



Liebe kann junge Menschen verändern

Wie kann man jungen Menschen spirituelle Werte vermitteln und sie auf das Leben vorbereiten? Sangye Nyenpa Rinpoche spricht im folgenden Interview über die Probleme von Jugendlichen, über „no future“ und die Kraft der Liebe und des Altruismus.

Interview mit Sangye Nyenpa Rinpoche von Andrea Liebers

Frage: Viele Teenager zwischen 14 und 16 machen eine Identitätskrise durch. Wie kann man herausbekommen, was der richtige Weg für einen ist?

Rinpoche: Das ist wirklich schwer in diesem Alter! Ich selbst zum Beispiel hatte mit 15/16 nicht viel mehr im Sinn, als mit Freunden herumzuhängen und Spiele zu machen. Ich habe mir keine Gedanken darüber gemacht, wer ich bin.

Frage: Wirklich? Das kann ich mir kaum vorstellen.

Rinpoche: Doch, es war so, wie ich sage. In diesem Alter ist man noch ein bisschen ein Kind. Aus sich selbst heraus kann man meiner Meinung nach noch nicht Verantwortung übernehmen. Wenn man sich überlegt, warum man auf der Welt ist, welche Aufgabe man hat, dann hat das viel mit Planen zu tun. Ich muss mir Gedanken machen, was ich dieses Jahr mache, was im nächsten Jahr und danach. Vor allem muss ich wissen, welche Ziele ich erreichen möchte.

Frage: Heutzutage scheinen viele Jugendliche frustriert zu sein, weil sie keine Perspektive sehen. Es gibt wenig Ausbildungsplätze, das Gefühl drohender Arbeitslosigkeit ist ständig präsent. Einige flüchten sich in Alkohol, Drogen und Kriminalität, der Begriff „no future“ macht wieder die Runde.

Rinpoche: Selbst wenn man „no future“ sagt, heißt das nicht, dass man keine Zukunft hat. Jeder Mensch hat eine Zukunft. Das Gefühl von „no future“ kann auch etwas Positives haben, wenn es dazu führt, dass weniger Erwartungen und Wünsche da sind und man mehr im Moment lebt.

Das Problem ist in meinen Augen eher die Furcht der Erwachsenen, die Jugendlichen könnten aus diesem Gefühl

von „no future“ heraus auf die schiefe Bahn geraten. Ich sehe den Zusammenhang zwischen „no future“ und Kriminalität nicht. Man muss sich nur umsehen, wie viele angeblich ehrenwerte und gebildete Geschäftsleute es gibt, die Straftaten begehen.

Frage: Außerdem gibt es gerade unter Jugendlichen einige, die idealistisch sind, die sich für die Umwelt, den Frieden oder Gerechtigkeit engagieren und an innerem Wachstum interessiert sind. Doch irgendwann lässt das nach. Woher kommt das?

Rinpoche: Ich kann gut verstehen, dass das passiert. Niemand ist perfekt. Obwohl man etwas Gutes tun will, fehlt einem doch die innere Kraft dazu und das reine Herz. Buddhistisch gesprochen ist es ein Mangel an Altruismus. Weil diese innere Qualität nicht ausreichend vorhanden ist, steht nicht genügend Energie zur Verfügung, das Gute auch umzusetzen. Es sind die Gewohnheiten, die uns dazu bringen, sinnlose Dinge für wichtig zu halten.

Frage: Nicht zu vergessen sind materielle Interessen und Ziele.

Rinpoche: Richtig. Macht, Geld, Ansehen und Ruhm üben eine starke Anziehungskraft auf alle aus, egal ob sie religiös oder weltlich orientiert sind. Egal, wie sehr man behauptet, anderen helfen zu wollen, egal ob man Mitglied einer Hilfsorganisation ist, kaum jemand ist davon frei.

Begierde ist das vorherrschende Gefühl im Menschenbereich, es gehört zu unserem Menschsein dazu. Man kann diese störenden Gefühle, diese Verschleierungen nicht einfach wegblasen, wir leben in und mit diesen Verdunklungen.

Frage: Wie könnte man versuchen, den Jugendlichen den Zugang zu Spiritualität zu erleichtern?

Rinpoche: Ehrlich gesagt, so wirklich wichtig ist Spiritualität auch nicht. Liebe ist viel wichtiger. Spiritualität ist nur ein Wort, viel wichtiger ist Liebe, denn sie kann man erleben und fühlen. Liebe entsteht zuerst in einer Beziehung zwischen zwei Menschen, das ist der erste Schritt.

