

SWR2 Leben

## **Kritik und Karma - Der buddhistische Mönch Tenzin Peljor**

Von Michael Hollenbach

Sendung vom: 05.04.2023, 15.05 Uhr

Redaktion: Petra Mallwitz

Regie: Michael Hollenbach

Produktion: SWR 2023

SWR2 Leben können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter [www.SWR2.de](http://www.SWR2.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:  
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/podcast-sw2-tandem-100.xml>

---

### **Bitte beachten Sie:**

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### **Die SWR2 App für Android und iOS**

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: [www.swr2.de/app](http://www.swr2.de/app)

## KRITIK UND KARMA - DER BUDDHISTISCHE MÖNCH TENZIN PELJOR

Atmo Begrüßung (Klasse)

Tenzin Peljor begrüßt eine 5. Klasse in einem Meditationsraum. Die 11- bis 12-Jährigen haben sich bereits im Lebenskundeunterricht mit dem Thema Buddhismus befasst. Nun machen es sich die Kids auf Yogamatten auf dem Boden bequem. Die 16 Kinder sitzen in einem großen Kreis. Tenzin Peljor weiß aus vielen Gesprächen mit Kindern und Jugendlichen, dass auch sie Probleme haben, abzuschalten.

Wer sehr unruhig ist, kann nachts nicht einschlafen. Wer hat denn das? Wem geht es denn so? Oh, das sind ja relativ viele. Manchmal fällt es euch schwer einzuschlafen. Weil das Bewusstsein nicht zur Ruhe kommt.

Der 56-Jährige ist dann doch überrascht, dass sich rund zwei Drittel melden. Der Mönch mit den raspelkurzen Haaren und der runden Nickelbrille spricht von den klassischen fünf Sinnen des Menschen, die ständig auf Aufnahme geschaltet sind:

Was passiert dadurch? Der Buddha vergleicht das mit einem Affen, der im Wald ist und sich von Ast zu Ast hangelt: sehen, hören, riechen schmecken, tasten, denken, denken, denken .... Was passiert mit dem Affen? Der ist in ständiger Bewegung, und so ist das Bewusstsein wie ein verrückter Affe.

Buddhistische Meditation versuche, den Menschen zur Ruhe kommen zu lassen.

Für wen fühlt sich Ruhe unangenehm an? Ach, keiner. Lachen. Also eigentlich ist Ruhe etwas, was angenehm ist. (..) und dafür gibt es Meditation. Du kannst lernen mit der Meditation eine Ruhe zu finden von den ganzen Turbulenzen, die um dich herum passieren.

Atmo Gong 1

Was wir jetzt machen: Wir versuchen das Bewusstsein zu sammeln, indem wir nur noch den Atem wahrnehmen. (...) Wir können das schon mal probieren. (..) Versucht mal die Aufmerksamkeit (..) auf euren Bauch zu lenken, (...) und nehmt mal wahr, wenn ihr atmet, wie sich die Bauchdecke hebt und senkt.

Atmo Ein- und Ausatmen

Das ist das Grundprinzip: Der Affe, der ständig riechen, sehen, schmecken, hören will; dann sagt ihr dem Affen: Halt dich mal an einem Ast fest, der kommt zur Ruhe; und jetzt sagst du zu den Bewusstsein: Mach nur eine Sache, nur heben und senken der Bauchdecke, und dann kann das Bewusstsein zur Ruhe kommen.

Gong 1

Heben und senken, und jetzt friedvoll, sanft versuchen für zehn Atemzüge heben und senken der Bauchdecke.

Nur wenige Minuten dauert diese erste Meditation, doch in der Pause zeigen sich die Elf- und Zwölfjährigen beeindruckt:

(Pascal) Ich finde es ganz cool, dass man meditieren kann, und dass er uns zeigt, wie es geht, dass man zur Ruhe kommt und alles still ist, weil unsere Klasse sonst immer sehr laut ist.

