



Wenn Dharma die Arbeit beflügelt

GESPRÄCH MIT ORI AVITAL, KOCH IN DER „LOTUS LOUNGE“

Bitte stelle dich kurz vor:

ORI AVITAL: Mein Name ist Ori Avital, ich stamme aus Israel, lebe und arbeite nun jedoch schon seit Jahren in Berlin, und zwar als Chefkoch im Dharma Mati Zentrum. Ich liebe meinen Job! Und meine Umgebung, meine Kollegen, die Gäste, das Kochen, das ganze Paket. Es ist eine Herausforderung, aber ich genieße sie.

Wunderbar. Wer kann das schon von seinem Arbeitsplatz sagen?! Was bedeutet Dir der Dharma, für dein Leben, inwieweit fühlst Du dein Leben und deine Arbeit vom Dharma beeinflusst oder durchdrungen?

ORI AVITAL: In einer bestimmten essentiellen Weise beeinflusst er, wie ich mit meinem Geist umgehe und wie ich die Lehren in meine Erfahrungen und mein Bewusstsein integriere. Ich mache nicht sehr viel an formeller Praxis, nur einen bestimmten Anteil – und doch ist sie täglicher Teil meines Lebens.

Wie kamst du überhaupt zum Dharma, wie kam für dich eine innere Verbindung mit Dharma zustande? Als israelischer Jude ist das ja nicht so nabeliegend...

ORI AVITAL: Wie das alles anfang, ach, das ist ein bisschen kompliziert. Ich kann es gar nicht genau sagen, aber ich denke mal, der deutliche Beginn lag in Dzogchen Beara in Irland, 2006. Ich hatte dort einen Job in der Küche für einen Monat und habe dort auch als Freiwilliger mitgearbeitet, und da fing ich an, das „Tibetische Buch vom Leben und Sterben“ zu lesen. Ich experimentierte mit Meditation, sie boten eine Menge Meditation

für Anfänger an, grundlegende Themen wie liebende Güte und Shamatha. Es war perfekt für mich. Das Buch durchzugehen, in einer Umgebung, die es ermöglichte, darüber zu meditieren, die Hilfestellung gab und durch die Meditationen führte. Ich hatte großes Glück, als Anfänger auf solche Umstände zu treffen. Ich habe fast täglich morgens meditiert. Und nach der Arbeit fand „liebende Güte-Meditation“ statt. Ich war sehr neugierig auf die Bücher von Chögyam Trungpa. Es gab eine Bibliothek, die ich durchstöbern konnte, um auf Informationen zu stoßen, zu welchen Belehrungen ich gerne mehr herausfinden möchte. Ich kam da im April an, nahm dies alles als nette Ratschläge, aber wenn Leute mich fragten, ob ich Buddhist sei, sagte ich: „Nein!“ Ich denke, es brauchte ein paar Monate, bis es mir selbst bewusst wurde: Wann fängt es denn wirklich an, dass man Buddhist ist? Das war die Frage, die ich mir damals stellte. Mir wurde klar, dass ich immer mehr von dieser Art zu leben übernahm. Meine Neugier und mein Interesse wuchsen. Ich kam ursprünglich für vier Monate, dann blieb ich länger als Freiwilliger, bekam einen Job als Koch, parallel zu einem Kurs zu den „Acht Versen der Geistesschulung“ und nahm dabei auch an den regelmäßigen Mittwochs-Veranstaltungen teil. Es war phantastisch, ich genoss es zutiefst. Es war so gemeinschaftlich, wir teilten so viel. Die Leute waren alle sehr aufrichtig und meinten ihre Praxis sehr ernst. Dazu kam die Spirituelle Care-Arbeit, wo alten Menschen und Sterbenden Beistand geleistet wurde. Ich kam mir vor wie ein Schulkind; überall waren da diese erfahrenen, klugen Leute, die sich aktiv engagierten und alles Mögliche wussten. Es war eine überaus inspirierende Atmosphäre.

Wie beeinflussen nun heute dein Glauben und deine buddhistische Ausrichtung deine Arbeit, wie helfen sie Dir dabei? Du steckst ja

sehr viel Mühe in deine Arbeit, bist überaus qualitätsbewusst und engagiert...Deine Arbeit ist viel mehr für dich als ein Job, sie bedeutet Dir wirklich sehr viel, das sehe ich täglich. Beeinflusst dich Dharma dabei bewusst, oder läuft der Dharma eher so im Hintergrund?

ORI AVITAL: Ich glaube, ich arbeite mit so viel Anhaftung und Greifen, Hoffnungen und Ängsten! Ich fühle so intensiv, wenn ich arbeite. Wenn die Dinge nicht so laufen, dann werde ich schnell ärgerlich und frustriert. Ich nehme das wahr, und es bedeutet eine Herausforderung. Es stellt sich mir entgegen, und ich sehe es dann deutlich. Andererseits: Du sprichst von Mühe, aber tatsächlich ist es für mich meistens eine große Freude! Ein Prozess, den ich wirklich sehr mag! Ich bin Koch, weil es liebe! Es gibt viele Aspekte daran, die mir gut gefallen. Natürlich hat es auch seine Tücken, die Arbeit ist physisch anstrengend, da da... Aber die Freude überwiegt.

Hast du eine Anhaftung an die Ergebnisse deiner Arbeit?