Diese Liebe gilt es weiterzuentwickeln, denn so lange sie nur auf diese zwei Personen begrenzt bleibt, entstehen leicht Probleme. Wenn die Liebe so eng bleibt, ist sie nicht wirklich offen, sondern auf etwas Bestimmtes aus. Diese Liebe wäre damit verbunden, dass man etwas vom anderen haben möchte. Wenn einer die Fähigkeit zu wirklich offener Liebe hat, verändert dieser Mensch die Welt ganz automatisch.

Ich glaube nicht daran, dass man durch Anweisungen und Gebote die Menschen verändern kann. Der Staat kann keine guten Taten verordnen. Zu verstehen, dass es unser Potenzial ist, zu dieser großen, offenen Liebe fähig zu sein, ist das Einzige, was eine wirkliche Veränderung herbeiführen kann. Wir dürfen nicht glauben, dass der Mensch dazu gemacht ist, zu bomben, zu morden, zu stehlen und zu kämpfen. Wir können unsere positiven Qualitäten, die von Natur aus in uns sind, entfalten. Das hat nichts damit zu tun, welche Gebete wir sprechen, was für eine Ausbildung wir haben oder welche Weltanschauung wir gut finden.

Frage: Sie glauben also an eine Art Geburtsrecht des Gutseins.

Rinpoche: Ja, und deshalb bin ich traurig, weil nur so wenige die Kraft dieses Gutseins nutzen und entwickeln. Kaum einer sieht sie, kaum einer kümmert sich um sie. Die nutzlosen Dinge sind leider attraktiver. Man täuscht sich die ganze Zeit selbst, weil man den Unterschied zwischen dem, was nützlich, und dem, was ohne jeden Wert ist, nicht erkennt. So bleibt man gefangen und unfrei.

Frage: Man könnte bei der Erziehung ansetzen. Kinder sind ja noch sehr offen, man könnte sie so erziehen, dass sie in Kontakt mit diesem Wissen um das Wertvolle bleiben.

Rinpoche: Ja, aber Erziehung ist oft einfach nur schlecht. Kinder können dazu erzogen werden, Waffen zu benutzen, zu morden, Kriege zu führen. Erziehung muss nicht unbedingt zum Guten führen.

Wenn Erziehung helfen würde herauszufinden, was wirklich nützlich ist, dann wäre es eine gute Erziehung. Wenn Erziehung dazu führt, dass man vermeidet, anderen Schmerzen und Leid zuzufügen, das wäre die richtige Richtung. Wenn sie uns vermitteln könnte, wie wir aus der Tiefe unseres Herzens heraus reagieren und spontan das Hilfreiche, Heilsame tun können, das wäre wunderbar.

Frage: So weit sind wir aber noch nicht. Wir bekommen eher beigebracht, dass wir uns anstrengen sollen, auch etwas vom Kuchen abzubekommen.



Für Sangye Nyenpa Rinpoche (43) kann Liebe das Tor zur Spiritualität sein.

Rinpoche: Sie meinen, es sieht in den Augen der Leute verrückt aus, wenn man Hilfe, Zuneigung, Interesse anbietet?

Frage: Irgendwie schon.

Rinpoche: Dann bin ich anscheinend ganz alleine mit meiner Einstellung.

Frage: Wie kann man sich selbst motivieren, ein liebevoller Mensch zu werden?

Rinpoche: Zunächst muss uns klar sein, dass es harte Arbeit ist. Unsere innere Kraft ist normalerweise begrenzt. Wir müssen wieder und wieder versuchen, unser Bestes zu geben, obwohl die Hindernisse enorm sind. Wenn wir uns aber aufrichtig bemühen, an unsere Grenzen zu gehen und sie immer wieder ein kleines bisschen weiter auszudehnen, das kann helfen.

Frage: Und wie motiviert man sich, wenn es wirklich schwierig wird?

Rinpoche: Sich einfach nicht darum kümmern, was andere über dich denken und sagen. Wenn sie dich für verrückt erklären, nur weil du versuchst, ein liebender, ehrlicher, freundlicher Mensch zu sein, ignoriere sie einfach. Wenn du wirklich für andere da sein willst, dann tu es.

Sangye Nyenpa Rinpoche,
1963 in Paro Tagtsanga/Buthan
geboren, studierte von klein auf unter
der Anleitung S.H. dem Karmapa, S.H.
Dilgo Khyentse Rinpoche und anderer großer
Meister. Er schloss seine Ausbildung am
Nalanda-Institut in Rumtek mit dem Titel
eines Acharya ab. Er gilt sowohl in
Philosophie wie auch in tantrischen Ritualen
als einer der gelehrtesten Rinpoches
der Karma Kagyü-Linie.