(Dalia) Ich finde auch, es ist beruhigend, wie findest du es?

(Jade) Man konnte sich schon beruhigen, man konnte runterkommen, ich bin schon so müde geworden. Ich wurde manchmal etwas abgelenkt, aber es war sonst okay.

(Max) Wenn man so ein paar Atemzüge macht, dann konzentriert man sich noch auf andere Sachen, aber dann kommt man schon zur Ruhe.

Gong 2 als Trenner

Unter Text buddhistische Musik

Tenzin Peljor ist als Michael Jäckel 1966 in Gotha zur Welt gekommen. Als er vier Jahre alt war, beging seine Mutter Suizid.

(Tenzin 2) Ich bin in einem katholischen Kinderheim in der DDR groß geworden, eher eine seltene Art, groß zu werden, und bis zum 11. Lebensjahr wollte ich noch Priester werden, ich war auch Ministrant, aber mit der Pubertät wirst du ja kritischer, und ich fand das: Sie haben mir das nicht so gelehrt, wie das die christliche Lehre vermittelt.

Michael war mit seinen zwei Brüdern in dem Heim; der jüngste von ihnen nahm sich dort mit 15 Jahren das Leben. Vielleicht ein Grund mehr, dass er sich damals in Gotha immer mehr vom Katholizismus entfernte.

17. Musik:

Instrumental: Auferstanden aus Ruinen unter O-Ton und Text

(Tenzin 2) Und mein Staatsbürgerkundelehrer hat sich auf mich gestürzt, der wollte aus mir einen ordentlichen Kommunisten machen. Lachen. Hatte bis zu einem gewissen Punkt auch Erfolg. Lachen.

Denn im Mai 1989 wurde er Mandatsträger der FdJ und Mitglied der Stadtverordnetenversammlung in Gotha.

Nach der Wende dann der Wechsel vom Kommunismus in den Konsumismus: Der junge Mann wurde zum Hedonisten – bis er 29 war.

(Tenzin 2) Bis dahin war ich ein sehr materiell ausgerichteter Mensch. Ich habe als Informatiker gearbeitet und hatte relativ viel Geld dadurch. Ich komme aus der DDR, war materialistisch eingestellt. Jenseits des Materiellen gab es da nichts für mich, (...) und habe dann eigentlich die ‚Glückssuchung durch den Genuss der Sinnesobjekte‘ ausgegeben, wie wir das im (...) Buddhismus nennen. In unserer Kultur nennt man das Hedonismus.

Musik Die Prinzen:  
Geld ist schön

(Tenzin 2) Ich hatte 16 Honigsorten; ein Päckchen Kaffee habe ich mir - 250 Gramm - für 25 DM gekauft. Und auf dem Weg der Glücksuche durch Genuss habe ich irgendwann mitgekriegt, das fühlt sich hohl und leer an. Du entwickelst Tendenzen, die nicht gut für dich sind, wie Geiz. Ich bin egoistischer geworden, (...) und als ich in die Zukunft geblickt habe, habe ich gesagt: das kann nicht gut gehen, du musst was ändern.

Aufgrund seiner Erfahrungen im Kinderheim kam das Christentum nicht in Frage. Er wandte sich ganz gezielt dem Schamanismus, dem Sufismus, dem Hinduismus zu und blieb dann bei buddhistischen Schriften hängen.

Zitator:

(Die vier edlen Wahrheiten, S. 93:)

Der Mönch hat weltliche Gier aufgegeben; er verharrt mit einem von Begierde frei gewordenen Gemüt; von Gier reinigt er den Sinn. (...) Mit allen Lebewesen und Geschöpfen freundlich und mitleidig, reinigt er von Böswilligkeit und Sünde seinen Sinn. Gleichgültigkeit und Trägheit hat er aufgegeben; ohne Gleichgültigkeit und Trägheit verharrt er; des Lichtes der Einsicht bewusst, vollkommen selbstbeherrscht, reinigt er von Gleichgültigkeit und Trägheit den Sinn. Unwillen und Unruhe hat der Mönch aufgegeben; frei von Unwillen verharrt er. Mit innerlich beruhigten Sinn reinigt er von Unwillen und Unruhe den Sinn. Zweifel hat er aufgegeben; Zweifel überwunden habend, verharrt er; nicht zweifelt er an den heilsamen Grundlehren; von Zweifel reinigt er den Sinn.

