und besänftigen

Wie schaffen wir es, starken Emotionen nicht nachzugeben, wenn diese in uns Handlungen auslösen, die uns und anderen schaden? Die Antwort ist einfach: Übung in Achtsamkeit – speziell in reiner, urteilsfreier Wahrnehmung und Kenntnis unserer eigenen Person und der Ahnen.

Bestimmte Schlüsselerlebnisse in der Prägungsphase eines Menschen im Säuglingsalter, der Kindheit, später auch in der Pubertät sorgen dafür, dass wir uns Gefühls- und Verhaltensmuster angeeignet haben, die wenn unreflektiert, zu Automatismen führen, denen wir nicht ohne weiteres Herr oder Frau werden können. Insbesondere unsere Vorfahren haben uns gewisse Verhaltensmuster mit auf den Weg gegeben. Diese gilt es genau zu reflektieren, intellektuell und emotional zu erkennen, beispielsweise durch Kontemplation und Meditation.

Angenommen eine Handlung – z.B. das nicht zu Bett gehen wollen des Kindes – löst in uns eine sehr starke Wut aus, weil unser Vater oder Mutter als Beispiel auch sehr wütend wurden, wenn wir damals als Kind nicht ins Bett gehen wollten. Wir führen also den Weg des Vaters oder Mutter fort. Wir gestalten diesen Moment nicht selbst, weil wir ein Instrument der Wut geworden sind. Wir lassen uns von dem Strudel der Emotion fortreißen, verlieren uns und sind nicht mehr wir selbst in diesem Moment. Ist der Schalter oder Knopf in uns gedrückt worden, startet ein Programm, das dann automatisch abläuft. Egal ob es Anschreien oder gar Schlagen etc. des Kindes ist. Der Schaden ist dann erst einmal da und wird uns erst dann bewusst, wenn die Emotion sich verflüchtigt hat. Dieses vollzieht sich jedes Mal von neuem und der Teufelskreislauf ist damit perfekt.

Das Entscheidende ist nun, sich dieser Schalter und Knöpfe gewahr zu werden, um in der entsprechenden Situation vorbereitet zu sein. Dazu muss ich mich kennen bzw. kennenlernen. Ich sollte durch Selbstbeobachtung wissen, wie ich gewohnheitsmäßig in den verschiedensten Konfliktsituationen reagiere. Das ist der erste Schritt. Es ist wichtig, nicht in der eigenen Vergangenheit zu leben, aber diese zu kennen. Denn wir sind auch das Produkt unserer Vergangenheit und das unserer Vorfahren. In der hitzigen Situation kann ich nun diesen Auslöserknopf und seine darauf folgende Emotion begrüßen, um durch Achtsamkeit, insbesondere durch das bewusste Atmen, dem Affektstrudel seine überwältigende Kraft zu nehmen. Ich gewinne hierdurch auch Zeit, welche die Stärke der Emotion schmälert. Jede Emotion hat eine Halbwertszeit und verpufft relativ schnell, insbesondere bei solchen Affekten. Dadurch komme ich in die Lage, reine urteilsfreie Wahrnehmung zu erleben, und eine reflektierte und selbstbestimmte Handlung zu vollziehen.



Vereinfacht gesagt, behalte ich einen kühlen Kopf. Unterstützt durch regelmäßige Meditation gewinnen wir innere Ruhe, Gelassenheit und klare Sicht. Der Stress in uns ist reduziert und wir fühlen uns wohler. Bestenfalls wird die Eigenliebe gestärkt , eine weitere Prämisse um Liebe weitergeben zu können. Dadurch sind wir deutlich weniger anfällig für Affekte und entwickeln Geduld, die Voraussetzung für Mitgefühl und Verständnis ist. Frei nach dem Motto: Meditiere in der Zeit, dann hast Du in der Not. Regelmäßig praktiziert, werden wir durch Meditation achtsamer, ruhiger und leben stressfreier. So sind wir in der Lage verständnisvoll und mitfühlend zu handeln und durchbrechen den Teufelskreis! Wir können das Kind z.B. liebevoll in die Arme nehmen und es ins Bett bringen und ein schönes liebesvolles Abendritual kultivieren. Gerade die eigenen Kinder haben ein extrem gutes Gespür für diese Auslöserknöpfe in uns. Sie wollen, dass wir unser Leiden selber beenden. Jeder Knopfdruck der Kinder in uns ist also eine Chance dazu. Früher oder später werden aber auch andere Menschen den einen oder anderen Auslöser betätigen. Wir alle kennen diese Menschen, die uns unbewusst testen. Begreifen wir diese Momente dann als Geschenke und Chancen, durchbrechen wir nachhaltig unsere Teufelskreisläufe und geben diese positive Energie an unsere Kinder und an andere Menschen weiter.

Michael Zabel

Das Wandern ist des Tirolers Lust

Freude, Leichtigkeit und Lernen auf einer tiefen Ebene

„Wie war das Wanderretreat?“

Das war die häufigste Frage, die mir nach dem Wanderretreat in Obernberg am Brenner (Tirol/Österreich) mit Thay Phap An, Sister Song Nghiem und anderen Mönchen und Nonnen des EIAB gestellt wurde.

Freude, Leichtigkeit und Lernen auf einer tiefen Ebene:

Ja, das sind die Worte, die die gemeinsame Zeit am besten beschreiben können. Die Stabilität der Berge, der wolkenlose Himmel, die liebevolle Gruppe und die erfahrenen Nonnen und Mönche waren wunderbare Bedingungen für Freude und Leichtigkeit.

Doch das „wahre Zaubermittel“ für Freude und Leichtigkeit waren *nicht* die Berge, der Himmel, die Gruppe. Das „wahre Zaubermittel“ für Freude und Leichtigkeit war unsere Praxis:
– das Gehen im Schweigen,
– das Spüren des Atems und Körpers,
– das in mir selbst zu Hause sein.

Das Wunderbare daran: dieses „Zaubermittel“ steht mir immer zur Verfügung – das macht mich so glücklich.

Doch wie kam es zum Lernen auf tiefer Ebene?

Waren es die spannenden und so weisen Dharma-Vorträge von Thay Phap An oder die witzig-weisen Kommentare von Sister Song Nghiem?

Bestimmt haben wir einiges durch Worte gelernt und wurden durch sie inspiriert, doch auch hier war das Praktizieren mit den Monastics und in der Gruppe über mehrere Tage hinweg ausschlaggebend: Es ließ mich in einer Tiefe lernen, wohin theoretisches Wissen oder „hard facts“ oft nicht hingelangen können. Das Lernen im Wanderretreat oder bei anderen Retreats unterscheidet sich so sehr vom Lernen an der Uni oder an einer Schule.

Hier passiert Lernen durch Erfahren.

Mein „Achtsamkeitsmuskel“ wird trainiert und es steigt Erkennen und Verstehen auf – oft ohne dass mein Verstand es sofort benennen kann. Und so erfuhr ich auch bei diesem Wanderretreat Lernen, das in meinen Alltag fließt.

Magst du von meinem Lernen lesen?

Alte Überzeugungen erkennen

Vietnamesische Mönche und Nonnen haben ein völlig anderes Verständnis von Wanderungen, als ein/e seit Kindheit mit „Wanderweisheiten“ geprägte TirolerIn. Hier nur ein paar Weisheiten, mit denen ich aufgewachsen bin:

Zum Beispiel „Geht der/die TirolerIn in der Früh in die Berg'!“, „Gejausnert wird erst, wenn der anstrengendste Teil der Wanderung geschafft ist!“ Und besonders wichtig: „Es braucht gescheite Schuh'!“

Ich hatte die Aufgabe voraus zu gehen und bemerkte, wie ich bei der ersten Wanderung ein ziemliches Tempo vorgab und in meinem Inneren Worte aus meiner Kindheit hörte: „Nicht stehenbleiben, im Rhythmus bleiben, stetig weitergehen.“ Außerdem spürte ich leichten – oder vielleicht doch größeren ;-) – Druck in mir. Erleichtert hörte ich Thay Phap An nach der ersten Pause sagen:

„Wir können auch stehen bleiben und die Landschaft genießen. Das ist eine Art der Meditation.“ Die Bürde der Tirolerin wurde mir abgenommen. Es war so wunderbar, meine alten Überzeugungen zu erkennen, mit ihnen zu atmen und die Freiheit zu spüren, wenn klar wurde: Es muss nicht so sein. Es kann ganz anders sein. So oft halte ich an alten Überzeugungen fest und enge mich damit ein, vermiese mir die schönsten Tage oder erkläre andere für unwissend, nur weil sie Dinge anders machen.

Thay Phap An wies uns nicht auf unsere alten Überzeugungen hin, sondern wir hatten Zeit und auch das nötige Maß an Achtsamkeit um zu erkennen. Ich spürte den Druck, die Enge, das Fremdbestimmte in diesen alten Überzeugungen und fühlte auch die Leichtigkeit, Freude und das Vertrauen als ich sie bemerkte, liebevoll umarmen konnte und sie von mir abfielen. Bei der nächsten Wanderung kommen sie bestimmt wieder, aber ich werde sie schneller erkennen und ohne sie weitergehen.

Unsicherheit

Erinnerst du dich daran, als du das letzte Mal in einer neuen Gruppe warst? Wie ging es dir dabei? Kannst du dich an das leicht unsichere Gefühl erinnern, das wir oft verspüren, wenn wir uns auf neue Leute und Situationen einlassen?

Für einige TeilnehmerInnen war die Erfahrung eines Retreats, der Umgang mit buddhistischen Nonnen und Mönchen und der Ablauf recht neu. Ich spürte ihre Unsicherheit und ihr Bedürfnis nach mehr Informationen und Halt. Wenn ich dieses Gefühl bei anderen wahrnehme, steigt in mir der starke Wunsch auf, Orientierung und Halt mit vielen, vielen Worten zu geben. Durch die noble silence – edles Schweigen (v.a. abends und morgens) – konnte ich dem,

nicht wie gewohnt, nachkommen – wie wunderbar!

So hatten wir die Möglichkeit wieder einmal dieses Gefühl zu erfahren: den Zauber des Anfangs mit all seinen Facetten. Wir spürten, wie es sich anfühlt, wenn man etwas Neues wagt. „Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne!“ Doch wie oft will ich diesen Zauber nicht... Mein Verstand sucht nach Halt, Kontrolle, Sicherheit – aber das Leben ist ein Fließen, Ungewissheit und völlig neu in jedem Moment. Bin ich bereit dieses sanfte Kribbeln, Ziehen in der Magengrube zu spüren? Bin ich bereit zu erkennen, dass dabei nichts falsch an mir ist? Bin ich bereit, es nicht weghaben zu wollen? Wage ich es zu spüren, dass es im Moment einfach dazu gehört: anfangs unsicher zu sein?

