

„Ein Jahrhundert des Friedens schaffen!“

Das Wochenende
Frieden lernen
mit S.H. dem Dalai Lama

Das Wochenende *Frieden lernen* mit S.H. dem Dalai Lama bildete den Auftakt seines zehntägigen Besuchs im Juli 2007 in Hamburg, den das Tibetische Zentrum organisiert hat. Im Rahmen des Wochenendes hielt der Dalai Lama Vorträge und führte einen Dialog mit ausgewählten Gesprächspartnern.

von Christine Rackuff

Es ist für viele ein bewegender Moment, wenn S.H. der Dalai Lama auf die Bühne kommt. 10.000 Menschen erheben sich zum Auftakt des Wochenendes „Frieden lernen“ von ihren Stühlen, um dem Friedensnobelpreisträger ihren Respekt zu bekunden. In freundlicher Bescheidenheit winkt der Dalai Lama der applaudierenden Menge zurück, verneigt sich mit aneinander gelegten Händen, schaut aufmerksam hinauf zu den dicht besetzten Rängen, als wolle er jeden persönlich grüßen. Dieser Kontakt rührt viele Menschen zu Tränen.

Das Friedenswochenende 21. und 22. Juli 2007 ist in drei Blöcke mit Vorträgen und Dialogen gegliedert: „Psychologie des Geistes“, „Ethik im Alltag“ und „Vision vom Frieden“ bilden die Schwerpunkte. Die thematische Einteilung orientiert sich an der Idee des Dalai Lama, dass der Frieden im Kleinen anfangen muss: im Herzen der Menschen. Wenn der Einzelne glücklicher ist, sind auch die Familien und kleineren Gemeinschaften glücklicher, und allmählich erfährt die ganze Gesellschaft mehr Frieden und Glück.

Acht ausgewählte Gesprächspartner treffen hier mit dem Dalai Lama zusammen. Unter der professionellen Gesprächsleitung des Autors und Fernsehmoderators Roger Willemsen stellen sie ihre Friedensprojekte aus Wissenschaft, Erwachsenenbildung, Kirche, Völkerverständigung und Globalisierung vor. Die natürliche Herz-



S.H. der Dalai Lama sprach im voll besetzten Tennisstadion in Hamburg vor rund 10.000 Menschen über das Thema Frieden.

lichkeit des Dalai Lama nimmt ihnen die Befangenheit – mit dem Dalai Lama persönlich zu sprechen passiert vielleicht nur einmal im Leben.

Miteinander ins Gespräch zu kommen ist für den Dalai Lama wichtig, wobei es ihm niemals um Gewinn oder Verlust gehe. Dialog biete Chancen. Sie liegen im Kennenlernen der Probleme des anderen. Mit wenigen Sätzen spannt der Dalai Lama in seinen Vorträgen große Gedankenbögen vom eigenen Herzen zum Weltfrieden, vom Mitgefühl gegenüber Schädigern zur Beendigung von Krieg und Gewalt.

„Faustlos“ und „ellbogenfrei“

Niklaus Brantschen und Professor Manfred Cierpka nehmen nach dem Vortrag des Dalai Lama am Samstag vormittag als erste ihre Plätze auf der Bühne neben ihm ein. Cierpka ist Arzt für Psychiatrie, Familientherapeut und Initiator des Lernprogramms „Faustlos“ für Kindergärten und Grundschulen (s. „Tibet und Buddhismus“ Nr. 82). Systematisch entwickeln hierbei Kinder in frühem Alter ihre angeborene Dialogfähigkeit. Sie lernen zu sprechen und sich mitzuteilen, anstatt gleich zu schlagen, wenn ihnen etwas nicht gefällt.



Stefan Honzera

Wichtig, so Prof. Cierpka, sei zunächst die Akzeptanz ihrer Wut oder Eifersucht. „Diese Gefühle müssen raus, aber friedlich – faustlos eben!“ Der Dalai Lama sieht in diesem Erziehungsansatz Friedensarbeit für kommende Generationen und mahnt, in der negativen schädlichen Emotion das Gegenmittel aufzufinden. Bei Wut, Hass und Ärger auf liebende Güte umzuschalten. „Wir können nicht gleichzeitig Hass und Liebe empfinden. Uns ist nur ein Geisteszustand zu einer Zeit möglich. Dieses Prinzip der Geistesschulung können wir bewusst nutzen.“

Eine andere Methode, die Welt friedlicher zu machen, präsentiert Niklaus Brantschen, Jesuit und Zenmeister. Er ist Mitbegründer des Lasalle-Instituts für Zen-Ethik-Leadership. Manager aus Wirtschaft und Politik lernen hier Führungsqualitäten „ohne Ellbogen“ zu entwickeln. Meditation und Achtsamkeit stehen mit auf dem Lehrplan. „Wir werden eine Welt sein – oder keine“, betont Brantschen unter stürmischem Beifall des Publikums. Die spirituelle Ausbildung von Führungskräften ist ein Schritt hin zu mehr Gerechtigkeit und Menschlichkeit in einer Welt, die von einem harten Konkurrenzkampf geprägt ist.