(Tenzin 2) Angefangen hat es damit, dass mein Vater 1995 gestorben ist, und eine Freundin gesagt hat: Wenn jemand gestorben ist, dann gibt ihm gute Gedanken mit und lies ihm was vor.

Er hatte sich gerade zuvor das Buch „Die vier edlen Wahrheiten – Texte des ursprünglichen Buddhismus“ besorgt.

Text wieder kurz hochziehen und dann drunterlegen

(Tenzin 2) Ich habe nun meinem Vater gesagt, der tot war: Ich gebe dir jetzt gute

Gedanken für dein nächstes Leben und habe jeden Abend aus dem Buch vorgelesen. Und am Ende des Buches standen die 227 Regeln für Mönche nach Theravada-Tradition, da habe ich gedacht: wie kann man so was leben, das ist doch Wahnsinn.

Und dann habe ich so gedacht: Mönch werden, das ist das, was du immer wolltest.

Gong

In dem Buch über die Vier edlen Wahrheiten lag ein Zettel mit der Adresse für Meditationskurse der „Neuen Kadampa-Tradition“, einer tibetisch-buddhistischen Gruppierung.

(Tenzin 2) Da bin ich in eine Gruppe reingekommen, wo alles Guru-zentriert war, und du musstest dem Guru folgen und der Guru weiß, ... und wo dann eine totale Verdrehung des Denkens und eine Zerstörung des Selbstvertrauens passiert.

Michael Jäckel war eigentlich skeptisch; aber der damals 29-Jährige wollte sich auf etwas Neues einlassen und folgte der Argumentation der Gruppenleiterin, dass nur mit seiner Wahrnehmung etwas nicht stimme.

(Tenzin 2) Ich habe das zugelassen, weil ich gedacht habe, der Buddhismus ist grundsätzlich gut, da gibt es nichts Falsches.

Er zog in ein Wohnzentrum des Vereins „Neue Kadampa-Tradition“, wurde dort zum Mönch ordiniert. Und er spendete sein ganzes Geld, seine Zeit, seine Arbeit dieser Sekte – sechs Jahre lang.

(Tenzin 2) Ich bin eher der Typ autonomes Wesen. Und das war mein Glück, aus der Sekte rauszukommen. Ich war von früh gewohnt für mich zu sorgen. Meine Mutter hat sich umgebracht, als ich vier Jahre alt war. (..) (Und ich habe eine Mutter, die meinen Vater geheiratet hat, meine Stiefmutter, die ich sehr mag, aber) ich wusste in einer gewissen Weise, wenn ich mich nicht um mich kümmere, kümmert sich niemand um mich. Da würde man das heute eher bedauern, es ist aber auch eine Kompetenz, für mich zu sorgen.

2001 schaffte er den Ausstieg aus der Sekte.

(Tenzin 2) Und ich habe vier Jahre gebraucht für die Heilung. (...) Ich musste mich quasi enthirnwaschen – könnte man das nennen, ich hatte eine Art der Indoktrination, die - auf der tiefsten Ebene des Seins verbunden - Ängste ausgelöst hat.

(Tenzin 2) Um ein Beispiel zu geben: wenn ich bei Vorträgen vom Dalai Lama war, der eher eine Weite und Offenheit symbolisiert im Gegensatz zu der Enge der Sekte, habe ich das so erlebt: Da hat mein ganzer Körper gezittert. Ich höre dem Dalai

Lama zu: Mein Herz öffnet sich, manchmal habe ich geweint, und dann fängt mein ganzer Körper an zu zittern in diesem Spannungsfeld von diesem engen Sektenwahn und der Offenheit, die der Dalai Lama auch lebt.