Auch hier passierte Lernen auf einer sehr tiefen Ebene: ich durfte mit der Gruppe leichte Unsicherheit spüren und mit diesem Gefühl sein. So lernte ich ein Stück mehr in die Sangha zu vertrauen, sah wie wir alle nach und nach ankamen, uns in den Fluss des Retreats sinken ließen und daraus Freude und Leichtigkeit entstand. Diese Leichtigkeit und „nicht alles unter Kontrolle“ haben zu müssen ist auch heute noch spürbar. Etwas in mir hat auf einer tiefen Ebene verstanden – dafür bin ich sehr dankbar: Dankbar für diese Art des Lernens und dankbar für die Nonnen und Mönche des EIAB: was für ein Segen euer Praktizieren und Teilen für mich und für uns alle ist. So schön, dass es euch gibt!

Susanna Mühlbacher (sanfte Energie des Herzens) lebt mit ihrer Familie in Hall in Tirol und praktiziert dort mit ihrer Sangha.

Loslassen und endlich wieder Glück verspüren

mit der Healing & Transformation-Meditation

Majestätische Berge, strahlender Sonnenschein, sattgrüne Wiesen – so erlebe ich Tirol, als ich das erste Mal zum Retreat anreise. Blick und Herz weiten sich bei jedem achtsamen Schritt, als wir gemeinsam wandern, meditieren, Thay Phap Ans Vorträgen lauschen. Ohne Erwartungen, ohne Ziel bin ich angekommen und völlig ahnungslos, dass das alles bei weitem nicht das größte Geschenk war, das ich erhalten sollte.

In einem seiner Vorträge erzählt Thay Phap An, wie er im EIAB einer Frau dabei geholfen hat, eine traumatische Erfahrung zu heilen. Einer von vielen Erfolgen, die der vietnamesische Lehrer in seiner jahrelangen Arbeit mit traumatisierten Menschen erzielt hat. Er selbst habe Traumatisierungen erfahren und lösen können. Mir ist sofort klar, da ist jemand, der mein Leiden verstehen wird. Und: dass ist meine Chance auf Heilung und ich werde sie ergreifen. In einer ruhigen Minute bitte ich ihn, mir beizubringen, wie er der Frau geholfen hat und auch mir zu helfen. Thay Phap An lächelt, nickt.

Nur gefühlte 5 Minuten später und zu meinem eigenen Erstaunen erlebe ich gemeinsam mit der Sangha Thay Phap Ans Healing & Transformation-Meditation. Dass es – nach über 10 Jahren Leiden aufgrund wiederholter Traumatisierungen – so schnell gehen würde, hätte ich nie gedacht. Mich einem dieser Traumata in Tirol spontan zu stellen, ohne auf mein Gesundheitsnetzwerk und meine vertraute Umgebung in München zurückgreifen zu können, hat mich viel Mut gekostet. Denn jede Art der Lösung beinhaltet auch die Möglichkeit, auf dem Weg dorthin retraumatisiert zu werden. Die Alternative – für den Rest meines Lebens weiter unter Traumata leiden – nein, danke! Und ich hatte ja keine Ahnung, welch wundervolle Erfahrung mich erwartet und wie leicht es gehen würde...

Der erste Teil, Atmen – ein und aus, zur Ruhe kommen, war weitgehend bekannt, vertraut und beruhigend. Dann kam der zweite Teil, die Traumaauflösung. Angeleitet von Thay Phap Ans sanfter Stimme versetzte ich mich zurück in die belastende Situation, ließ die inneren Bilder auftauchen, den Schmerz, die Todesangst, die Verzweiflung. Tränen strömten über meine Wangen. Und zu meiner Überraschung steckte der Schrei von damals noch in meinem Hals, schnürte mir die Kehle zu. Ich bekam keine Luft, wollte schreien, die festsitzende Energie hinauslassen. In einem gemeinsamen Meditationsraum unmöglich, dachte ich, du bist nicht allein. Ein sehr tröstlicher Gedanke – ich bin nicht allein, ich bin mit der Sangha und mit Thay Phap An. Ich kann das schaffen! Also atmete ich, laut schnaufend, weiter und weiter, gezielt in die Enge hinein, bis meine Kehle frei war. Mir wurde übel, ich atmete in die Übelkeit hinein, bis die Übelkeit weg war und nur freier Atem blieb. Und dann war Thay Phap An da und leitete uns hinaus. Zurück blieb eine Erfahrung, jedoch ohne belastende Emotion. Und ich atmete frei und war das erste Mal seit sehr, sehr langer Zeit einfach nur glücklich. War hier, frei und glücklich. Trotzdem brauchte ich einen ganzen Retreat-Tag für mich, um wieder in die Balance zu kommen, auch eine heilende Erfahrung will verarbeitet werden.

Dass diese Heilmeditation möglichst viele Menschen erreicht und sowohl auf Retreats als auch in Sanghen regelmäßig gemeinsam geübt werden kann, ist mein Herzensanliegen. Gerne möchte ich in München eine Gruppe mitbegründen, die dafür alle 1–3 Monate zusammen kommt. Bei Interesse sprecht mich jederzeit gerne persönlich an oder schreibt mir unter *ElisabethFalgner@web.de*. Und ich freue mich von ganzem Herzen, diesen Weg gemeinsam mit euch allen auf den Retreats mit Thay Phap An, demnächst in Weyarn und wieder in Tirol, weiterzugehen.

Elisabeth Falgner, strahlende Liebe des Herzens, Mitglied in der Münchner Sangha

WkUp den Künstler in Dir

Im April trafen sich 30 junge Menschen aus ganz Europs zu einer Wake Up den Künstler in Dir – Woche im EIAB. Larissa Mazbouh und Joe Holtaway hatten in der Absicht, Achtsamkeit und Kunst miteinander zu verbinden, gemeinsam mit Annica Bauer ein Wochenprogramm zusammengestellt, indem wir tief schauten, was es heißt, ein Künstler zu sein. Wir begannen mit unserer Achtsamkeit für das innere Kind und den inneren Kritiker. Gemeinsam reisten wir durch das Abenteuer von Farben, Stimme, Bewegung und Sprache. Wir malten, sangen, tanzten und schrieben. Wir lachten und wir weinten.

Wir haben unsere Künstler eingeladen, uns von ihren Erfahrungen in dieser Woche zu berichten und hier sind ihre Antworten:

„...ein farbiges Zusammensein. Ein warmer und sicherer Platz, der meinen inneren Künstler einlädt durchzuscheinen. Ich erlebte die Angst vor Zurückweisung. Eine einfühlsame Anleitung zu bedingungsloser Liebe.“

„Hand in Hand mit geschlossenen Augen eine Menschenkette voller Unsicherheit, auf ein knisterndes Feuer zugehend...“

„Wenn ich an das Wake Up den Künster in Dir Retreat zurückdenke, erinnere ich mich an Liebe und Vertrauen. Jeder war so offen, annehmend und wunderschön auf ihre oder seine einzigartige Weise. Ich erfreute mich daran, in der Natur zu sein, Tee zu trinken, zu singen und Liedern zu lauschen und natürlich Zeit mit den liebenswertesten Menschen zu verbringen, die ich je getroffen hatte. Obwohl das alles nach ganz einfachen Handlungen klingt, sind sie dies nicht.“

„Kurz vor Beginn der Tiefenentspannung auf dem Boden liegen und auf die selbst gemalten Schutzbilder spähen, die uns von der Wand anlächeln.“

„Die Vorträge von Sr. Annabel, Br. Phap Tri und Br. Phap Trung waren berührend, ehrlich und weise – wir nehmen Eure Weisheit mit uns in dem, was wir tun – danke ☺“

Mit Hilfe der Achtsamkeitspraxis erkannte ich, dass zu leben ein solch wertvolles Wunder ist, dass es nichts Wichtigeres gibt, als sich in jedem Augenblick daran zu erfreuen. Und wie kannst du das besser tun als in der sicheren und friedvollen Umgebung, die wir gemeinsam erschufen? Ich fühlte, dass ich viel mehr wagen konnte als ich normalerweise tun würde. Es bleibt in mir der Wunsch, diese Liebe lebendig zu halten und in der Welt zu verbreiten.“

„Lachen, Weinen, Spaziergänge im Wald und in meinem inneren Garten. Freunde, die einander ermutigen einander die wahren Farben zu zeigen.“

Dank an alle, die teilnahmen und das Projekt unterstützten. Besonderer dank an Ahmed aus Syrien, der uns allen mit seiner Freude, seiner Aufrichtigkeit und seiner Ehrfurcht vor dem Leben eine Inspiration ist.

Mit einer tiefen Verbeugung danken wir der Gemeinschaft des EIAB für ihre Fürsorge und ihre Unterstützung während dieser Woche.

Zum Abschluss ein Gedicht von Philip:

Achtsames Mittagessen

Wir sind zuhause,
wir sind angekommen,
liegen auf der Wiese.
John spielt Gitarre
und Annica übersetzt.

Der Mönch mit der Glocke
ist in seiner Hütte eingeschlafen,
und wir können jetzt
nicht fortgehen.

Nirgendwo hingehen,
zuhause, angekommen,
erhebe dich mit geschlossenen Augen,
leise neben der Buche
glänzt silbern das Gras.

Oh, tagelang leben
mit Augen und Ohren,
Körpern aus Sonne
und Wasser!

Oh, tagelang leben
mit Schultern und Zehen,
Körpern aus Sonne
und Wasser!

WkUp-Sangha

Kurzbiografien der EIAB Schwestern

Schwester Chan Duc (Sr Annabel) ist in England geboren und aufgewachsen. 15 Jahre lang unterrichtete sie dort als Lehrerin und wurde 1988 in Indien als erste westliche Frau von Thich Nhat Hanh zur Nonne ordiniert. Von 1997 bis 2007 war sie Äbtissin des Green Mountain Dharma Zentrums in Vermont (USA). Seit 2008 ist sie Leiterin der Praxis im EIAB und lehrt vor allen Dingen die Nonnen und Mönche im EIAB sowie Laien DharmalehrerInnen und -Ordensmitglieder.

Als eine der ältesten und erfahrensten Dharmalehrerinnen der Plum Village Tradition ist sie weltweit sehr gefragt und verbringt seit einigen Jahren jeweils einige Monate in anderen Zentren der Plum Village Tradition, um auch dort Nonnen, Mönche und Laien mit Ihrer tiefen Kenntnis der Lehre und Praxis zu unterstützen und auszubilden.

Schwester Bi Nghiem ist in Bad Kreuznach geboren und aufgewachsen. Sie wurde Dipl. Bibliothekarin und lebte von 1975 bis 1985 in Montreal, Kanada, wo sie französische und italienische Literatur studierte.

1998 wurde sie von Thay ordiniert und 2006 erhielt sie von ihm die Dharma Lampe.

Seit 2008 ist sie im EIAB, wo sie Seminare anbietet und u.a. für das Programm und den Newsletter zuständig ist. Außerdem gibt sie Kurse in verschiedenen, auch außereuropäischen Ländern.

Ihr besonderes Interesse gilt der westlichen und buddhistischen Psychologie, den Neurowissenschaften, alternativer Medizin, sowie dem interreligiösen Dialog. Sie liebt Spaziergänge in der Natur und tiefe menschliche Begegnungen. Improvisiertes Tanzen und Clowning bereiten ihr viel Freude.

