

Der Ehrw. Ajahn Martin ist ein deutscher Mönch, der in einem thailändischen Waldkloster lebt. [Andrea Liebers](#) zeichnet das Portrait eines Westlers, der 12 bis 16 Stunden täglich in Meditation verbringt.

Quelle: Zeitschrift "[Tibet und Buddhismus 101-2/2012](#)"

Meine schwäbische Sturheit hat mir bei der Meditation geholfen!

Eine Begegnung mit einem Mönch, der sein Leben ganz der Vernichtung der Unwissenheit (*avijja*) widmet, zu diesem Zweck seit mehr als 15 Jahren im thailändischen Dschungel lebt und im Schnitt 12 bis 16 Stunden pro Tag in Meditation verbringt, ist etwas, was einem nicht alle Tage passiert. Dies kann dazu führen, dass man über sich und sein Verhältnis zum Dharma ins Nachdenken gerät. Dass man seine Lebensweise in Frage stellt, dass man überhaupt wieder Fragen stellt. Dass man vielleicht sogar wieder mutiger wird. Der Möglichkeit der Erleuchtung gegenüber. Der Neugierde darauf, wie es wäre, sich tatsächlich aus Samsara zu befreien.



Buddhistische Mönche, die aus Thailand, Burma, Tibet oder sonst einem asiatischen Land kommen, sind wir inzwischen schon gewöhnt. Aber Ajahn Martin, der Mönch, von dem hier die Rede sein wird, ist einer von uns. Aufgewachsen im Schwäbischen – Martin wird 1957 in Stuttgart geboren – ist er ein eher stilles Kind, und unauffällig. Er ist weder ein herausragender Schüler noch macht er durch irgendwelche Heldentaten oder besondere Begabungen auf sich aufmerksam. Früh schon hat er einen Hang zum Tüfteln und beginnt dann auch ein Studium der Elektrotechnik. Mit einem Fulbright Stipendium kommt er in die USA, erweitert sein Studium um Computertechnik und steigt ganz in die Welt der Universitäten ein; Bekommt das Angebot, in den USA zu promovieren, gleichzeitig aber auch ein Jobangebot in Hamburg, und da er sich in den USA nicht 100 % wohl fühlt, entscheidet er sich für Hamburg. Dort ist er in einem Forschungslabor angestellt und hat mit Bildanalyse und Künstlicher Intelligenz zu tun, nebenbei engagiert er sich im Betriebsrat und bei "Wissenschaftler für den

Frieden", verdient genug Geld und könnte zufrieden mit sich und dem Leben sein. Ist er aber nicht. In ihm rumort es, irgendetwas nagt an seinem Inneren. Er hält die Ohren und Augen offen für etwas Neues, was ihn interessieren könnte. Da "läuft" ihm als Erstes Findhorn über den Weg, eine damals in den 80er Jahren sehr populäre spirituelle Gemeinschaft in Schottland. Er fährt hin und entdeckt für sich die dort angebotene Meditation, die er ab da regelmäßig praktiziert. Wieder zurück in Deutschland meint seine damalige Freundin, dass so, wie er meditiert, irgendwie nicht ganz in Ordnung sei und schickt ihn mit zu ihrem Meditationslehrer Vimalo Kulbarz. Im April 1989 lernt er dann "richtig" meditieren nach der Theravada-Methode, bei der Sitz- mit Gehmeditation abgelöst wird. 45 Minuten Sitzen, 15 Minuten langsames, achtsames Gehen. Zu Beginn ist es für ihn die Hölle, so lange still zu sitzen und den Geist zu beobachten, doch er bleibt am Ball. Er

besucht er bei Vimalo ein Retreat und kommt danach in eine Stille, die ihn ganz und gar erfüllt: "Es war, wie wenn man nachts um Drei aus einer lauten Disco herauskommt und plötzlich mitten in der Stille der Straße steht. Um einen herum ist sternenklare Nacht, die Stille durchdringt alles, und das Laute der Disco fällt von einem ab", erinnert er sich. Von da an schwört er sich, Meditation, die ihm diese Freude beschert hat, nicht mehr aufzugeben. Mit Buddhismus hat das bis dahin noch nichts zu tun, es geht Martin nur um diese für ihn Erfahrung der Stille. Von da an baut er sein Leben um die Meditation herum. Morgens, bevor er zur Arbeit geht, sitzt er eine Stunde und abends, wenn er zurückkommt, ebenfalls.