Atmo Schulklasse

Zurück im Meditationsraum des buddhistischen Zentrums. Nach der Pause verdeutlicht Tenzin Peljor den Kindern, wann eine Meditation hilfreich sein kann.

Wer kennt denn das von euch, dass man eine Arbeit schreibt, und obwohl du gelernt hast, kannst du dich nicht mehr erinnern? (Unruhe) Oh, oh oh... Das sind relativ viele ...

Der Mönch erläutert, was da im Gehirn abläuft. Das archaisch geprägte Stammhirn reagiert auf Gefahr und Stress mit Aggression, mit Fliehen oder mit einer Art Schockstarre.

Das Gefühl: Hilfe, ist mir alles zu viel, ich weiß nicht, was ich tun soll. Das nennt man freeze-Modus. Freeze heißt einfrieren. Hilfe, Hilfe, es rollt über dich und du weißt nicht, was du tun sollst.

Ähnlich wie beim Salamander:

(Kind) Sie fallen in Schockstarre und bleiben einfach stehen.

Neben dem Stammhirn gibt es aber noch die Amygdala. Und die kann auch Signale der Entwarnung ans Stammhirn senden:

Indem man dreimal ruhig ein und ausatmet, gibt man dem Gehirn das Signal: Keine Gefahr. Dann kannst du wieder ruhig denken. Das heißt, was ihr machen könnt vor einer Arbeit: Ich bin unruhig, ich bin in Panik, dann entspannt euch einen Moment und versucht: heben und senken der Bauchdecke, für drei Atemzüge.

Atmo Schulklasse

Dann löchern die Kinder den Mönch mit Fragen zu seinem Leben. Ob er Kinder habe, eine Frau, ob er im Kloster lebe. Neim, sagt der zölibatär und allein Lebende. Und die Kids wollen wissen, warum er öfter ins Gefängnis geht:

Atmo Ich bin im Gefängnis und helfe Leuten, die im Gefängnis sind, die Leute umgebracht haben, Bankräuber, und ich gebe denen Hilfen, diese Emotionen zu regulieren. Manche haben umgebracht aus Neid, aus Gier, aus Hass, und es sind ganz starke Gefühle, die dahinter stehen, und da gibt der Buddhismus viele Möglichkeiten, wie man lernen kann, das zu regulieren, und das erste, was sie lernen, ist zur Ruhe zu kommen und mal wieder was Gutes in sich zu erfahren.

Atmo:  
Gefängnistür wird abgeschlossen

(Tenzin 2) Am Anfang waren alle sehr, sehr skeptisch, aber es gab über die Jahre nur gutes Feedback.

So fasst Tenzin Peljor seine Arbeit im Gefängnis zusammen. Seit 20 Jahren geht der eher schwächliche, Mann mit seiner roten Robe in den Knast. Achtsamkeitskurse für Kriminelle?

(Tenzin 2) Die meisten lachen erst mal über mich. Ich bin ja auch kleiner als die. Lachen.

Und auch der ehemalige Strafgefangene Yussuf wollte eigentlich sofort wieder umdrehen.

(Yussuf) Ich habe einen Mönch gesehen. Da ich ein Muslim bin, habe ich gesagt: Was soll ich mit einem Mönch? Mein Glaube ist fest verankert. Aber es ist falsch gewesen. Weil es ging nicht um Glauben, sondern wie mit Emotionen umgehen, Achtsamkeit und solche Sachen.