Schwester Song Nghiem ist bereits im Alter von 18 Jahren als Studentin nach Deutschland gekommen. Nach der Promotion in Chemie an der TU Darmstadt war sie noch 18 Jahre lang in Forschung und Wirtschaft tätig, bevor sie nach Plum Village in Frankreich ging, um dort Nonne zu werden.

Schon als Laiin hatte sie sich für Thay's Sozialprojekte in Vietnam engagiert und im Maitreya-Fond mitgearbeitet. Bis zu dem Tag, an dem sie nach Plum Village ging, leitete sie in München die vietnamesische Sangha. Dafür hat sie von Thay als Laie die Dharma-Lampe erhalten.

Durch die ständigen Kontakte mit Mönchen und Nonnen wurden die spirituellen Samen in ihr gewässert. Wenn die Frucht reif ist, dann fällt sie zum Boden. Der Schritt, Nonne zu werden, ist ihr nicht schwer gefallen. Sie wurde 2004 ordiniert. Im Jahr 2012, wurde sie von Thay – nun als Nonne – nochmals zur Dharma-Lehrerin ernannt.

Im EIAB ist sie für Administration, Finanzierung, Buchführung, die Organisation von Kursen und für das Lösen zahlreicher Probleme zuständig. Sie liebt die Gartenarbeit, kocht gerne und genießt es, mit allen Menschen Spaß zu haben. Schwimmen, Qi Gong, Tai Chi und Bewegungen sind ihre Lieblingsbeschäftigungen.

Mit ihrer Leichtigkeit, ihrer Freude und ihrem Humor lindert sie das Leiden anderer Menschen.

Schwester Bang Nghiem ist im Jahr 1986 geboren und in einer kinderreichen Familie aufgewachsen. Sie wurde mit 20 Jahren zur Nonne ordiniert. Von den zehn Geschwistern sind acht Mönche und Nonnen geworden. Schwester Bang Nghiem wollte bereits seit ihrer frühen Kindheit Nonne werden. Als sie von Thays Prajna Kloster in Vietnam erfuhr, ist sie als Aspirantin dort hingegangen. Nach einer sechsmonatigen Probezeit wurde sie als Nonne aufgenommen. Später wechselte sie nach Plumvillage in Frankreich und hat dort 4 Jahre praktiziert, bevor sie zum EIAB kam. In 2014 erhielt sie von Thay die Dharma-Lampe.

Schwester Bang Nghiem praktiziert mit großer Disziplin und mit vollem Eifer.

Als große Schwester ist sie den jungen Nonnen im EIAB ein wunderbares Vorbild. Ihre Aufgabe als Einkäuferin für die ganze EIAB-Sangha und unsere Gäste führte sie mit viel Liebe und Achtsamkeit aus. Sie hat dabei sehr viel gelernt und ihr Anliegen, den anderen zu helfen und zu dienen wurde dadurch gefördert. Auch kann sie dabei andere Menschen und die deutsche Kultur kennenlernen. Zur Zeit lernt sie gerne Deutsch, um sich mit unseren Gästen zu verständigen. Wenn sie mit dem Kochen an der Reihe ist, freuen sich die Brüder und Schwestern sowie die Gäste sehr über Ihre Kochkunst. Sie gibt sich sehr viel Liebe und Mühe, die schmackhafte, vegetarische Gerichte anzubieten.

Schwester Bieu Nghiem wurde im Jahr 1982 geboren. Sie kommt aus Nord-Vietnam.

Bevor sie Thay kennenlernte, wusste sie nur wenig über den Buddhismus. Es gibt in Nord Vietnam keine Institutionen, die die Buddhistische Lehre verkünden. Gleich nachdem sie den ersten Dharma-Vortrag von Thay gehört hatte, beschloss sie Nonne zu werden, um sich selbst, ihre Familie und ihre Freundinnen darin zu unterstützen, Leiden zu lindern und zu transformieren. Bereits drei Tage nach diesem Treffen mit Thay ging sie zum Prajna Kloster, um Novizin zu werden. Sie war erst 25 Jahre alt. Vorher hatte sie an der Universität Hanoi Wirtschaft studiert. Sie ist die Tochter von hohen Regierungsbeamten. Sie hat ihre Karriere als erfolgreiche Kauffrau, trotz aller Proteste ihrer Familie, aufgegeben und ihrer Familie den Rücken gekehrt.

Schwester Bieu Nghiem hat vier Geschwister. Obwohl sie sehr begabt und talentiert ist, hatte sie immer das Gefühl, dass sie nicht gut genug sei, nicht so schön und hübsch wie ihre drei anderen Geschwister. Als Nonne war es ihre erste Praxis, diesen Komplex zu überwinden. Ihre enorme Freude ist das Dharma, und ihr größtes Glück, der buddhistischen Praxis von Plum Village begegnet zu sein und diese zu erlernen. Sie praktiziert mit ganzem Herzen und unterstützt die Sangha, ihre Brüder und Schwestern im Kloster, so gut wie sie nur kann. Sie liebt Kinder genauso wie ältere Menschen. Sie kann sehr gut mit Kindern spielen und diese anleiten, verwöhnt sie aber auch gleichzeitig.Ihre Stärke und ihre professionellen Fähigkeiten als Kauffrau stellt sie dem EIAB zur Verfügung. Sie ist die Kassenwartin und verantwortlich für die Buchführung im EIAB. Sie ist sehr stolz auf ihre nordvietnamesische Kochkunst und wirklich eine hervorragende Chefköchin.

Sie ist sehr großzügig und opfert ihre Zeit, ihre Talente und Energie zum Wohl aller Menschen. Schwester Bieu Nghiem ist sehr glücklich, den Menschen zu dienen und ihnen helfen zu können.

Schwester Chieu Nghiem wurde im Jahr 1976 geboren und mit 31 Jahren ordiniert.

Da ihre gesamte Familie dem Buddhismus herzlich zugewandt ist, wurden die guten Samen in ihr, bereits in der Kindheit gewässert. Sie hat lange darauf gewartet, dass Thay nach Vietnam zurück kam, um von ihm ordiniert zu werden.

Ihre leibliche Schwester, Schwester Ich Nghiem, war schon sechs Monate vor ihr in den Orden eingetreten. Schwester Chieu Nghiem brauchte auch Zeit, um sich von ihrer Tätigkeit als Buchhalterin zu trennen. Als Nonne lebte sie zuerst im Kloster Bat Nha in Vietnam, danach in Plumvillage in Südfrankreich und schließlich im `Maison de L'inspire´ in Paris, bevor sie sich im EIAB niederließ.

Schwester Chieu Nghiem ist eine wunderbare Schwester mit großer Begabung und Geschicklichkeit. Sie bringt viele neue Ideen und Kreativität in die Arbeit ein. Sie hat ein gutes Empfinden für eine ansprechende Gestaltung unseres Institutes. Im EIAB hat sie mit Tat und Kraft den Garten gestaltet sowie das Innere und Äußere unserer Gebäude dekoriert.

Schwester Chieu Nghiem fühlt sich überall zu Hause. Sie hilft ihren Schwestern und Brüdern im EIAB das Institut aufzubauen und versucht, trotz einer Schilddrüsenerkrankung, mit ganzem Herzen überall zu helfen, wo Hilfe benötigt wird. Ihre Hauptarbeit im EIAB ist die Betreuung unseres Buchladens.

Schwester Chinh Nghiem wurde im Jahr 1982 geboren und mit 25 Jahren ordiniert. Bereits im Alter von acht Jahre wollte sie Nonne werden. In ihrer Kindheit hörte sie sehr gerne Erzählungen über das Leben des Buddhas vor seiner Erleuchtung oder die Geschichte des ehrwürdigen Mahamaudgalyayana, der in die Hölle ging, um seine Mutter zu retten oder die Geschichte des Bodhisattva Kshitigarbha. Diese Geschichten haben das kleine Kind stark beeinflusst.

Als Thay im Jahr 2007 nach Vietnam zurückkehrte, kamen viele junge Menschen zu ihm, um seine Schüler zu werden. Darunter war auch der jüngere Bruder von Schwester Chinh Nghiem, der jetzt unser Bruder Phap Tho ist. Bei einem Besuch ihres Bruders im Bat Nha Tempel war die Schwester so tief beeindruckt von der Lehre und Praxis von Plumvillage, dass sie sich unmittelbar für das Kloster entschied. Damals arbeitete sie als Angestellte in einer Naturkautschuk verarbeitenden Fabrik und verdiente ziemlich gut. Mit dem Geld unterstützte sie ihre Familie. Sie fühlte sich dennoch ihren Eltern gegenüber schuldig, weil sie als Tochter nicht nett und liebevoll genug zu ihnen war. Sie gab ihnen zwar das Geld, aber nicht genug Liebe. Sie fühlte, dass wenn sie Nonne wäre, könnte sie ihren spirituellen Verdienst ihren Eltern widmen.

Von Plumvillage in Thailand wechselte sie nach Plumvillage in Frankreich und kam dann einige Jahre später ins EIAB. An Deutschland schätzt sie besonders die Umwelt, das Wetter, und die Landschaften sowie die Menschen. Im EIAB wünscht sie sich mehr gemeinsame Aktivitäten der Nonnen und Mönche, z. B. gemeinsamen Unterricht oder zusätzliche gemeinsame Meditation. Sie wünscht sich, dass die Nonnen und Mönche des EIAB bald gemeinsam mit ihren Gästen in der neuen Meditationshalle sitzen können.

Schwester Dien Nghiem ist im Jahr 1986 geboren. 2005 lernte sie Thay kennen. 2007, im Alter von 21 Jahren, wurde sie zur Nonne ordiniert.

Schwester Dien Nghiems Wunsch war es, die Verantwortung für ihr Leben ganz anzunehmen. Ihre Mutter jedoch wollte nicht, dass ihre Tochter Nonne wurde. Sie befürchtete, dass ihre Tochter unter den Einschränkungen des klösterlichen Lebens leiden würde, denn es bedeutet harte Arbeit, frühes Aufstehen, viele Gebote sowie zahlreiche Verbote. Deshalb verschwieg Schwester Dien Nghiem ihrer Mutter anfangs ihre Absicht um die Ordination zu bitten. Sie sagte ihre Mutter nur, dass sie an einem Retreat für junge Menschen im Kloster Bat Nha teilnehmen wolle. Nach Beendigung des Retreats blieb sie jedoch im Kloster und wurde ordiniert.

Erst nach der Ordination hat sie ihre Mutter darüber informiert. Jetzt ist die Mutter sehr glücklich über die Entscheidung ihrer Tochter. Denn Schwester Dien Nghiem war eine sehr glückliche Novizin und das konnte ihre Mutter annehmen. Für Schwester Dien Nghiem ist das Kloster Bat Nha der Ort, der ihr eigenes Bodhicitta, ihren Willen, den Menschen zu helfen und zu dienen sowie das Bodhicitta zahlreicher anderer Brüder und Schwestern genährt hat. Im EIAB fühlt sie sich glücklich und zuhause. Die wunderschöne Umgebung und die hilfreichen Lebensbedingungen im Institut begünstigen ihre Praxis und nähren ihr Glück.