„Auch ein geduldiger Mensch wird mal ärgerlich“

Nach der Pause beantwortet der Dalai Lama einige von vielen Fragen aus dem Publikum auf der Bühne. „Sie selbst haben in Tibet viel Gewalt erlebt. Wie verarbeiten Sie diese Erfahrungen?“ – „Gewaltanwendung ist niemals

ein menschlicher Weg“, sagt er, „es ist eine Art Selbstmord. Würden sich die Tibeter jetzt mit Waffen erheben, wäre das ebenso. Wir müssen mit den chinesischen Brüdern und Schwestern leben. Nur so haben wir eines Tages vielleicht eine gemeinsame friedliche Zukunft.“

„Was kann ich tun, wenn trotz aller Versuche, Geduld zu entwickeln, an der Ampel mein ‚alter Unmensch‘ wieder aus mir herauskommt?“ – Antwort: „Auch ein geduldiger Mensch wird mal ärgerlich. Zum Beispiel beim dritten, vierten Moskito werde auch ich ungeduldig. Entscheidend ist, nicht lange an den Gedanken von Wut, Hass und Rache festzuhalten.“

Unter großem Beifall stellen drei Frauen ihre Hilfsprojekte vor. Bosiljka Schedlich arbeitet seit Jahren therapeutisch mit traumatisierten Kriegsopfern aus Südosteuropa und setzt sich für die Aussöhnung der Volksgruppen im ehemaligen Jugoslawien ein. „Nach drei Jahren Krieg konnten die Menschen einfach nicht mehr aufhören, von ihren durchlebten Höllen zu sprechen. Wir haben ihre Schreie von Wut und Rache angehört, immer und immer wieder. Bis einer sagte: „Jetzt ist es gut. Was ausgesprochen ist, muss man nicht mehr tun.“

S.H. der Dalai Lama, bewegt von den Schilderungen, spricht vom tiefen Schmerz in solchen Situationen und darüber, dass das Leiden oft nicht abgewendet werden kann: „Manchmal gibt es einen Mangel an Achtsamkeit für die Realität. Manches, vieles sogar, ist unvermeidbar in der Welt.“

Annegrethe Stoltenberg, Landespastorin und Vorsitzende der Diakonie Hamburg, kümmert sich um jene, „die ohne Zukunft auf der Straße leben“. Sie gibt Hamburgs Obdachlosenmagazin „Hin&Kunzt“ heraus und empfiehlt, die Zeitung nicht nur zu kaufen, sondern auch zu lesen, um Anregungen für gelebte Barmherzigkeit zu sammeln. Der Dalai Lama zeigt „tiefe Wertschätzung für Ihre großartige Arbeit für eine glücklichere Gesellschaft“ und unterstützt ihren Ansatz: „Anstelle von Gebeten, die sich mit Hoffnungen verbinden, sind Taten wichtiger, weil sie wirkliche Veränderungen hervorbringen.“

Frau Stoltenberg selbst trat mit 18 Jahren aus der Kirche aus und reiste nach Asien, um sich mit den östlichen Religionen zu beschäftigen dadurch fand sie zu ihrer Ursprungsreligion zurück. Das karitative Engagement der Christen war es vor allem, das sie zu diesem Schritt bewog.

Beate Strenge unterrichtet in Berlin muslimische Mütter, um ihnen Grundkenntnisse in der deutschen Sprache zu vermitteln. „Die Mütter werden bei der Ausländerintegration meist vergessen, weil man sich vorrangig um die Kinder kümmert. Die Frauen lernen aber mit Feuereifer deutsch und können dann ihren Kindern viel bessere Partner sein.“ Ihre Frage an den Dalai Lama, gerade mit Blick auf die Frauen, ist, ob man nicht auch zu viel Mitgefühl haben kann und sich selbst dabei vergisst.

