



FALCO

„... der Frieden ist der Weg“ Gewaltlosigkeit in Krisenzeiten

Mahatma Gandhis berühmtes Zitat ist aktueller denn je. Oliver Petersen zeigt auf, wie praktizierte Gewaltlosigkeit zur Lösung von Krisen beitragen kann.

VON OLIVER PETERSEN

Die gesamte Lehre des Buddha lässt sich in die Erkenntnis des Abhängigen Entstehens und das rechte Verhalten der Gewaltlosigkeit einteilen. Das Thema Gewaltlosigkeit umfasst also eine Hälfte der buddhistischen Praxis. Seine Bedeutung zeigt sich auch daran, dass für einen praktizierenden Buddhisten, der Zuflucht genommen hat, das Verletzen anderer zu den Zehn unheilsamen Handlungen gehört, die zu vermeiden sind. Ob man Buddhist ist oder nicht, richtet sich also nicht danach, ob man die Letztliche Wahrheit – die Leerheit – verstanden hat, sondern ob man sich bemüht, auf der Grundlage der buddhistischen Lehren anderen Lebewesen keinen Schaden zuzufügen. Das gilt gleichermaßen für die Praxis von Hinayāna wie Mahāyāna.

Der Ursprung des gewaltlosen Verhaltens von Körper und Rede liegt in der geistigen Ausrichtung. Deshalb ist auch genau genommen die Gewaltlosigkeit – im Sanskrit *Abimsā* genannt –

kein physisches Verhalten sondern ein Geistesfaktor, der innerhalb der buddhistischen Psychologie zu den Elf heilsamen Faktoren gerechnet wird. Der Kern der Gewaltlosigkeit ist die Einstellung, keine Genugtuung am Leiden anderer zu empfinden. Das bedeutet, dass man niemals Freude oder Spaß daran hat, anderen Schmerzen zuzufügen, nicht einmal jenen gegenüber, die einen verletzen, sinnt man auf Rache. Diese Haltung durchzuhalten ist recht einfach, wenn uns gerade niemand Schaden zufügt. Wenn uns aber jemand verletzt hat, reagieren ungeschulte Menschen oft sehr heftig. Die Gewaltlosigkeit ist also keine mühelose Übung, sondern muss geschult werden.

Das Wesen der Gewaltlosigkeit

In der öffentlichen Diskussion wird Gewaltlosigkeit oft als Passivität missinterpretiert. Tatsächlich entsteht *Abimsā* aber nicht

durch das bloße Vermeiden jeglicher gewaltsamer Aktivitäten sondern durch eine disziplinierte Schulung des Geistes. Bloßes Nichtstun ist also nicht gleich Gewaltlosigkeit. Das Training der Gewaltlosigkeit soll dazu führen, dass selbst dann, wenn einem Schaden zugefügt wird, kein Impuls mehr aufsteigt, diesen Schaden mit gleichen Mitteln zu vergelten. Damit widersteht man also der Verlockung, unter dem Einfluss der Feindseligkeit zu einer impulsiven, gewaltsamen „Lösung“ zu greifen, die zugunsten des eigenen „Vorteils“ die menschlichen Interessen des Schädigers ignoriert. In einer Zeit, in der weltweit fast täglich über Terror und dessen Bekämpfung diskutiert wird, sind diese Überlegungen hoch aktuell.

Ist man geübt in Gewaltlosigkeit, dann bleibt man angesichts einer äußeren Stresssituation fähig, überlegt zu reagieren, ohne von feindseligen Gefühlen angetrieben zu werden. Dabei behält man seine Würde und Menschlichkeit und kann die Dinge langfristig für alle Beteiligten zum Besseren wenden. Wenn also z.B. einige Politiker betonen, dass wir uns im Kampf gegen den Terror an unseren eigenen Gesetzen, unserer eigenen Menschlichkeit und unseren Idealen orientieren müssen, weil wir sonst selbst dabei zu Grunde gehen, dann ist das genau so eine Haltung. Wenn man seine eigenen Überzeugungen aufgibt, nur weil andere Gewalt ausüben, dann hat man bald nichts mehr, das sich zu verteidigen lohnt.

Menschen, denen es im Lauf der Geschichte gelungen ist, kritische Situationen gewaltfrei zu lösen, genießen meist große Verehrung und haben Spuren in der Weltgeschichte hinterlassen. So inspirierte die Lehre des Buddha Gandhi in seinem gewaltlosen Kampf zur Befreiung Indiens vom Joch des britischen Empire. Gandhi wiederum war das Vorbild für Martin Luther King jr. in den USA. Ganz im Einklang mit den *Abimsa*-Lehren sah King in der Gewährung der Bürgerrechte für die Farbigen auch eine Befreiung der Weißen von ihrem Dasein als unmenschliche Unterdrücker. Es zeichnet einen gewaltlosen Kämpfer aus, dass er nicht nur an die Unterdrückten denkt sondern auch an die Unterdrücker. Denn deren Tat zerstört sie selbst, weil sie dadurch zu Unmenschen werden und ihre Würde verlieren. Man kann nicht moralisch integer bleiben, während man anderen Schaden zufügt.

promiss mit der weißen Herrschaft in Südafrika bereit war und dadurch eine Eskalation der Gewalt verhinderte. Offenbar hat er die schwere Zeit der Gefangenschaft genutzt, um seinen Geist zu schulen, und konnte sich so menschlich und spirituell weiterentwickeln. Das entspricht voll und ganz dem buddhistischen Ideal des Umwandelns von Problemen in den Pfad.