Schwester Duy Nghiem wurde 1983 geboren. Sie wurde im Alter von 25 Jahren als Nonne ordiniert. Als Bankangestellte führte sie in Vietnam ein recht bequemes und angenehmes Leben, trotzdem wollte sie nicht immer in den Kreis des Leidens, in das Samsara, zurückkehren. Schwester Duy Nghiem sah sich durch Thays Buch „Wie Siddharta zum Buddha wird“ in ihrer Sichtweise sehr unterstützt. Als sie ihren Wunsch äußerte, Nonne zu werden, drohte ihr Vater damit sich das Leben zu nehmen. Ihre Mutter verhielt sich indifferent: weder unterstützte sie den Wunsch ihrer Tochter, noch hinderte sie sie an dessen Verwirklichung.

Schwester Duy Nghiem ist die jüngste Tochter in ihrer Familie und war das Lieblingskind ihres Vaters. Nachdem Schwester Duy Nghiem Nonne wurde, hat ihr Vater sie nicht mehr sehen wollen und weigerte sich, sie weiterhin als seine Tochter zu akzeptieren. Erst nach einem Jahr ging Schwester Duy Nghiem nach Hause zu ihrem Vater, entschuldigte sich für den Schmerz, den ihre Entscheidung bei ihm ausgelöste hatte und konnte gemeinsam mit ihm einen Weg der Versöhnung beschreiten, indem sie zusammen die Zeremonie des Neubeginns durchführten.

In Deutschland mag sie besonders die Ordentlichkeit und die Disziplin. Am Leben im EIAB schätzt sie das regelmäßige buddhistische Studium der Nonnen und Mönche sehr. Sie genießt es sehr, dass die Brüder und Schwestern miteinander in Harmonie leben, sich unterstützen und einander immer den Vorrang geben. Sie erfährt jeden Tag aufs Neue, wie jeder seine eigene Verantwortlichkeit erkennt. Alle praktizieren gemeinsam, um sich selbst zu transformieren sowie sich gegenseitig auf dem Weg ihrer Heilung zu unterstützen.

Schwester Hien Nghiem ist 1983 geboren und wurde 2007 zur Nonne ordiniert. 2005 hörte sie zum ersten zum ersten Mal Thay´s Dharma-Vortrag in Vietnam. Es war das erste Mal, dass sie eine neue Art der Darstellung der buddhistischen Lehre kennenlernte.

Thay sagte, wir können sofort glücklich sein. Wir müssen uns nicht nach der Zukunft sehnen um glücklich zu sein. Thay spricht auch über das Leiden vieler junger Leuten und über deren Selbstmorde, weil sie nicht wissen wie Sie mit Ihren starken Emotionen umgehen sollen, da ihr Leben so von Stress bestimmt wird. Thay hat in diesem Zusammenhang verschiedene Praktiken genannt, mit denen wir üben können. Schwester Hien Nghiem hat diese Anweisungen befolgt und erkannt, dass diese Übungen sehr wirksam und erfolgreich sind bei Ihren Problemen und Schwierigkeiten.

Sie fragte sich selbst warum sie nicht 100% der Zeit in dieser heilsamen Umgebung leben sollte. So hätte sie immer die Möglichkeit zu praktizieren, um glücklich und friedvoll zu sein. Außerdem will Sie sich durch Ihre Praxis selbst verstehen und glücklich leben. Davor hat Sie Informationstechnologie studiert.Nach dem Studium hat Sie noch ein Jahr lang gearbeitet bevor Sie in den Orden eintrat. Sie hat 2 Brüder und 2 Schwestern. Beide Schwestern sind Nonnen in plumvillage geworden.

Schwester Ich Nghiem wurde 1975 geboren und mit 31 Jahren ordiniert.

Sie stammt aus einer Familie mit starken buddhistischen Wurzeln. Ihre Großeltern hatten als Laien ein Kloster gebaut und gegründet, damit die Mönche die Möglichkeit hatten zu praktizieren. Dank dieser spirituellen Wurzeln ihrer Großeltern, sind auch die Kinder und Enkelkinder sehr spirituell orientiert. Von den elf Geschwistern Schwester Ich Nghiems sind fünf Nonnen und Mönche geworden. Auch ihre Mutter ist eine Nonne. Ihr Bruder ist der Abt der Pagode Hoi Ton, einer berühmten Pagode in Vietnam mit wunderschöner alt-buddhistischer Architektur. Schwester Chieu Nghiem, die ebenfalls im EIAB lebt, ist ihre leibliche Schwester. Schwester Ich Nghiem hat 2014 die Dharma-Lampe von Thay erhalten.

Im EIAB ist sie eine wunderbare große Schwester und kümmert sich rührend und mit großer Verantwortung um ihre jüngeren Schwestern. Sie ist leise, aber fein, gewissenhaft, arbeitet sehr achtsam, sorgfältig und nur für das Wohl der Sangha und aller Wesen. Was sie sehr gerne schätzt in Deutschland und im EIAB sind die guten Bedingungen für die Praxis zum Kultivieren eines spirituelles Leben. Sie schätzt die Kultur und den Umweltschutz in Deutschland sehr. Ihre Praxis und auch ihre Wunsch für das EIAB ist es, in Harmonie mit allen zu leben, mit Liebe und Akzeptanz für einander.

Schwester Luu Nghiem wurde 1989 geboren und mit 13 Jahren ordiniert. Bereits als kleines Kind hat sie sehr gerne buddhistische Klöster besucht und sich dort häufig aufgehalten. Bevor sie als Nonne in das Kloster aufgenommen wurde, verbrachte sie dort eine einjährige Probezeit.

In ihrem Leben als Nonne hat sie auch viele Schwierigkeiten und Herausforderungen erlebt. Aber seitdem sie im EIAB lebt, blüht sie auf. Jetzt ist sie in der Sangha eine große Schwester und auch eine Dharmalehrerin geworden. Sie ist sehr zart, sehr leicht, sehr sanft und sehr gewissenhaft in ihren Arbeiten und auch beim Praktizieren der buddhistischen Lehre.

Schwester Pho Nghiem wurde 1980 geboren. Ihre Eltern haben 6 Kinder, davon sind 3 Mönche und Nonnen. Ihre Praxis ist es, in jeder Situation glücklich zu sein und Schwierigkeiten zu überwinden.

Vor ein paar Jahren hat sie erfahren, dass sie Brustkrebs hat. Ohne jemandem in der Sangha oder ihrer leiblichen Familie Bescheid zu sagen, hat sie sich heimlich selbst mit chinesischen Kräutern, Meditation und Massage behandelt. Als sie letztlich zum Arzt kam, haben die Ärzte festgestellt, dass der Krebs schon im fortgeschrittenen Stadion ist. Nach jahrelanger Chemotherapie und Operation, ist sie heute nicht mehr im Lebensgefahr. Trotz schwerer Krankheit ist sie immer fröhlich und zuversichtlich. Sie hat niemals an ihrer Heilung gezweifelt und hatte auch überhaupt keine Angst. Ihre Krankheit hat sie akzeptiert und ist immer freundlich und nett zu allen Menschen. Sie sagt, die Praxis hat ihr sehr viel geholfen stabil und immer positiv zu sein und Vertrauen zum Leben zu haben.

Schwester Trang Huyen Dieu ist 1986 geboren und wurde im Jahr 2010 zur Nonne ordiniert. Sie ist die älteste Tochter von 3 Geschwistern. Seit ihrem 6. Lebensjahr sammelte sie ersten Erfahrungen mit ihrer „buddhistischen Familie". Diese buddhistischen Aktivitäten fanden als spezielle Betreuung für die Kinder der Klostergemeinde statt. Im Alter von 14 Jahren begann sie damit Bücher von Thich Nhat Hanh zu lesen. Diese Bücher (1. Wie Siddharta zum Buddha wurde, 2. Jugend, Liebe und Ideal, 3. Gespräch mit den Jugendlichen um eine Richtung im Leben zu bekommen) haben Sie in ihrer Entscheidung Nonne zu werden maßgeblich beeinflusst.

2007 traf sie dann Thay erstmals persönlich im Alter von 23 Jahren. Sie sieht in Thay einen wahren Mönch, der sie in vielen Hinsichten beeindruckt hat. Sein leichtfüßiger Gang, die starke Ausstrahlung, seine Authentizität und sein ruhiges Gemüt beeindruckten sie nachhaltig. Ihr Herzenswunsch seit frühester Kindheit war es Nonne zu werden, aber ihr Vater gestattete ihr diesen Wunsch nicht. Über 3 Jahre hinweg lief sie häufiger von zu Hause weg, um im Kloster als Nonne leben zu können. Jedes Mal brachte sie der Vater zurück ins Dorf. Aufgrund ihrer Beharrlichkeit gab der Vater seinen Widerstand nach 3 Jahren endlich auf und Huyen Dieu konnte ihrem Herzen folgen.

Sie lebte vier Jahre im Plum Village in Frankreich und entschied sich dann für den Weg ins EIAB. Hier ist sie sehr glücklich. Die Harmonie der Sangha ist ihr besonders wichtig. Die Einfachheit und Bescheidenheit sind Ideale, die sie als Nonne schätzt. Durch die tägliche Praxis sieht sie sich selbst viel klarer und kann frei von Anhaftung leben. Das Ziel ihrer Praxis ist der weitere Aufbau und Weiterentwicklung der Sangha und des EIAB.

Schwester Trang Ngan Phuong ist 1996 als jüngste Tochter von 4 Geschwistern geboren. Weil ihr Haus sehr nah am Kloster lag, besuchte sie schon mit 6–7 Jahre sehr oft und sehr gerne das Kloster. Und bereits im Alter von 8 oder 9 Jahre lebte sie im Kloster.

In diesem Kloster lebte nur eine einzige Nonne zusammen mit vier anderen Frauen, die ihr halfen. In der Nachbarschaft gab es auch ein 9-10 Jahre altes Mädchen, dessen Familie sehr arm war. Die Eltern schickten das Mädchen ins Kloster, damit sie dort Essen und schulische Ausbildung von der Nonne bekommen konnte. Da dieses Mädchen im Kloster so allein war, fragte die Nonne Schwester Ngan Phuong, ob sie vielleicht auch zum Kloster kommen möchte, um mit dem Mädchen zu spielen.

Schwester Ngan Phuong hat das Leben im Kloster gern gemocht und wollte von Anfang an dort bleiben. Ihre Eltern haben sie immer wieder abgeholt aber nur einen Tag später lief Schwester Ngan Phuong wieder zurück zum Kloster, oft auch heimlich. Dieses hin und her zog sich über ein paar Monate, dann haben Ihre Eltern schliesslich aufgegeben. Das andere Mädchen hingegen mochte das Klosterleben nicht und ging nach einigen Monate wieder weg.