Erfahrung von Stille und Freude

Im Sommer 1990 besucht er erneut ein Retreat mit Vimalo Kulbarz, wobei es am Ende zu einer Art Durchbruchserlebnis kommt, einen Zustand von "Piti", inneres Verzücktsein, der eintreten kann, wenn der Geist zur Ruhe kommt. Diese Erfahrung hält drei ganze Tage an und ist für den entscheidenden Auslöser, zwar mit starken Herzschmerzen verbunden, ein dreiviertel Jahr später seine Arbeit aufzugeben, alle seine Sachen zu verschenken und in die Hauslosigkeit zu ziehen. Natürlich ist dieser Lebensentwurf nicht einfach, und manch anderer hätte das nicht aufrechterhalten. Doch hier hilft ihm seine schwäbische Sturheit. Was sich ein Schwabe in den Kopf gesetzt hat, das zieht er auch bis zum Ende durch, alles andere wäre indiskutabel. Eine Eigenschaft, die ihm noch so manches Hindernis auf dem Weg bezwingen lässt.

Das, was ihm in dieser Phase seines Lebens hilft, von der Richtung, die er jetzt eingeschlagen hat, nicht mehr abzuweichen, sind diese beiden Freude-Stille-Erlebnisse, die sein Innerstes erreicht haben und wodurch die Erlebnisse seiner äußerlichen Welt schal geworden sind. Er geht noch zur Arbeit, trifft sich mit Freunden, und hat auch eine Freundin, aber nichts davon hat dieselbe Kraft, ihn zu berühren, wie diese beiden Erfahrungen von absoluter Stille und "Erhebung des Herzens".

Bald darauf schließt das Forschungslabor, in dem Martin bisher gearbeitet hat, er beendet im März 91 die Arbeit und geht in die Hauslosigkeit, das heißt, keine weltliche Habe mehr zu besitzen und in Klöstern zu leben. Er will seinen Geist ergründen, und dazu muss er sich auch voll auf diese Sache konzentrieren können. Denn mit etwas regelmäßiger Meditation und konzentrativer Ruhe allein ist es nicht getan. Weisheit muss dazu kommen, und die entsteht nicht dadurch, dass man über etwas nachdenkt. Denken führt nicht zu Einsicht, im Denken bleiben wir in der gewöhnlichen Welt stecken und erreichen nicht den Zustand, in dem wir fähig sind, die Dinge zu durchschauen. Wirklich durch sie hindurchzuschauen, ihnen auf den Grund zu gehen. Wir bleiben im Kopf hängen, in der Welt der Begriffe und Konzepte, das ist nicht Weisheit. Die ist nicht im begrifflichen Denken zu finden, sondern, wo wir hinmüssen, ist das Herz, das Chitta (Pali: **Citta**= Herz-Geist). Wer nicht durchschaut, wie seine Sorgen, Ängste, Nöte entstehen, der bleibt ein Gefangener der Dunkelheit. Denn diese vielen Schleier, die unseren Geist, unser Herz, unseren Herzgeist, bedecken, die verdunkeln ihn auch. Und in der Dunkelheit ist keine Erkenntnis möglich. In der Dunkelheit regieren nicht wir über unser Leben, sondern es sind die Kleshas (Pali: **kilesas**), die Antriebe unseres verschleierte Ichs, das meint, nach Dingen, Gefühlen, Erlebnissen greifen zu müssen, um sich wohl und stabil zu fühlen. So lange wir keine Klarheit im Geist erlangt haben, fallen wir immer wieder auf die Versprechungen des umnachteten Geistes herein. Wir wissen zwar, dass es uns nicht glücklich macht, wenn wir diesen Verlockungen und Versprechungen nachgeben, und dennoch probieren wir es immer wieder von Neuem. Vielleicht macht mich der neue Job doch glücklich? Vielleicht sollte ich hier lieber nicht die Wahrheit sagen? Vielleicht meditiere ich heute einmal nicht, ich brauche meine Ruhe. Wer ist es, der uns das verspricht? Wo in uns sitzt diese Instanz?