Jedes Wesen besitzt die Buddhanatur

Wer imstande ist, Gewaltlosigkeit aktiv zu praktizieren, bezieht seine Kraft aus der tiefen Erkenntnis des inneren Wesens aller Menschen. Er hat erkannt, dass auch Gewalttäter den Wunsch nach Glück verspüren und leidende Wesen sind. Dass man immer wieder auch energische Maßnahmen ergreifen muss, ist keine Frage. Aber man muss aufpassen, dass man im Kampf gegen Gewalt nicht selbst zu einem Gewalttäter wird. Der Umgang auch westlicher Regierungen mit vermeintlichen „Terroristen“ ist dafür ein abschreckendes Beispiel.

Durch ihre Gleichmutsschulung wissen die *Abimsā*-Praktizierer, dass auch ihre Gegner nicht immer und in jeder Hinsicht nur Schädiger sind. Darüber hinaus kontemplieren diese spirituellen Menschen die Kraft der Geduld in der Einsicht, dass der entstandene Schaden immer auch im Zusammenhang mit dem eigenen Geist steht. Sie entwickeln den Wunsch, dass auch diese über die Realität verwirrten Menschen, die in ihrer Verblendung ihr eigenes Wachstum behindern und sich dabei selbst zerstören, zur Erkenntnis kommen mögen. Da alle Menschen die Buddhanatur haben, ist eine solche Umkehr jederzeit möglich. Und selbst die schlimmsten Gewalttäter sind potentielle Buddhas. Nach den Lehren der buddhistischen Psychologie ist der menschliche Geist niemals vollkommen verdorben, sondern kann mit Hilfe von entsprechenden Gegenmitteln geläutert werden.

Wer seinen Geist geschult hat, widersteht der Versuchung der Gewalt, weil er erkennt, dass diese stets zu einem Kreislauf der Zerstörung führt. Zwar kann ihre Anwendung kurzfristig scheinbar eine Lösung herbeiführen, aber letztlich wird sie immer, wie eine zu starke Medizin, Nebenwirkungen hervor-

Hasse die Tat, nicht den Täter!

Seit Jahrzehnten lebt der Dalai Lama eine Haltung von *Abimsā* in seinem Bemühen um die Freiheit und das Wohl seiner tibetischen Landsleute. Obwohl er die Übel der chinesischen Gewaltherrschaft deutlich benennt, hört man von ihm nie ein Wort des Hasses gegenüber der chinesischen Regierung. Auch andere zeitgenössische Buddhisten wie Thich Nhat Hanh aus Vietnam orientieren sich ähnlich.

Ein weiteres Vorbild in dieser Hinsicht ist Nelson Mandela, der nach dreißigjähriger Haft zum Verzeihen und zum Kom-

rufen. Besiegt heißt nicht befriedet – der Same der Gewalt existiert weiterhin, und die gewaltsam Unterdrückten werden sich irgendwann rächen wollen, was neue Gewalt nach sich zieht.

Die Wurzeln des Problems bleiben also erhalten. Das ist auch der Grund dafür, dass viele Revolutionen in neuer Tyrannei enden. Damit etwas Positives entsteht, müssen positive Ursachen gesetzt werden. Der Dalai Lama weist oft darauf hin, dass Friede nicht identisch ist mit der bloßen Abwesenheit von Gewalt – der Friede muss eine positive Kraft sein. Auch Gan-

dhi sagte ja: „Es gibt keinen Weg zum Frieden – der Frieden ist der Weg.“ Der Dalai Lama unterscheidet auch dahingehend, dass man zwar das Böse vernichten solle, nicht aber „die Bösen“. Auch Śāntideva lehrt, die Leidenschaften und insbesondere den Hass zu hassen, sofern man überhaupt etwas hassen möchte, aber nicht den Gegner. Die Täter nämlich, so die Überzeugung des Dalai Lama, können durch den Einfluss des Guten verändert werden. Reagiert ein gewaltloser Mensch nicht wie vom Angreifer erwartet auf eine Aggression, so kann dies in ihm einen Lernprozess auslösen. Sein von Unwissenheit und Hass verwirrter Geist muss erst auf einen Menschen treffen, der anders ist, damit er seine eigene Verwirrung erkennen kann.