Schwester Ngan Phuong aber blieb dort. Sie schlief allein in der Küche des Klosters. Mit 9 Jahren half sie schon viel im Kloster mit, kehrte den Hof, machte den Abwasch und kümmerte sich um die schmutzige Wäsche. Sie stand auch um 3 Uhr morgens gemeinsam mit der Nonne auf. Über zwei Jahre hat sie so alleine im Kloster praktiziert. Besonders liebt sie das Chanting und Rezitieren der Sutren. Als sie 11 Jahre alt war wurde sie offiziell im Kloster als „Dieu" aufgenommen (Vorstufe eines Novizen für Kinder, die noch zu jung sind, um Novize zu werden). 2 Jahre lang besuchte sie die normale Schule, danach wurde sie zur Buddhistischen Schule geschickt. In dieser Zeit wurden noch drei weitere „Dieu" im Kloster aufgenommen.

Da ihr Bruder drohte, sie wieder zurück nach Hause zu bringen, hat ihre Nonnen-Lehrerin sie zum Kloster Dieu Tram in Hue gesandt. Dieses Nonnen-Kloster gehört zu der Wurzelpagode „Tu Hieu" von unserem Lehrer Thay. Damals hatte sie noch nichts von Thay und von Plum Village gehört. Also lernte sie, nach der Plum Village Tradition zu praktizieren und wurde 2012 mit 15 Jahre ordiniert. Sie verbrachte 3 Jahre im Kloster Dieu Tram in Vietnam bevor sie nach Plum Village in Thailand versandt wurde. Dort blieb sie weitere 3 Jahre und wechselte im Jahr 2016 ins EIAB. Am Anfang hatte sie im EIAB sehr viel Heimweh nach Thailand und Vietnam, weil ihr die Umgebung so fremd war. Jetzt gewöhnt sie sich langsam an ihren neuen Praxisort, die neue Kultur und das kältere Klima. Sie ist die jüngste Schwester im EIAB und sehr rein und frisch.

Schwester Trang Sang Soi wurde 1993 geboren. Mit 18 Jahren wurde sie sich ordiniert. Aufgewachsen ist sie mit fünf Brüdern. Schwester Trang Sang Soi rezitiert besonders gerne die Sutren, welche von Thay ins Vietnamesisch übersetzt sind.

Die Worte in den Sutren wässern die guten Samen in ihr und inspirieren sie auf ihrem spirituellen Weg.

Gerne überläßt sie dem Zufall, wohin der Weg sie führt und freut sich auf alles, was auf sie zukommt

Schwester Trang Thanh Tuu erblickte im Jahr 1990 das Licht der Welt und erhielt die Ordination zur Nonne mit 22 Jahren.

Ihre Eltern haben insgesamt 6 Kinder, wovon 3 sich für ein Leben als Nonne bzw. Mönch entschlossen haben. Sie will als Nonne das Glück und die Freude nicht nur für sich allein kultivieren, sondern auch für alle anderen Wesen. Sie lebt sehr gerne im EIAB, denn hier ist es ruhig und friedvoll. Ihre Brüder und Schwestern sind ehrlich nett und gut zueinander, wie in einer normalen Familie. Sie erkennt durch das Klosterleben worin das wahre Glück besteht und ist in der Ausübung Ihrer Praxis mit vollem Herzen dabei. Sie nimmt die Ratschläge Ihrer Brüder und Schwestern an und weiß diese auch zu schätzen, da sie sie zu einer besseren Nonne machen. Sie bringt ihrem Institutsleiter und großem Dharmalehrer Thay Phap An eine große Wertschätzung entgegen.

Schwester Thuc Nghiem wurde im Jahr 1981geboren und ist mit 27 Jahren in den Orden eingetreten. Sie ist in einer Familie mit vier Geschwistern aufgewachsen und die einzige Tochter ihrer Familie. Bevor sie in das Kloster eintrat, hat sie fünf Jahre lang in einer taiwanesischen Firma gearbeitet, die in Vietnam Schuhe herstellt.

Als sie sieben Jahre alt war, hat sie sich gemeinsam mit ihrem jüngeren Bruder entschlossen, Vegetarierin zu werden.

Sie hat das Leiden in ihrer Familie schon als Kind erlebt, denn ihre Eltern haben sehr oft miteinander gestritten. Ihre Mutter war in ihrer Kindheit ein Einzelkind und psychisch sehr labil. Schwester Thuc Nghiem wollte daher bereits deshalb sehr früh in das Kloster gehen. Aber ihre Mutter hatte ihr es verboten. Ihr jüngerer Bruder hat dann alles vorbereitet, damit sie zum Prajna Kloster gehen konnte, um dort ordiniert zu werden.

Im Kloster hat sie immer an ihre Eltern gedacht und will auch heute noch sehr gut praktizieren, um ihren Eltern zu helfen. Jetzt – nach fast sieben Jahren als Nonne – ist sie die spirituelle Unterstützung für ihre Eltern. Im EIAB ist sie sehr dankbar für die Sicherheit und Geborgenheit, die sie hier in Deutschland erfährt. Sie erlebt die deutsche Sprache als sehr schwierig und praktiziert daher, diesen Gedanken loszulassen, damit sie die fremde Sprache noch besser beherrschen kann. Mittlerweile kann sie sehr gut Deutsch und kann mit den Gästen unterhalten und mit ihnen ins Gespräch kommen.

Schwester Thuc Nghiem mag es sehr gerne, die Kursteilnehmer zu unterstützen, da sie spürt, dass zahlreiche Menschen hier sehr einsam sind. Wenn sie zum EIAB kommen, suchen sie einen Ausweg, der sie aus ihrem Leiden und ihrer Einsamkeit herausführt. Daher unterhält Schwester Thuc Nghiem sich gerne mit den Kursteilnehmern, um ihnen auf dem Pfad der Heilung und Transformation zu helfen. Schwester Thuc Nghiem schätzt die Praxis sehr und ist sich bewusst, wie sehr sie ihr selbst bei der Überwindung vieler Schwierigkeiten im Leben geholfen hat.

Schwester Trang Hien Ngoc ist 1989 geboren und wurde im Jahr 2012 ordineirt, als sie 21 Jahre alt war. Sie wollte nach der Schule Lehrerin werden. Sie hat Thay 2008 im Bat Nha Kloster zum 1. Mal getroffen als sie 19 Jahre alt war. Innerhalb eines Monats nach dem sie Thay und die Sangha kennen gelernt hatte, entschied sie sich in den Orden einzutreten.

Sie hat in Thay sehr viel Liebe erkannt und die Plumvillage Sangha strahlt sehr viel Frieden und Glück aus. Was sie besonders beeindruckt hat, ist, dass die Mönche und Nonnen so jung sind aber in sich so viel Ruhe und Gelassenheit tragen. Dabei sind sie sehr friedvoll.

Sie erkennt, dass die junge Mönche und Nonnen ein so schönes Leben führen. Sie folgen nicht dem weltlichen Leben wie Geld, Macht, Besitz, oder Ruhm oder ihrem eigenen Glück.

So wollte Schwester Trang Hien Ngoc auch sein. Dadurch dass das Kloster Bat Nha geschlossen wurde und es nicht gestattet war, junge Leute aufzunehmen, musste sie noch ein paar Jahre warten bis sie endlich in Thailand ordiniert werden konnte. Ihre Familie hat 4 Geschwister. Ihr älterer Bruder ist bereits ein Mönch (Bruder Phap Lich ebenfalls im EIAB), ihr jüngerer Bruder ist auch ein Mönch (Bruder Phap Bang in Plum- Village / Frankreich). Ihr Cousin ist auch ein Mönch (Bruder Hien Luong, ebenfalls im EIAB). Sie hat sich entschieden zum EIAB zu kommen, denn hier hat sie ihren leiblichen Bruder Phap Lich und ihren Cousin Hien Luong bei sich. Hier im EIAB schätzt sie besonder die günstigen Bedingungen für das spirituelle Vorankommen. Sie ist sehr selbstständig, achtet auf Ordnung, zeigt viel Disziplin und pflegt den Garten sowie die Dekoration im EIAB mit Freude, mit Liebe und mit ihrer kunstvollen Geschicklichkeit .

Sie ist sehr fleißig und unterstützt die Sangha mit ganzem Herzen. Sie arbeitet nicht nur im CTC des EIAB (Care Taking Council) sondern auch eine ausgezeichnete Köchin, die der Sangha und den Gästen fantastische und aufwendige Gerichte serviert.

Schwester Trang Huyen Khong wurde 1992 geboren und mit 18 Jahren ordiniert. Ihre Mutter starb, als sie 15 Jahre alt. Ihr alleinerziehender Vater hat sechs Kinder groß gezogen, von denen 3 Kinder Mönche und Nonnen geworden sind.

Ein leiblicher Bruder von ihr ist Bruder Phap Xu, der derzeit als Attendant von Thay in Thailand lebt. Schwester Trang Huyen Khong wollte schon immer Nonne werden, weil sie früh erkannte, dass es im Leben so viel Leiden gibt.

Da sie ihre Mutter ersetzen musste, als sie noch jung war, hat sie sehr früh die Verantwortung, Disziplin, Ordentlichkeit, Aufmerksamkeit für die Bedürfnisse ihrer Familie entwickelt. Diese guten Eigenschaften machen aus ihr eine wunderbare Nonne.

Im EIAB ist sie sehr berührt, wenn sie sieht, dass sehr viele Menschen immer wieder zurück zum EIAB kommen, um zu praktizieren und um ihr Leiden zu transformieren. Sie erlebt auch, dass diese Freunde/innen sehr erfolgreich sind mit ihrer Praxis, denn sie erscheinen auch leichter und strahlender, glücklicher als früher.

Die Praxis von Schwester Trang Huyen Khong ist es, jeden Tag zu üben, dass ihr spiritueller Weg genauso wunderschön bleibt wie zu Beginn und dass sie ihre Bodhicitta-Energie aufrecht erhält.

Schwester Trang Thong Dong kommt aus Südvietnam und wurde 1983 geboren. Fünf von ihren Familienmitgliedern sind buddhistische Mönche und Nonnen.

Sie mag sehr gerne die Leichtigkeit und ist kein komplizierter Mensch.

Schwester Trang Thong Dong lebt sehr gerne in Deutschland. Sie schätzt die Natur, das Wetter in Deutschland, die Kultur und auch die Menschen hier.

Ihre Lieblingsbeschäftigung ist die buddhistische Basispraxis von Sitzmeditation, Gehmeditation, Dharma Vorträge hören, sowie den Dharmaaustausch und das Sharing. Sie ist sehr glücklich, zusammen mit der Sangha zu leben. Sie will gerne praktizieren um schöner, glücklicher und leichter zu sein.