Im Durchschnitt wird jeder zweite Strafgefangene nach der Entlassung wieder kriminell. Aber zurück ins Gefängnis will niemand. Deshalb ermahnt der Mönch die Inhaftierten:

(Tenzin 2) Wenn Sie nicht ins Gefängnis zurückwollen, müssen Sie verstehen, was Sie ins Gefängnis gebracht hat. Und das sind geistige Mechanismen. Und das, was Sie hier reingeführt hat: Gier, Hass, Neid, Wahn, das kenne ich auch. (...) Sie sind für mich keine Verbrecher, sondern Menschen, die ein Verbrechen begangen haben. (,,) Der Buddhismus bietet Möglichkeiten zu verstehen, was hat Sie hier hergeführt?

(Yussuf) Achtsamkeit ist nicht jedermanns Sache. Da muss man erst mit diesem Wort klarkommen. Was ist Achtsamkeit? In der JVA Tegel sind 90 Prozent drogenabhängig, Gewalt, Wut, Hass, und sehr wenig Achtsamkeit, sehr wenig miteinander umgehen, mehr Gewalt.

(Tenzin 2) Ein Bedürfnis ist, den Sturm im Kopf zur Ruhe zu bringen. Die haben so viele Gedanken, so viel Aufruhr teilweise. Wenn Sie eine Methode haben, da Ruhe und Frieden zu finden, das ist ein Bedürfnis, was sie haben.

(Yussuf) Größtes Hindernis war, dass ich ein Narzisst war, dass ich ein selbstverliebter Egoist war. Deshalb war es schwierig, in der JVA Fuß zu fassen. Ein Nein von einem Beamten zu akzeptieren, war sehr schwierig für mich, weil ich nie ein Nein akzeptiert habe. (...)

(Tenzin) Und dann kam er zu mir und sagt: die Meditation hilft. Also dieser unfriedliche, hoch aggressive, der ständig ausgerastet ist: Ich komme Allah näher. (..)

Mönch Tenzin, wenn ich zu Allah gebetet habe, bisher da waren zwischen mir und Allah nur viele Gedanken. Da kann ich ja Allah gar nicht wahrnehmen. Jetzt habe ich weniger Gedanken, jetzt spüre ich Allah mehr. Gut, sage ich, weiter machen. Lachen. Das ist ein Aspekt: den Sturm im Kopf zur Ruhe zu bringen, innere Ruhe zu finden und Emotionsregulation.

(Yussuf) Früher war ich sehr wütend, ging sehr schnell in einen Tunnelblick, es ist auch eine Sache: Man muss daran arbeiten. Auch wenn Tenzin nicht da ist, habe ich versucht, daran zu arbeiten. Das ist schwierig, aber es gab immer Punkte, wo Tenzin meinte: Versucht mal fünf Minuten euch Zeit zu nehmen, oder zwei Minuten. Nehmt euch Zeit, über euch nachzudenken.

Atmo Gefängnistür öffnet sich

(Yussuf) Ich bin immer noch wütend. Man kann es auch nicht abschaffen. Bei jedem ist es drin, fest verankert. (..) Wenn ich wütend bin, dann versuche ich sofort achtsam zu werden, und sage: Was machst du gerade? Wieso machst du es gerade? Und dann ist ein kleiner Schritt? Das passiert oft, dass ich aus mir rausgehe, und sage: Jetzt bist du gerade nicht achtsam. Achte darauf.

Atmo:

Gefängnistür fällt ins Schloss

Tenzin Peljor hat schon in einer Sekte die Schattenseiten seiner Religion kennengelernt. Auch wenn er sein Leben dem Buddhismus gewidmet hat, schaut er nicht weg, wenn er Unrecht wahrnimmt – auch nicht, wenn es um Lehrer und andere Mönche geht, denen er sich eigentlich sehr nahe fühlt.

Der Mann, der selbst bei ernstesten Themen manchmal zwischendurch lacht, erzählt von seiner Zeit bei der FPMT, bei der Foundation of the preservation of Mahavana Teachings. Bei dem Institut in Italien hat er jahrelang kostenlos den Buddhismus studieren können.

(Tenzin 2) Ich bin so reich beschenkt worden. Ich bin enorm dankbar, dass es mir leid tut, dass ich zum Kritiker der Organisation wurde.