Gewaltlosigkeit in globalen Krisen

In einer so eng verknüpften Welt wie der unsrigen wird das Erlernen neuer gewaltloser Strategien, die auf gemeinsamen Werten aufbauen, zu einer Frage des Überlebens. Entweder wird sich die Menschheit gewaltlos entwickeln, oder sie wird sich früher oder später selbst vernichten.

Doch was tun, wenn der Teufelskreis der Gewalt schon eingesetzt hat, die Situation schon eskaliert ist? Auch als Anhänger der Gewaltlosigkeit kommt man nicht umhin, sich den Realitäten des Augenblicks zu stellen. Aus meiner Sicht ist es aufgrund der Ethik des Mahāyāna nicht völlig ausgeschlossen, zum Schutze anderer physische Gewalt anzuwenden und konsequent Schaden einzudämmen, vorausgesetzt, die innere Haltung ist korrekt. Die Gewaltlosigkeit ist ja ein geistiger Faktor, dem gemäß man keine Genugtuung daran empfindet, andere leiden zu sehen. So gesehen wäre es im Prinzip sogar möglich, anderen physischen Schaden zuzufügen, nicht, weil es einem Freude bereitet, sondern um sie vor noch größerem Unheil zu bewahren. Unter diesem Aspekt wäre auch ein Tyrannenmord denkbar. Bodhisattvas haben sogar getötet, um andere zu schützen.

Selbst wenn die derzeitige Weltlage es zu fordern scheint, ist es nicht notwendig, dass jeder bereit ist, physisch Gewalt anzuwenden. Es ist völlig legitim, dass es Menschen gibt, die so leben, als hätten wir schon eine Welt, in der dies nicht mehr gebraucht wird. Aber man sollte aus buddhistischer Sicht auch niemandem Vorhaltungen machen, der z.B. zur Polizei oder zum Militär geht. Beide Institutionen sind in der gegenwärtigen Zeit nicht wegzudenken. Selbst der Dalai Lama sagt, dass es im Moment noch nicht möglich ist, alle Waffen fallen zu lassen. Doch für die Zukunft soll man eine konsequente Abstinenz von Gewaltanwendung anstreben.

Auch Einsätze internationaler Truppen sollte man nicht von vornherein verurteilen. Auch wenn der Dalai Lama die völlige Demilitarisierung der Welt als Idealziel anstrebt und kleinen Nationen empfiehlt, auch heute schon auf Militär zu verzichten, sprach er sich 1991 in Hamburg für den Einsatz mobiler Streitkräfte unter gemeinsamer Führung vieler Länder aus, die in Krisensituationen weltweit operieren könnten, um aggressive

Kräfte, die es sicher immer geben wird, einzudämmen, oder sie möglichst schon im Ansatz von böswilligen Handlungen abzubringen. Immer wieder kommen auch Bundeswehrsoldaten zu uns ins Tibetische Zentrum. Sie machen sich Gedanken über die Situation in der Welt und was dies möglicherweise für sie selbst bedeutet. Oft sind Militärs, auch aus katholischen Kreisen, sehr religiös und fragen sich, ob ihr Beruf nicht doch zwangsweise mit etwas Unheilhaftem verbunden ist. Sie empfinden sich durchaus nicht als simple Befehlempfänger, sondern es ist gerade ihre persönliche Verantwortung, mit der sie sich auseinandersetzen.

Wenn man das Wesen der Gewaltlosigkeit verstanden hat, kann man auch besser beurteilen, warum ein Buddhist in einer bestimmten Situation vielleicht begrenzte physische Gewalt anwendet. Der Dalai Lama hat z.B. 1998 in Schneverdingen auf die Frage, ob Notwehr erlaubt sei, geantwortet, dass es auf die Verhältnismäßigkeit der Mittel ankomme. Man könne sich oder andere auch schützen, indem man z.B. einen Angreifer mit einem Schuss ins Bein kampfunfähig macht, statt ihn gleich zu erschießen.

Wichtig ist, dass es niemals Freude oder Spaß machen soll, andere auch nur zu verletzen, geschweige denn zu töten. Denn das Töten ist nicht nur unter gewissen Umständen unheilhaft, sondern es ist von Natur aus unheilhaft. Nur ein Bodhisattva sammelt bei einer solchen Tat durch seine durch und durch positive Motivation soviel Heilsames an, dass sein Karma dadurch wieder ausgeglichen wird.



OLIVER PETERSEN, 1961 geboren, ist Lehrer des Buddhismus am Tibetischen Zentrum e.V., Hamburg. Zwischen 1983-1999 war er als buddhistischer Mönch und Schüler von Geshe Thubten Ngawang ordiniert. Heute leitet er Meditationsseminare und Studienkurse und ist als Referent, Übersetzer und im interreligiösen Dialog tätig. Petersen ist Magister der Tibetologie, Religionswissenschaft und Philosophie und hat eine gestalttherapeutische Ausbildung.