Schwester Trăng Tuổi Thơ („Mond der Kindheit“) ist in der Familie „Gelber Bambus“ in Plum Village Thailand 2010 ordiniert worden als sie 16 Jahre alt war. Sie hat drei Geschwister. Ihr ältester Bruder ist Mönch geworden als er 13 Jahre war. Ihre Eltern sind hingebungsvolle Buddhisten. Sie leiteten auch die Buddhistische Jugendgruppe in ihrer Gemeinde. Die Eltern waren arm und konnten ihren Kindern keine schulische Ausbildung ermöglichen. Deshalb wollten sie, dass ihre Kinder zum Tempel gehen, um ein gutes, gesundes und heilsames Leben zu haben anstatt richtungslos durchs Leben zu wandern.

Im Alter von 8 Jahren hat Schwester Trang Tuoi Tho bereits das Buch „Wie Siddharta zum Buddha wird“ gelesen. Sie war sehr inspiriert vom Leben des Buddha und wollte sogleich auch Novizin werden, so wie Ihr Bruder. Ihr Mönchsbruder besuchte die Familie ab und zu und faszinierte sie. Ihr Vater hatte Schwester Trang Tuoi Tho aber gebeten, noch ein paar Jahre damit zu warten, ihren Traum zu verwirklichen, da sie noch sehr jung war. Als Thay dann nach Vietnam zurückkam, haben Ihre Eltern sie vollkommen darin unterstützt, Nonne in der Tradition von Thay zu werden. Sie wurde nach Thailand entsandt für die Ordination als Novizin.

Nach 20 Monaten Praxis in Thailand wechselte sie nach Plum Village in Frankreich. Dort diente sie für 4 Jahre bevor sie zum EIAB entsandt wurde. In den 2 Jahren im EIAB hat sie durch ihre tägliche Praxis sowie aus dem Leben selbst heraus sehr viel gelernt, neue Erfahrungen gesammelt und ist auf ihrem spirituellen Weg sehr gewachsen. Sie beobachtete wie nicht nur die Landschaft im und um das EIAB sich änderten, sondern auch die Menschen. Viele Brüder und Schwestern haben in andere Zentren gewechselt, neue Menschen kamen dazu. Auch die Teilnehmer/Innen, die früher hier waren haben sich gewandelt.

Die heilsame und friedvolle Energie im Haus und in den Gärten des EIAB hat die dunkle, kalte und depressive Atmosphäre aus dem EIAB gedrängt. Sie fühlt sich sehr wohl und entspannt in diesem großen Haus. Die Kälte der Mauern wird Tag für Tag mit der Wärme der Praxis von den Mönchen, Nonnen und Laienpraktizierenden durchdrungen. Sie bittet die Drei Juwelen um ihren ständigen Schutz für das Institut, damit dieser Ort immer mehr an Stabilität gewinnt, um allen Suchenden und zukünftigen Suchenden eine Zuflucht bieten zu können.

Kurzbiografien der EIAB Brüder

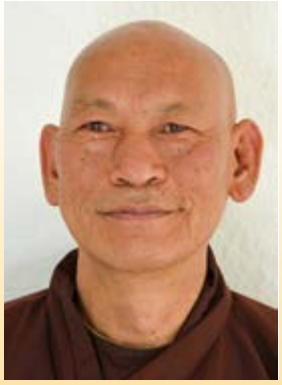
Bruder Pháp Ấn, Jahrgang 1963, wurde im Jahr 1992 ordiniert. Er ist der einzige Bruder in der Ordinationsfamilie mit dem Namen „Boddhi-Baum“. Bruder Phap An wurde als vierter Mönch von Thay in Plumvillage/Frankreich ordiniert. Bruder Phap An bringt den Menschen sehr viel Liebe, Verständnis und Akzeptanz entgegen. Durch seine sorgfältige, herzliche Praxis der liebevollen Rede und des tiefen Zuhörens, kann er sehr vielen Menschen helfen, ihr Leiden zu lindern. Er ist ein Meister darin die Blumen seiner Mitmenschen zu wässern. Seine bevorzugte Praxis ist die Tiefenentspannung. Sie dient der Lösung von Stress und emotionale Blockaden in Körper und Geist. Als ehemaliger Wissenschaftler forscht er gerne in der Geschichte von Buddha, den modernen Neurowissenschaften und der westlichen Psychologie. Er freut sich sehr, wenn er sein Wissen und seine Praxis weitergeben kann.

Bruder Phap Tuyen ist 1973 geboren worden. Er hat noch 8 weitere Geschwister. Dank seiner Großmutter und seiner Eltern ist er bereits im Alter von 10 Jahren mit dem Buddhismus in Berührung gekommen. Er und seine Familie sind hingebungsvolle Buddhisten.

Bruder Phap Tuyen erkannte, dass es um ihn herum, in seiner Familie, im Umfeld seiner Verwandten und Bekannten sehr viel Leiden gibt und viele Ehen sehr unglücklich verlaufen. Das motivierte ihn Mönch zu werden. Er wollte anderen helfen und Leiden transformieren. Mit 24 Jahren wurde er in dem Kloster seines Dorfes, das er oft besuchte, ordiniert.

1997 hat er zum ersten Mal das Buch von Thay „Gespräch mit 20-Jährigen“ auf Vietnamesisch gelesen. In der Zeit im Kloster las er noch viele Büchern von Thay. Er erkannte, dass er als Mönch nicht nur da sitzen und für sich allein praktizieren möchte. In der Tradition seines Klosters verlassen die Mönche ihr Kloster nicht, sie rezitieren Sutren und praktizieren im Rahmen von Zeremonien (z.B. Beerdigungen). Die Tradition von Plum Village möchte vielen Menschen helfen, insbesondere jungen Menschen. Deshalb wechselte Bruder Phap Tuyen zum Bat Nha Kloster. Dort lebte er zwei Jahre und ging anschließend nach Plum Village in Frankreich. Im 2013 ist er dann ins EIAB gewechselt.

Bruder Phap Tuyen gehört zu den älteren Brüdern der EIAB Sangha. Nichts desto trotz ist er sehr bescheiden. Er ist sehr fleißig und übernimmt alle Aufgaben, die im Kloster anfallen: Einkaufen Kochen, Gartenarbeit , Geschirrspülen etc.. Momentan ist er hauptächlich für den Gemüsegarten im EIAB verantwortlich und erledigt den gesamten Einkauf der Sanga. Beide Aufgaben verrichtet er mit großer Hingabe und freut sich immer für andere da sein zu können und ihnen zu helfen.



Bruder Phap Luong ist 1958 geboren. Er wurde 2001 ordiniert. Seine Eltern haben 4 Söhne und 4 Töchter. Zwei seiner Brüder sind im Krieg als Soldaten gestorben. Seitdem er 8–9 Jahre alt ist, spürt er bereits, dass es Leiden gibt. Schon als er aufwuchs war es sein sehnlichster Wunsch, das Leiden in der Welt zu lindern.

Im Alter von 10 Jahren kam er oft zu dem buddhistischen Tempel in seiner Nachbarschaft, um heimlich die Früchte vom Bodhibaum zu pflücken. Eines Tages wurde er dabei von einem Mönch des Tempels erwischt. Aber anstatt ihn zu beschimpfen, wartete der Mönch stundenlang unten dem Baum, bereit ihn zu fangen, falls er vom Baum fallen würde. Ab und zu warnte der Mönch ihn, nicht so weit zu klettern, damit kein Ast abbricht und weder er noch der Baum verletzt wird. Nach einer Weile fragte der Mönch wieder „Hast Du genug gegessen? Bist Du schon satt? Lasse doch einige Früchte für die Vögel zurück!“.

In der Stimme des Mönches spürte Thay Phap Luong die unendliche Liebe für alle Wesen. Obwohl er auf eine katholische Schule ging und eigentlich kein Interesse an Buddhismus hatte, besuchte Brother Phap

Luong 4 Jahre lang täglich diesen Mönch und es entwickelte sich eine richtig gehende Freundschaft zwischen ihnen. Der Mönch gab Thay Phap Luong keinerlei Dharma-Vorträge. Die beiden unterhielten sich einfach nur als zwei Freunde. Später starb der Mönch an einem Gehirn-Tumor. Bruder Phap Luong war damals ca. 14–15 Jahre alt und sehr traurig über diesen Verlust. Aber die Buddhistischen Samen hatte der Mönch bereits in ihn gepflanzt. Durch diese Begegnung mit dem Mönch sieht Thay Phap Luong den Buddhismus charakterisiert als Liebe, Geborgenheit und Akzeptanz.

1980 ist Bruder Phap Luong aus Vietnam geflüchtet. Sein kleines, nur 13 m langes Boot war mit 106 Menschen an Bord völlig überladen. Wasser drang bereits ins Boot ein, es drohte zu sinken, und Bruder Phap Luong hatte seinen Tod schon akzeptiert. In letzter Sekunde kam das Schiff Cap Anamur dem sinkenden Flüchtlingsboot zu Hilfe und er konnte gerettet werden.

Bruder Phap Luong wurde zuerst nach Indonesien und später nach Deutschland gebracht. In Deutschland war er zuerst in einem Flüchtlingslager in Innenstadt bei Schweinfurt. Später arbeitete er 16 Jahre bei Siemens in München bevor er nach Plumvillage in Frankreich kam, um Mönch zu werden. Er schätzt das klösterliche Leben sehr, besonders die Übungen des engagierte Buddhismus von Thay, die Frieden und Harmonie in der Familie, in der Gemeinschaft und zwischen den Nationen nähren. Wir nennen ihn liebvoll auch den Bonsai-Mönch, weil er wunderschöne Bonsai-Pflanzen selbst kultiviert und pflegt. Sein Talent beim Blumenstecken ist herausragend. Am liebsten ißt er Deutsche Bohnensuppe. Bruder Phap Luong ist sehr großzügig, was sich auch in seinem von Thay übertragenen Ordensname widerspiegelt.

Bruder Phap Xa wurde im Dezember 1974 in der Naehe der Stadt Arnheim in den Niederlanden geboren. Er lebte auf einem Bauernhof, wurde christlich erzogen und ging jeden Sonntag in die Kirche. An der Universitaet in Enschede studierte er Mathematik, wo er auch Meditation, Yoga, Kung Fu und Taiji kennenlernte. Er beschloss chinesische Medizin zu studieren und fing an die chinesische Sprache zu lernen. Dank seiner Praxis des japanischen Zens wurde er auf die Buecher von Thay aufmerksam, die er sehr alltagstauglich fand. Er nahm an Zenretreats in den Niederlanden teil und besuchte im Jahr 2000 Plum Village zum ersten Mal. 2002 kuendigte er seine Arbeit um ein paar Monate in Plum Village praktizieren zu koennen. Dieser Aufenthalt gefiel ihm so gut, dass er beschloss Moench zu werden. Im Februar 2003 wurde er als Novize ordiniert, erhielt die volle Ordination im Januar 2006 und empfing die Dharma-Lampe im Januar 2010. Nach drei Jahren im Blue Cliff Kloster im Bundesstaat New York kam er im Juli 2010 nach Waldbroel, wo er seitdem lebt und lehrt. Sehr gerne geht er im Wald spazieren und geniesst die Verbundenheit mit der Natur. Mit anderen oder auch alleine nimmt er sich gerne die Zeit, seine Tasse Tee hunderprozentig zu geniessen.