Wenn wir hartnäckig weiterfragen, uns immer wieder im Atem verankern, dann werden wir an einen Punkt geführt, wo wir plötzlich Gewissheit haben. Zu einem Beobachter, der weiß. Wenn wir eins mit diesem Wissenden sind, sind wir im tiefen Samadhi, in vollständiger Einspitzigkeit, dann verschwindet die Welt um uns herum. Wenn alles in einem Punkt zusammenfällt, dann ist keine Dualität mehr vorhanden. Dieses Ziel hat Martin vor Augen, dorthin will er dauerhaft kommen.

Heimkommen - im thailändischen Waldkloster

Ab Juni 91 ist er im Gaia House, einem Retreat-Zentrum im Südwesten Englands, ein weiteres Jahr verbringt er in verschiedenen anderen Theravada-Klöstern in England, von Januar 1993 bis Ende September 1994 lebt er (mit Ayya Khema) im Buddhahaus in Deutschland.

Das Ambiente stimmt zwar, er ist an Orten, an denen Buddhas Lehre gelehrt und praktiziert wird, doch er findet während dieser Zeit kaum ausreichend Gelegenheit zum Praktizieren. Ständig ist er mit Tätigkeiten befasst, die im Kloster anfallen: für Meditationskurse Kochen, Broschüren schreiben, Bücher setzen. Martin ist so beschäftigt wie in der Zeit seiner Berufstätigkeit, mit dem einzigen Unterschied, dass er kein Geld dabei verdient.

Dass er es im Westen nicht erreichen würde, ist ihm inzwischen klar geworden, und der Entschluss, Deutschland, Europa zu verlassen und sich in Asien einen Lehrer zu suchen, ist gereift. Von Anfang an ist ihm klar, wohin er sich wenden wird – in das Waldkloster Baan Taad in Thailand, dessen Abt der bekannte Ehrwürdige Lehrmeister Maha Bua war. Diese Verbindung existiert in ihm, seit er das Buch "Straight from the Heart" vom Ehrwürdigen Maha Bua gelesen hat. Im März 1995 fliegt er nach Thailand, und ist ab April im Kloster Wat Pa Baan Taad. Dort wird erwartet, dass er jeden Tag meditiert, genau das, was sein brennender Wunsch ist. Natürlich hat Martin Bammel davor. Er spricht die Sprache nicht, war noch nie in Thailand und vor allem hat er gehört, dass der Ehrwürdige Lehrmeister Maha Bua sehr strikt sein soll. Erst als er später schon vom Ehrwürdigen Lehrmeister Maha Bua als Schüler akzeptiert worden war, erfuhr er, dass dieser seit zehn Jahren keine westlichen Schüler mehr annehmen wollte. Doch bei Martin macht er eine Ausnahme und sagt ihm bei einer späteren Gelegenheit: "Ich bin dein Lehrer. Wenn du zum Kaffee trinken gehst, dann trinkst du Kaffee, danach gehst du wieder zu deiner Meditation zurück. Hast du verstanden?" Die Worte kann Martin damals nicht genau verstehen, er spricht noch kein Thai. Dennoch ist ihm sofort klar, was der Ehrwürdige Maha Bua zu ihm gesagt hat. Klar ist ihm auch, dass er an dem richtigen Ort für sich angekommen ist. Für Martin ist das erste Treffen auf den Ehrwürdigen Lehrmeister Maha Bua tatsächlich wie Heimkommen. "Es war, als ob ich Vater und Mutter in einer Person begegnet wäre, für mich stand sofort fest, hier bin ich richtig". Nach neun Monaten im Waldkloster lässt sich Martin im Jahr 1995 zum Mönch ordinieren, und heißt seitdem Than (=Ehrwürdiger) Martin Piyadhammo.