Der Dalai Lama entgegnet: „Als erstes muss man sich um sich selbst kümmern. Man muss sich selbst lieben und dieses Gefühl langsam auf andere ausdehnen. Jemand, der sich selbst hasst, kann unmöglich Mitgefühl für andere haben.“ Dabei unterstreicht er erneut die große Bedeutung des Mitgefühls: „Bei mir entstand es durch meine Mutter. Wenn eine Mutter ihrem Kind ihr ganzes Mitgefühl schenkt, kann es gar nicht genug davon bekommen. Mitgefühl ist die Basis von Gewaltlosigkeit.“

Beate Strenge war sehr bewegt von der Begegnung mit dem Dalai Lama: „Ich habe mich vom Dalai Lama wahrgenommen und gewürdigt gefühlt. Und was so besonders ist: Aus seinem Blick spricht null Arroganz, obwohl er weltberühmt ist. Zwischendurch hat er mich mal angeblinzelt oder mir Wasser angeboten. Das waren so kleine liebevolle Gesten.“

Ein weiteres wichtiges Thema spricht Professor Wolfram Weiße an. Der Wissenschaftler für Erziehung und Religionspädagogik an der Universität Hamburg ist Direktor des Zentrums „Weltreligionen im Dialog“. Auch Hamburgs „Religionsunterricht für alle“ trägt seine Handschrift: Kinder in Hamburg werden gemeinsam in den verschiedenen Religionen unterrichtet und nicht nach Konfessionen getrennt. Weiße betont die Bedeutung des Religionsunterrichts für das friedliche Zusammenleben in der Stadt und nennt Hamburg „die heimliche Hauptstadt des interreligiösen Dialogs“, der auch dem Dalai Lama sehr am Herzen liegt.

Wolfram Weiße hatte, zusammen mit Lelani Dias, zum Abschluss des Wochenendes mit dem Dalai Lama eine interreligiöse Begegnung organisiert. Vor der voll besetzten Kulisse des Tennisstadions trugen Studenten aus den fünf Weltreligionen in Gegenwart des Dalai Lama kurze Gebete oder Gesänge aus ihrer Tradition vor. Danach geloben alle in einer gemeinsam gesprochenen Erklärung: „Indem wir unseren Blick über das Eigene zum Anderen richten, übernehmen wir Verantwortung für die



Die junge Generation ist am Zug: Judith Holofernes

Judith Holofernes, Jahrgang 1976, ist der jüngste Dialoggast des Dalai Lama. Als Texterin und Sängerin der Band „Wir sind Helden“ setzt sie Akzente im Engagement für Gewaltlosigkeit und Umweltverantwortung. Ihre teilweise kritischen Texte sprechen besonders junge Menschen an.

„Meine Texte werden herzensmäßig gut verstanden, sie transportieren viele Probleme, für die wir in der Welt Lösungen brauchen“. Der Dalai Lama bedankt sich bei ihr mit dem Hinweis, dass jetzt ihre Generation an der Reihe sei. Die jungen Menschen mögen nicht nachlassen im Bestreben, diese Welt menschlicher zu machen: „Mit Musik kann man Millionen Menschen erreichen. Künstler und Medienleute wie Sie und andere tragen viel Verantwortung auf Ihren Schultern.“

gesamte Schöpfung und für einen gleichberechtigten Dialog der Religionen.“ Ein bewegender Abschluss eines Wochenendes, das ganz im Zeichen von Frieden und Verständigung stand und hoffentlich viele Menschen inspiriert, in ihrem Umfeld mehr Verständnis und Harmonie zu schaffen.



Kämpfer für nachfolgende Generationen – Jakob von Uexküll

Der unermüdliche Streiter für eine gerechte Welt hat im Mai 2007 in Hamburg den „Weltzukunftsrat“ gegründet. Dieses globale Forum soll Sprachrohr zukünftiger Generationen sein und erarbeitet konkrete Lösungen für drängende Probleme, etwa den Klimawandel, die Armut und Umweltzerstörung.

In Gegenwart des Dalai Lama sagt Jakob von Uexküll: „Wir brauchen jetzt eine Weltorganisation, getragen von universeller Verantwortung, ein gemeinsames menschliches Werteforum, mit dessen Hilfe wir unseren Kindern eine intakte Welt hinterlassen.“

Von Uexküll erhält Unterstützung vom Friedensnobelpreisträger: „Der Wunsch nach Frieden wird in diesem Jahrtausend immer stärker werden. Wir brauchen deshalb eine Art Weltkörper, der die Wünsche der Menschen aufnimmt und umsetzt. Das 21. Jahrhundert könnte ein Jahrhundert des Friedens werden. Aber“, mahnt der Dalai Lama, „erst kommt die eigene innere Abrüstung, dann die äußere. Das ist die richtige Reihenfolge!“