Bruder Phap Cu ist 1987 geboren. Er hat seine Mutter sehr früh verloren. Sein Vater zog seine vielen Kinder alleine groß. Deshalb entwickelte Bruder Phap Cu bereits als Kind die Eigenschaften von Tüchtigkeit, Selbstverantwortung und Selbstdisziplin.

Bruder Phap Cu wurde mit 20 Jahren ordiniert. Er hat die Dharma-Lampe im Jahr 2016 erhalten. Er ist ein begeisterter Koch, und hat im EIAB schon mehrere gelungene Kochkurse gegeben. Er hat sehr viele Talente und Begabungen, ist nicht nur ein wunderbare Tai Chi/Qi Gong Lehrer, sondern leitet auch Kalligrafie-Kurse und Teemeditationskurse.

Bruder Phap Cu leitet auch jugendliche Gäste mit sehr viel Liebe, Verständnis und Fürsorge an. Er ist daher bei jungen und alten Menschen sehr beliebt. Im Eiab spielt er die Rolle des Problemlösers und Nothelfers: Überall, wo etwas kaputt geht, kommt er und hilft mit ganzem Herzen, mit all seinem Können – immer in Ruhe und mit Leichtigkeit!

Bruder Phap Cu interessiert sich für alles, und er will gerne Menschen, Natur und Länder erkunden. Er lebt sehr gesund dank mindestens 2 Stunden täglichen körperlichen Trainings (Qigong, Tai Chi, Konfu), gesunder Ernährung (wenig Fett und Süßigkeiten, dazu viel Gemüse) und ausreichendem Schlaf.

Bruder Hien Luong wurde 1995 geboren und mit 17 Jahren ordiniert. Er ist der ältere Bruder von zwei Schwestern.

Als er klein war, hat er den buddhistischen Einfluss seiner Verwandten gespürt und entwickelte den Wunsch, das Leben eines Mönchs zu führen. Als er zum ersten Mal eine DVD von Thay und der Plum Village Sangha sah, entschied er sich sofort für Plum Village. So wurde er nach der Ordination in Vietnam nach Thailand geschickt, wo er 5 Jahre praktizierte, bevor er freiwillig nach Deutschland wechselte. Was er an Deutschland gerne mag, ist vor allem das gute Klima und die frische Luft. Zudem mag er es gerne, in einer kleinen Sangha zu praktizieren. Die Sangha der Monastics in Plum Village Thailand ist sehr groß. Dagegen ist die Sangha im EIAB klein und übersichtlich. Er kann in einer kleinen Sangha seine Stärken und Fähigkeit ausprobieren und zur Entfaltung bringen. Zur Zeit geht er zum Deutschunterricht und macht sehr gute Fortschritte. Er kann schon 70 bis 80% Deutsch verstehen. Im Deutschunterricht hat er die Möglichkeit, mit Menschen aus anderen Ländern sowie Flüchtlingen zu sprechen. Durch den Kontakt mit ihnen erkennt er seine günstigen Bedingungen im Kloster und entwickelt dadurch tiefes Verständnis und Mitgefühl für seine Klassenkameraden, die unter sehr schwierigen Bedingungen leben. Bruder Hien Luong hat eine sehr hohe Motivation, Deutsch zu lernen. Er möchte später den Gästen helfen, Kurse leiten und das Dharma mit anderen teilen. Seine Lieblingsbeschäftigungen sind Fußball, Schwimmen, Sport. Auch mag er es gerne, einen Kochkurs zu geben, weil er dadurch mit den Gästen ins Gespräch kommen kann und viel Spaß mit ihnen hat. Seine Praxis ist es, mit allen Menschen im EIAB in Harmonie und unterstützend zusammen zu arbeiten.

Bruder Phap Hiep wurde 1988 geboren. 2007 kam er zu einem Besuch seines leiblichen Bruders, Bruder Phap Tri, ins Bat Nha Kloster und blieb dann zwei Monate, weil es ihm dort so gut gefallen hat. 2008 wurde er Novize auf Probe und 2009 richtiger Novize. Nachdem alle Nonnen und Mönche aus Bat Nha Kloster vertrieben worden waren, ging er 2010 zur Tu Hieu-Pagode, um dort weiter zu praktizieren.

2012 wechselte er nach Plum Village in Frankreich, von wo er im Mai 2018 zu uns kam. Er braucht noch Zeit, um sich in EIAB einzugewöhnen; die Organisation und die Aktivitäten sind hier neu für ihn.

Er freut sich, mit der hiersigen Sangha zu praktizieren und den Brüdern und Schwestern bei den verschiedenen Aufgaben zu helfen. Gerne weilt Bruder Phap Hiep in unserer schönen Obstwiese und klettert auch gerne in die Bäume, um Kirschen zu pflücken.

Bruder Phap Kinh ist 1989 geboren. Seine Eltern haben fünf Kinder. Er ist der jüngste Sohn und seine älteste Schwester ist eine Nonne seit Ihrem 12. Lebensjahr. Zu dieser Zeit war Phàp Kình nocht nicht einmal ein Jahr alt. das Kloster in dem seine Schwester praktiziert ist in der Nähe von seinem Haus. Also durfte Bruder Phàp Kình sie ab und zu im Kloster besuchen. Aufgrund dieser Tatsache kam er in Berührung mit dem Buddhismus. Obwohl er kaum Zeit hatte seine Schwester richtig kennen zu lernen und nie mit Ihr zusammen gelebt hat, fühlt er die tiefe Liebe und Verbundenheit als festes Band zwischen Ihnen und zwischen Ihr und jedem einzelnen seiner Familienmitglieder. Die buddhistischen Wurzeln in seinem Dorf sind ausgesprochen stark, weshalb alle Kinder schon in frühen Jahren die buddhistische Tradition leben und voll intergriert wurden. Die Spiritualität hatte in seinem Elternhaus einen festen Platz und in dem dafür zur Verfügung stehenden Raum stand auch der Ihm so vertraute und geliebte Altar. Im EIAB ist er ein verlässlicher Mönch der den Respekt und die Anerkennung aller Brüder und Schwestern genießt. Als Assistent von Thay Phap An stellte er seine großartigen Fähigkeiten unter Beweis. Sein Maß an Achtsamkeit ist bewunderswert und er gilt als Vorbild für viele junge Mönche und Nonnen. Er ist immer fröhlich, höflich und hilfsbereit. Schon als 10. Klässler wollte er Mönch werden, doch sein Vater empfahl ihm erst das Abitur abzulegen bevor er Mönch wird. Seine Schwester empfahl ihm diverse Kloster für die Ordination, jedoch kam es bei einem zufälligfen Besuch des Bat Nha Kloster zur Entscheidung, weil Phap Kinh dieses Kloster von Anfang an in seinen Bann gezogen hat. 2008 empfing er die Ordination zum Mönch und wechselte im Anschluß zum Kloster nach Thailand und verbrachte dort zwei gute Jahre. Zum EIAB in Waldbröl wechselte er 2011 und hier gefällt ihm vor allem der Jahreszeitenwechsel, da es diesen in Vietnam und Thailand nicht gibt. Seine Lieblingspraxis ist die Gehmeditation, weil er dann besonders gut die Natur genießen kann. Um sich spirituell weiterzuentwickeln und die Harmonie der Sangha aufrechtzuerhalten ist für ihn eine Selbstreflektion wichtig. Für Ihn bedeutet Mut sich die eigenen Fehler und Schwächen einzugestehen, um aus diesen zu lernen und sich zu verbessern.

Bruder Phap Lich ist im Jahr 1985 geboren. Die buddhistischen Samen wurden von seiner Mutter gewässert und genährt als er noch ein Kind war. Alle in der Familie sind Vegetarier. Seit frühester Kindheit hat er eine starke Zuneigung zum Buddhismus. Seine Mutter praktiziert den Buddismus zu Hause sehr gewissenhaft. Sie rezitiert die Sutren, übt die Erdeberührung , besucht sehr oft buddhistische Kloster und opfert dort ihre Arbeitskraft und spendet für die Mönche und Nonnen. Ihre Großzügigkeit und ihr spirituelles Leben hat auf ihre Kinder gewirkt. Obwohl sie ihre Kinder niemals ermutigt hat, Nonne und Mönche zu werden sind vier ihrer Kinder später Mönche bzw. Nonne geworden. Bruder Phap Lich hat immer seine Mutter zum Kloster gefahren, dabei hat er die Mönche kennen gelernt. Ein Mönch hat ihn angeschaut und seine Zukunft vorausgesagt, dass Bruder Phap Lich später Mönch sein wird. Als er 21 Jahre alt war, hat er beschlossen in den Orden einzutreten, aber zu einem anderen Kloster, das nicht in der Tradition von Plumvilage ist. Damals hat er noch nicht Thay und die Plumvillage-Sangha gekannt. Zufällig besuchte er einen Freund im Bat Nha Kloster. Dort war er sehr beeindruckt von der Plumvillage-Praxis und vom Sangha-Leben. Er hat seine Meinung geändert und ließt sich im Stammkloster von Thay, dem Tu Hieu- Kloster, im Jahr 2009 ordinieren. Bruder Phap Lich hat in 2018 die Dharma-Lampe erhalten. Das Leben im EIAB hat ihn sehr genährt, er kann hier das Mitgefühl weiter entwickeln. Er schätzt es sehr, als Workcoordinator zu arbeiten. Dadurch kann er viel lernen und wachsen. Er ist sehr glücklich, dass die Brüder und Schwestern mit ganzem Herzen arbeiten, um die Sangha zu unterstützen und um das EIAB aufzubauen. Er hat von dieser Willenskraft sehr profitiert.

Bruder Phap Thien wurde mit 25 Jahren ordiniert. Er gehört zu der ersten Gruppe von Mönchen und Nonnen, die von Thay ordiniert wurden, als er im Jahr 2005 zum ersten Mal nach Vietnam zurückkehrte.

Bruder Phap Thien war früher ein Mathematik-Lehrer und besitzt eine große musikalische Begabung. Er schreibt selbst sehr viele wunderschöne Meditationslieder und begleitet diese mit seiner Gitarre. Er kann sehr gut singen und seine Stimme berührt die Herzen der Menschen. Leider ist er sehr zurückhaltend und stellt seine Stärken und Talente ungern zur Schau.

Im EIAB ist er ein verlässlicher und ruhiger, älterer Bruder, der sich seit Jahren rührend um die Anmeldung für die Kurse im EIAB kümmert.