Zum Kritiker wurde er, als er im Mai 2019 von buddhistischen Nonnen aus den USA erfuhr, dass sie Dagri Rinpoche, einem der renommiertesten Lehrer, sexuelle Belästigungen und Übergriffe vorwarfen. Tenzin Peljor entschloss sich nach eingehender Recherche, eine Petition der Nonnen auf seinem Blog hochzuladen.

Zitatorin:

Einige von uns kennen persönlich westliche Nonnen, die berichtet haben, dass sie von Dagri Rinpoche missbraucht wurden. Sexuelles Fehlverhalten insbesondere von Lehrern in buddhistischen Gewändern kann zu dauerhaften Traumata führen. Abgesehen von dem Schaden, der den Missbrauchsopfern zugefügt wird, gibt es



einen ernsthaften Vertrauensbruch, wenn buddhistische Institutionen den Anschein erwecken, die Täter und nicht die Opfer zu schützen, und den Opfern keine Hilfe und keinen Schutz bieten.

Der Blog von Tenzin Peljor „Tibetan Buddhismus – Struggling with difficult issues“ hatte damals schon eine Million Besucher.

Zitatorin:

Daher fordern wir die FPMT dringend auf, eine unabhängige Untersuchung dieser Anschuldigungen durch Dritte in Auftrag zu geben. Diese Untersuchung sollte so durchgeführt werden, dass sich Kläger und Zeugen sicher fühlen, sich zu melden und ihre Geschichten vertraulich zu erzählen und auf einfühlsame Weise angehört zu werden. Sie brauchen die Gewissheit, dass sie nicht mit Verleugnung, Schuldzuweisung, Kritik und Ächtung konfrontiert werden.

(Tenzin 2) Und innerhalb von 24 Stunden ist der Wahnsinn ausgebrochen. (...) Also es war ein internationaler Shitstorm.

Aber nicht gegen den gewalttätigen Lehrer, sondern gegen ihn und die betroffenen Nonnen. Die hasserfüllten Reaktionen bekam Tenzin Peljor in dem italienischen Kloster der FPMT zu spüren, in dem er damals als Mönch praktizierte.

(Tenzin 2) Ich wurde angeschrien, in die Ecke gestellt. (-...) Meine Gegenwart war da unerwünscht. (..) Und später wurde von dem Oberhaupt der Gemeinschaft gesagt, dass ich eine Gefahr für die Gemeinschaft bin. Meine Gegenwart verunreinigt die Gemeinschaft und die Leute sollen Schutzamulette haben, um sich gegen meine negativen Energien zu schützen. Das haben sie auch gemacht. Da wurden Schutzbilder im Auto aufgestellt, um sich vor mich zu schützen. Leute hatten Angst, sich neben mich zu setzen.

Tenzin Peljor wurde im Sommer 2019 aus dem Kloster und aus dem italienischen Ort vertrieben, obwohl er sich eindeutig im Recht wusste.

(Tenzin 2) Ich berufe mich auf meinen Menschenverstand, aber auch den Dalai Lama, der immer wieder gesagt hat: Wenn es Fehlverhalten von Lehrern gibt und der Lehrer ändert das Verhalten nicht, soll man an die Öffentlichkeit gehen, weil durch das Zuschau stellen, das kann dazu führen, dass der Lehrer sein Verhalten verändert.

Tatsächlich gab der Dalai Lama Tenzin aus der Ferne Rückdeckung. Dennoch machte er vor Ort die Erfahrung:

(Tenzin 2) Hier trifft asiatische Kultur auf westliche Kultur. In der asiatischen Kultur gibt es andere Wertevorstellungen als bei uns. In der asiatischen Kultur ist die Gruppe wichtiger als das Individuum. Wenn du missbraucht wird, ist das nicht gut, aber es wird erwartet, dass du nichts sagst, weil es schädlich für die Gruppe ist.