Piyadhammo bedeutet "der, der vollkommenes Vertrauen in den Dharma hat". Erst nach zehn Jahren Mönchsein bekommt man den Titel "Ajahn" verleihen, was "Lehrer" bedeutet. Die ersten fünf Jahre verbringt er nur innerhalb der "Klostermauern", mit Ausnahme vom täglichen Almosengang im Dorf und einmal im Jahr für drei Stunden in der Stadt, um sein Visum zu erneuern. In dieser Zeit ist er unter den Fittichen des Meisters, beziehungsweise der älteren Mönche, die die jüngeren anleiten. Alles muss neu gelernt werden: Wie man sich als Mönch wäscht, kleidet, wie man sich hinsetzt, wie man isst. Es ist als ob man ein kleines Kind ist, und laufen, sprechen und denken lernt. "Unter Asiaten zu lernen ist sehr viel einfacher als unter Westlern", erklärt Ajahn Martin. "Die Asiaten haben eine unendliche Geduld und sind sehr liebevoll und freundlich. So kritisiert, wie man es im Westen wird, wird man dort niemals". Natürlich ist auch die Meditation kein Zuckerschlecken, doch Mönch Martin wächst mit den Jahren mehr und mehr hinein. Wenn Hindernisse auftauchen und er

Probleme hat, treibt ihn die Erfahrung an, dass alles, was er im Leben bislang erfahren hat, nur **dukkha**, unbefriedigend bis leidvoll war. Er hatte niemals einen Zustand außerhalb der Meditation erfahren, die ihm diese Zufriedenheit und Freude geschenkt hat, es hätte also keinen Sinn, in die samsarische Welt zurückzukehren. "Und wenn das auch nichts genutzt hat", sagt er und lacht, "dann habe ich mich damit motiviert, dass ich an meine Kindheit und Jugend zurückgedacht habe. Für mich stand irgendwann fest, dass ich auf keinen Fall noch einmal wiedergeboren werden will", erklärt er. "Noch einmal diese Verwirrungen und diese Qualen wie in der Schule oder in der Pubertät? Nein danke!" Das reicht aus, um ihn wieder ganz auf die Praxis auszurichten. Sein Lehrmeister, der Ehrwürdige Maha Bua tut das Seinige dazu. "Er tauchte immer im richtigen Moment auf", erinnert er sich, "außerdem durchschaute Maha Bua uns alle. Einmal da kehrten wir den Hof und Maha Bua kam vorbei und ging zu einem Mitmönchen. 'Wenn du fegst, sollst du nur fegen und nicht ein Lied singen', sagte er ihm. Und es stellte sich heraus, dass dieser Mönch in Gedanken tatsächlich die ganze Zeit ein Lied im Kopf gehabt hatte. Von solcher Qualität war unser Meister!". Als seine fünf Jahre Mönchs-Lehrzeit um sind, begibt sich Mönch Martin jedes Jahr für zweieinhalb bis fünf Monate auf tudong (Wanderschaft) in umliegende Provinzen. Den Rest der Zeit verbringt er in der Einsamkeit in einem sehr abgelegenen Kloster, anfangs mit fünf anderen Mönchen und zum Schluss nur noch mit einem anderen Mönch. Danach will er dann alleine auf tudong sein und verbringt seine Zeit in Höhlen. Die Höhlen liegen weitab der Dörfer und somit ist er weitgehend ungestört. Der tägliche Almosengang vereinnahmt dementsprechend zwischen einer und zweieinhalb Stunden, je nachdem, an welchem Ort er sich befindet.