ORI AVITAL: Natürlich, ja! Dass das Essen so gelingt, wie ich will, dass es sein soll. Dass es gut schmeckt, perfekt aussieht. Wenn das nicht der Fall ist, dass ich weiß, wie ich es verändern, verbessern kann. Da erwarte ich, dass die Umwelt mitzieht, und da besteht die Gefahr, dass ich meine Dharma-Praxis verliere, indem ich ungeduldig werde. Dann treten die verstörenden Leidenschaften hervor. Ich weiß nicht, ob sie die ganze Zeit so offen zutage treten, aber ja, da gibt es große Konflikte (lacht).

Es ist gut, immer wieder die gleichen Situationen zu haben, wo die Leidenschaften getriggert werden, so kann man sie in dieser Wiederholung-Schleife bekämpfen...

ORI AVITAL: Man sieht es mir gleich am Gesicht an, wenn ich von der Praxis abweiche. Wenn mir die Achtsamkeit und Wachsamkeit oder die Gelassenheit abhandenkommen, dann brennt mir was an, und dann weiß ich sofort: ich bin abgelenkt. Und wenn ich dann unfreundlich über jemandem denke, steht es mir auch gleich ins Gesicht geschrieben, und das geschieht ja auch aus Unachtsamkeit, und ich sehe es an den Reaktionen, dass es wahrgenommen wird...

Denkst Du, dass Dharma deine Arbeit bereichert? Sie durchdringt? Oder ist es wie früher, einerseits Freude an der Arbeit, aber wenn etwas danebengeht, geht die Wut genauso mit einem durch?

ORI AVITAL: Definitiv hat Dharma meine Arbeit bereichert. Ich hatte schon etliche Jahre zuvor als Chefkoch gearbeitet, bevor ich zum Dharma kam. Die erste Paramita, Vollkommenheit, ist Großzügigkeit, und sie verbindet sich bei mir mit Kochen. Immerzu etwas geben, manchmal wird es nicht so geschätzt, wie man es sich wünschen würde. Es ist nur eine Mahlzeit, keine große Sache, und sie wird auch nicht dauerhaft bleiben. Das lehrt mich, nicht anzuhafte. Mein Job ist es, kontinuierlich zu

geben, anhaftungslos, und es bleibt am Ende von meiner Arbeit nichts übrig, offensichtlich! So ist sie ein kontinuierliches Geben ohne Vorbehalt in gewisser Weise.

Wie beim Putzen! Bei Dir ist es wirklich ein echtes Bemühen, den Gästen mehr zu geben, als bloß ein Essen. Du möchtest sie wirklich mit deiner Arbeit glücklich und zufrieden machen und legst große Sorgfalt auf die Zubereitung und das ästhetische Anrichten, das ist nicht selbstverständlich. Du musst auch hinnehmen, dass die Gäste aus irgendwelchen Gründen nicht immer zufrieden sind, obwohl Du dein Bestes gegeben hast, dass sie wegen Allergien oder was auch immer, deine Arbeit unangerührt, zerpfückt oder geschändet zurückgeben lassen.

ORI AVITAL: Ja, es ist wie ein Sturm im Wasserglas. Es sind diese Kleinigkeiten, die sehr herausfordernd sind!

Welchen Rat würdest du anderen geben, wie man die Praxis der Paramitas mit dem Job, der täglichen Arbeit, verbinden kann? Wie schützt man sich davor, nicht doch ein bisschen zu tricksen und zu pfuschen, aus mieser Motivation, Faulheit oder um sich einen Vorteil zu verschaffen? Die Versuchung ist ja immer da mit dem weltlichen Geist.

ORI AVITAL: Eigentlich ist das einfach: es ist eine Frage der Haltung. Wenn ich z.B. einen Teller mit, sagen wir mal Risotto, zubereite, dann kann ich das mit einer Reihe unterschiedlicher Einstellungen im Geist tun.

Einer guten oder schlechten...

ORI AVITAL: Genau. Und in jedem Job kann man an seiner Einstellung arbeiten, jede Arbeit erfordert zumindest eine ethische Haltung, um sie gewissenhaft auszuführen. Was immer wir tun, die Paramitas spielen in unsere Haltung hinein, haben mit ihr zu tun. Ich kann einen Teller anrichten mit dem Gedanken: Möge dies die Empfänger erfreuen, und mögen diejenigen, welche das Essen genießen, dadurch Erfüllung und Wohlergehen erfahren! In der Art. Sicher, wenn es stressig ist und alles drunter und drüber geht, mag ich diese Dinge nicht unbedingt bewusst so denken, aber ich trage diese Haltung in meinem Geist, und sie beeinflusst mich, wenn ich arbeite. Das gibt mir eine Menge Freiheit, denn wie ich meine Arbeit erlebe und gestalte, hängt größtenteils von meiner Einstellung ab.

Vielen Dank für das Gespräch...

Die Lotus Lounge befindet sich im Dharma Mati Zentrum im Berliner Westend und ist bekannt für ihre feine vegetarische und vegane Küche. Das Gespräch führte Nicola Hernádi, die sehr begeistert ist von dem Engagement, der Liebe und der Akribie, mit der sich Chefkoch Ori dort um die Gerichte kümmert. Ori wünschte kein Foto von sich, wir sollten lieber seine Arbeit zeigen... machen wir gern!