Das bedeutet:

In der Regel werden Missbrauchstäter nicht angeklagt.

(Tenzin 2) Buddhistische Lehrer zu kritisieren ist ein Tabu; das darf man nicht tun, und diese Kultur wird ja quasi in unsere Kultur importiert; (..) und viele Westler, weil sie einen Gewinn erfahren mit dem Buddhismus, sind bereit, diese kulturellen Eigenheiten mitzuschlucken und unsere Kultur des kritischen Hinterfragens über Bord zu schmeißen und übernehmen es dann.

Peljor Tenzin erlebte, dass er nicht als Aufklärer gewürdigt, sondern als Nestbeschmutzer ausgegrenzt wurde. Eine Erfahrung, die von sexualisierter Gewalt Betroffene und deren Unterstützer auch in den christlichen Kirchen immer wieder machen mussten und müssen.

(Tenzin 2) Das, was ich hatte, war der absolute Absturz. Ich war so desorientiert, ich habe gar nicht kapiert, was passiert ist nach allem, was ich gemacht habe. Wie kann man einen so behandeln? Das ist doch unreal; ich habe es nicht zusammengekriegt. Ich habe sechs Monate gebraucht, um zu verstehen: ‚Das kann man‘: Und ich habe immer versucht, gegen diese Wirklichkeit zu arbeiten, bis ich kapiert habe, du musst lernen, damit umzugehen.

Der 56-Jährige beklagt, dass der Buddhismus in Deutschland bislang ein zu gutes Image habe:

(Tenzin 2) Wir haben auch ein Problem mit Diskriminierung: Unsere Diskriminierung ist eine positive Diskriminierung, und das ist schlecht. Weil mit dieser positiven Diskriminierung können die ganzen Missstände so wunderbar unter dem Teppich bleiben, und das ist nicht gut, weil es viel Leiden gibt, das nicht adressiert wird, weil die Leute so unkritisch sind.

(Tenzin 2) Und ich habe das auch erlebt, wenn die Leute mich sehen in der roten Robe auf der Straße: ‚Ja, der Buddhismus ist gut!‘ Ich möchte das nicht hören, das ist sowas von pauschal.

Dagri Rinpoche, der vor vier Jahren von den buddhistischen Nonnen angeklagt wurde, ist inzwischen als buddhistischer Lehrer suspendiert worden. Eine unabhängige Kommission hielt die Beschwerden von fünf Nonnen für glaubwürdig. Später räumte der Guru selbst „sexuelle Übergriffe“ ein. Er muss sich nun vor einem indischen Gericht verantworten.

Gong 1 // Atmo Schulklasse

(3) Ihr seid insgesamt eher eine lebendige Klasse, hat euch deshalb Frau Himmelreich hier hergebracht? Ja. Lachen .....

‚Frau Himmelreich‘ – was für ein Name für eine Lebenskundelehrerin.

Zum Schluss der eineinhalb Stunden mit den Schulkindern bietet Tenzin Peljor ihnen noch eine Klangmeditation an.

Ihr versucht achtsam, bewusst wahrzunehmen, nur den Klang - wie er kommt und geht, ohne über den Klang nachzudenken. Ohne innerliche weitere Gedanken zu entwickeln.

Nehmt noch mal euren Atem wahr, atmet noch mal tief ein, und durch den Mund aus (Atmo Atmen)

Atmo Gong

Die Kinder lassen sich noch einmal auf die Meditation ein und folgen still dem ausklingenden Ton des Gongs. Und zum Schluss verkündet Tenzin Peljor noch eine besondere buddhistische Weisheit:

(Meditation 2) Das Faszinierende ist: du findest Glück, ohne was dafür zu tun. Durch bloßes Loslassen. Das ist eine Erfahrung, die korrigiert einiges, was im Bewusstsein so klemmt: zum Beispiel, dass man denkt, man muss hart arbeiten um glücklich zu sein, aber man muss nur loslassen. Lachen