Bruder Phap Tri wurde 1988 in einem kleinen Dorf in der Nähe Hanoi´s geboren, als der mittlere von drei Brüdern. Sein Vater war Maurer und seine Mutter Bäuerin. Als Kind hat er Wasserbüffel gehütet. Deshalb hat ihn die Geschichte von Swasti, dem jungen Büffelhirten in Thay´s Buch „Wie Siddharta zum Buddha wurde" sehr berührt. Beim Lernen hatte er oft Kopfschmerzen und wollte daher mit Hilfe von Meditation seine Schmerzen lindern und einen klaren Kopf behalten. Bis zum Alter von 19 Jahren war ihm der Buddha unbekannt, da seine Familie nicht buddhistisch war und es im Norden Vietnams auch nicht viele Tempel gibt. Er fuhr zum Tu Hieu Tempel (Thays Wurzeltempel in Hue, einer Stadt in Zentralvietnam), um Meditation zu erlernen. Dort sah er dann zum ersten Mal viele Mönche und Novizen, darunter auch Kinder im Alter von 10 Jahren. Er blieb 21 Tage im Tempel. Am Ende seines Aufenthaltes stand für ihn fest: Ich will Mönch werden! Er erkannte, dass er hat hier einen guten Weg gefunden, um sich selbst und anderen Menschen helfen zu können. Seine Eltern waren zuerst traurig aber inzwischen haben sie Frieden mit seinem Leben als Mönch geschlossen. Ein paar Jahre später folgte ihm auch sein jüngerer Bruder. 2007 wurde er vom Orden nach Plum Village in Frankreich entsendet. Im September 2008 sandte ihn die Sangha ins EIAB. Er wusste schon bald, dass er hier bleiben wollte, um mit seiner Arbeit, seine Energie und seiner Praxis dem Ort und den Menschen hier zu helfen. Deshalb konzentrierte er sich ganz aufs Deutschlernen. Inzwischen kann er sehr gut Deutsch. Im EIAB hilft er oft im Kinderprogramm mit, denn mit Kindern zu spielen, macht ihm viel Freude. Er hat keinen anderen Wunsch, als weiter in der monastischen Gemeinshaft zu leben und zu praktizieren. Dharmalehrer zu werden, von Thay die Lampe zu erhalten, das bedeutet Verantwortung. Er möchte das Dharma weitergeben, um vielen Menschen zu helfen. In seinem monastischen Namen steckt das vietnamesische Wort für Wissen: Tri

Bruder Phap Trung ist 1978 geboren. Er wurde 2005 in der Tu Hieu Pagode ordiniert, während der zweiten Ordination nach der Rückkehr Thays nach Vietnam.

Vorher hat er schon Thay's Bücher gelesen obwohl Thay's Bücher in Vietnam verboten waren, aber in manchen Pagoden und Klöstern wurden sie heimlich angeboten.

Thay's Bücher „Wie Siddharta zum Buddha wird", „Die Sonne, mein Herz", „Der Weg des Geistes" ... haben ihn stark beeindruckt.

Bruder Phap Trung ist bei seiner Mutter aufgewachsen. Sein Vater hat seine Mutter sehr früh verlassen als er noch sehr klein war und so wurde er Zeuge ihres seelischen Schmerzens und ihrer darauf folgenden Erkrankung an Krebs.

Bruder Phap Trung fühlte sich auch mit seinem eigenen Leben unzufrieden und sehnte sich nach Befreiung im Buddhismus. Indem er Mönch wurde, hat er die Lösung für sein Leben gefunden. Als Mönch liebt er ein einfaches Leben und ist viel in der Natur. Er arbeitet auch gerne im Garten.

Er möchte den Konflikt zwischen seiner Mutter und der Familie seines Vaters lösen. Auch versucht er den politischen Konflikt in seiner Familie, zwischen Kommunisten und Antikomunisten beizulegen. Er fühlt sich genährt und glücklich, dass er sich durch seine Praxis, wieder mit seinem Vater und seinen zwei Halbbrüdern versöhnen konnte.

Bruder Troi Dinh Luc wurde im Jahr 1989 geboren und ist im Jahr 2013 in den Orden eingetreten.

Er ist der jüngste Sohn in einer Familie mit 4 Kindern. Sein Vater ist ein Vegetarier, deshalb hat Bruder Troi Dinh Luc auch schon vegetarisch ernährt, als er sehr klein war. Als ein begeisterter buddhistischer Praktizierender hat der Vater von Bruder Troi Dinh Luc viel in der buddhistischen Lehre geforscht . Auch hat er tieffundierte Kenntnisse über die Heilkräuter. Er besuchte oft die buddhitischen Tempel und bietet den Mönchen und Nonnen seine Hilfe und Unterstützung bezüglich der Heilung mit traditionellen Kräutern an. Bruder Troi nDinh Luc durfte als Kind immer seinen Vater zu den Klostern begleiten.

Seine Affiität zu dem Mönchsleben kam daher. Schon seit er 15 Jahre alt war, wollte er Mönch werden. Seine Mutter hat es ihm nicht erlaubt und meinte er wäre noch zu jung und konnte das harte Leben im Kloster nicht aushalten. Zumal war er der Liebling seiner Mutter. Erst als er 24 Jahre alt war, beschloss er, Novize in Plumvillage Tradition zu werden. Nach 3 Jahren in Thailand hat er zum EIAB gewechselt.

Sein besonders Interesse gilt dem Taichi sowie dem Kochen. Er gibt sehr viel Liebe und Mühe, um neue vegetarische Rezepte auszuprobieren und der Sangha anzubieten. Er liebt die schöne Natur in Waldbröl, die frische Luft und das Klima hier mit den 4 Jahreszeiten.

Bruder Troi Tue Giac wurde 1992 geboren. Er wurde im Alter von 22 Jahren ordiniert.

Bereits als Kind wurde ihm bewusst, dass er unter Depressionen leidet. Deshalb suchte er nach Hilfe in buddhistischen Klöstern. Er wanderte von einem Kloster zum anderen, bei keinem Kloster ist er lang geblieben bis er schließlich zur Tu Duc Pagode in Nha Trang kam. Dort hat er seine Brüder Troi Dinh Luc und Troi Tue Minh getroffen. Gemeinsam sind die drei Brüder in die Plumvillage Sangha eingetreten. Bruder Troi Tue Giac ist viel glücklicher als früher, er fühlt sich leichter durch die Praxis, obwohl er immer noch Schwierigkeit in der Kommunikation mit anderen Menschen hat.

In Deutschland gefällt ihm besonders die Natur, die schöne Landschaft, und das Wetter mit seinen vier Jahreszeiten. Er mag sehr gerne das Rezitieren der Sutren, der Lehrreden von Buddha. Er fühlt sich sehr berührt und inspirieren durch den Inhalt und den Wortlaut einer Sutra. Seine Lieblingsbeschäftigung ist, es in der Morgendämmerung den Tee zu genießen, bevor er zur Sitzmeditation in die Meditationshalle geht.

Er mag nicht sehr gerne zu den Retreats außerhalb des EIAB mitkommen, da man durch den andersartigen Tagesablauf viel Energie verlieren kann. Er kann sehr gut chanten und beginnt an, das Kochen zu mögen. Der Kochkurs im EIAB hat ihn dazu inspiriert Deutsch zu lernen, um sich besser mit den Teilnehmern verständigen zu können.

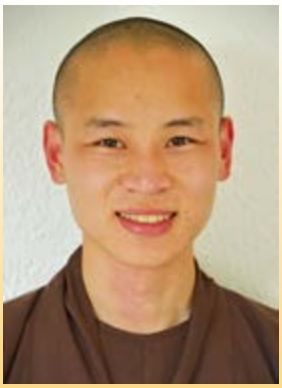
Bruder Troi Tue Minh wurde 1992 als erster Sohn geboren. Er hat noch 2 weitere Geschwister. Im Alter von 21 Jahren wurde Bruder Troi Tue Minh ordiniert.

Sein Großvater war ein chinesischer Heilkundiger, der die buddhistischen Klöster mit Heilkräutern versorgte. Der Großvater hat Bruder Tue Minh als Kind oft bei seinen zahlreichen Klosterbesuchen mitgenommen. Durch den häufigen Kontakt mit den Mönchen wurden seine spirituellen Samen gewässert. Er fühlte sich zu der buddhistischen Lehre hingezogen.

Als er zusammen mit seinem Freund (später ordiniert als Bruder Troi Dinh Luc) eine DVD von Thay und der Plumvillage Sangha anschaute, beschlossen die beiden Freunde, Mönch zu werden. So gingen beide zur Pagode Tu Duc – der einzigen Pagode, die Menschen aufnimmt, um sie später zur Plum Village Sangha zu senden. Nach 3 Monaten Probezeit wurde er in Thailand als Mönch ordiniert und praktizierte dort zweieinhalb Jahre, bevor er zum Eiab entsandt wurde.

In Deutschland und im EIAB zu leben, sieht er als Möglichkeit, weiter zu lernen und wachsen. Das EIAB birgt für ihn sehr viele Herausforderungen: Schwierigkeiten, die durch den kulturellen Unterschied entstehen, Sprachprobleme und das Wetter in Waldbröl, dem allem stellt sich Bruder Troi Tue Minh täglich aufs Neue. Bruder Troi Tue Minh hat gelernt, trotzdem glücklich zu sein. Jeden Tag übt er sich darin, voller Selbstvertrauen, stabil und selbständig zu sein. Jetzt sieht er seinen spirituellen Weg klarer, hat seine Richtung definiert und lässt sich von den äußeren Einflüssen weder ablenken noch verwirren. Er liebt die Sangha sehr und will sie mit all seinen Fähigkeiten unterstützen. Seine Praxis ist die Achtsamkeit mit jedem Atemzug und jedem Schritt anzuwenden, um Freude und Glück zu generieren. Auch die Qualität seiner Sitzmeditation hat sich verbessert.

Zur Zeit arbeitet er im CTC (Care Taking Council) des EIABs und hat dadurch seine Kommunikation mit seinen Brüdern und Schwestern verbessert.



Bruder Xa Ve wurde 1996 geboren und mit 15 Jahren ordiniert. Seit seiner Kindheit ernährt er sich ausschließlich vegetarisch. Bananen und vegetarische Süßspeisen schätzt er ganz besonders. Sein Leben im Kloster begann er in der Tu Duc Pagode. Dort verbrachte er eine viermonatige Probezeit. Anschließend wechselte er nach Plumvillage, Thailand. Und bereits nach vier Monaten in Thailand meldete er sich von dort freiwillig für das EIAB an.

Was er an Deutschland sehr schätzt, sind die wunderschöne Landschaft, die Disziplin und der Ordnungssinn sowie die Freundlichkeit der Menschen hier.

Er freut sich sehr darüber, dass es das EIAB als Zufluchtsort für viele Menschen gibt. Er möchte gerne mit all seiner Kraft dem EIAB und seinen Gästen dienen, und hofft dazu beizutragen, dass noch mehr Menschen die Möglichkeit haben, hierher zu kommen und Frieden zu finden. Er hat in der Zwischenzeit sehr gut Deutsch gelernt und kann schon mehr als 80 % der Sprache verstehen. Daher kann er auch den Gästen gut helfen.

10 Jahre EIAB

Happy Continuation

Ein Andachtsgedicht
von
Thầy Pháp Ấn

Seit 10 Jahren
sprießt die
EIAB-Knospe

Im Zenwald
bleibt ewig
die immergrüne
Kiefer

Học Viện mười năm
hoa kết nụ

Rừng Thiền muôn
thuở cội tùng xanh