Mit Einsamkeit umzugehen ist für Westler schwierig

Ziemlich am Ende (2009) dieser "Höhlenzeit" nimmt er auf Drängen hin und auch nur ein einziges Mal einige erfahrene praktizierende westliche Laien mit in die Höhlen. Dadurch, dass die Umstände deutlich schwieriger sind als im Waldkloster von Baan Taad, beginnen schon nach zwei bis drei Wochen die Schwierigkeiten und es kommt zu großen Spannungen und Problemen. "Die Westler können mit der Einsamkeit in Wäldern und Bergen nicht umgehen", erklärt Ajahn Martin. "Der Mensch ist ein Herdentier, er braucht normalerweise einen Leithammel und eine Gruppe, zu der er sich zugehörig fühlt. Das ist ganz tief in uns eingewurzelt. Daran zu arbeiten und mit Einsamkeit umgehen, ist extrem schwierig". Ajahn Martin hat es gemeistert, ohne dabei ein unsozialer Typ zu werden, eher im Gegenteil, er strahlt eine herzliche innere Ruhe aus, zeigt großes Interesse daran, wie es seinen Mitmenschen geht und gibt sein Bestes, um anderen zu helfen, an ihr eigenes Potential heranzukommen. Seine Methoden dazu sind eine Direktheit, die direkt vom Herzen kommt und genau auf diese Stelle beim Fragenden trifft. Das provoziert manche, denn wie der Volksmund weiß, "getroffene Hunde bellen". Ajahn Martin hat das große Talent, ohne Umschweife zum Punkt zu kommen. Sei es in seinen Teachings oder in seinen persönlichen Gesprächen. Er scheut keine Mühe, wenn er merkt, jemand ist kurz davor, etwas zu verstehen. Dann hakt er nach, stichelt wenn es sein muss, den wunden Punkt heraus und deutet darauf. Jetzt kann man es fühlen, was gemeint, und in eine Erfahrung eintauchen. "Der Buddhismus in Deutschland, auch der Theravada-Buddhismus, ist oft zu scholastisch. Es wird geredet und geredet, da ist viel Besserwisseri. Um die geht es auf dem Weg nicht. Sondern um die eigene Erfahrung." Um das noch deutlicher zu machen, benutzt er gerne sehr treffende Bilder: "Es ist, wie wenn lauter Gelehrte um ein Feuer sitzen. Alle diskutieren, wie das Feuer ist. Sie sagen, dass es heiß ist, dass es Dinge verbrennt, dass es hell macht, dass es weh tut, wenn man hineinfasst. Doch keiner langt ins Feuer!" Es muss wohl eine Frucht dieser langen Meditationspraxis zu sein, dass Ajahn Martin es scheinbar mühelos schafft, die Herzen der Menschen zu erreichen, denn – auch das spürt

man bei jedem Atemzug – seine Präsenz ist ein ununterbrochenes Anklopfen am Herzen der anderen, und es fragt: "Bist du schon wach oder schläfst du noch? Darf ich dich – ein bisschen zumindest - aufwecken?"

Gefragt, was ihn angetrieben hat, mit solch energischer Zielgerichtetheit, seinen Weg in Richtung Nichtwiederkehr zu gehen, antwortet er: "Am Anfang war das Wichtigste, dass ich zuerst dieses Gefühl der Stille und später dieses unbeschreibliche Freudengefühl am Ende meines ersten längeren Retreats erlebt hatte. Alles im Vergleich dazu war schal und öd. Ich hatte etwas gefunden, das schöner war als alle Versprechungen, denen ich sonst hinterhergelaufen war. Später kam mein fester Entschluss dazu, dass ich sicherstellen wollte, dass dieses mein letztes Leben ist. Und bei all dem hat mir meine schwäbische Sturheit geholfen", lacht er und geht auf eine Cola hinaus in den Hof.