

Link:

<https://www.yumpu.com/de/document/view/58113614/zds46>

Buddhismus für den Alltag

Ruhe und Meditation, wo sich Autos, Fahrräder und Straßenbahnen ineinanderknäulen – ein Besuch im Buddhistischen Zentrum

Text: Elisabeth Nöfer
Fotos: Lena Möhler

Strahlend weiß leuchtet die Villa quer über den Kreisverkehr am Stern. Eine elegante Freitreppe führt zur Veranda, dort fallen die letzten Sonnenstrahlen auf ein Plakat, das einen ruhenden Buddha zeigt. Im Obergeschoss leben zwölf Menschen in einer Wohngemeinschaft, darunter eine Familie mit Kindern. In der großzügigen, lichtdurchfluteten Küche der WG ist es überraschend still. Die 113 Jahre alten Mauern halten den Verkehrslärm draußen.

Christopher Vogel – 26 Jahre alt, schlank, wacher Blick – studiert Geologie und wohnt seit anderthalb Jahren hier. „Aber auch wenn ich hier wohne“, sagt er, „fühle ich mich eher als Gast. Ich versuche, das nicht als Selbstverständlichkeit zu sehen.“ Vogels WG ist keine gewöhnliche, sie ist Teil des Buddhistischen Zentrums Bremen. Hier wird der sogenannte Diamantweg-Buddhismus der „Karma-Kagyü-Linie“ gelehrt, einer der vier großen Schulen des tibetischen Buddhismus.

Bevor das buddhistische Zentrum im September 2009 die Villa beziehen konnte, erzählt Vogel,

hätten die Mitglieder der Gemeinschaft Parkett freigelegt, Mauern herausgebrochen und über 2.000 Quadratmeter Wände gestrichen – und zwar ehrenamtlich. „Alles, was nötig ist, damit das hier funktioniert, machen wir selber“, sagt Knut Köstergarten, der eben falls in der WG wohnt. Die Ausgaben für die Zentrumsräume würden über Mitgliedsbeiträge, Privatpenden und ehrenamtliche Arbeit aufgebracht.

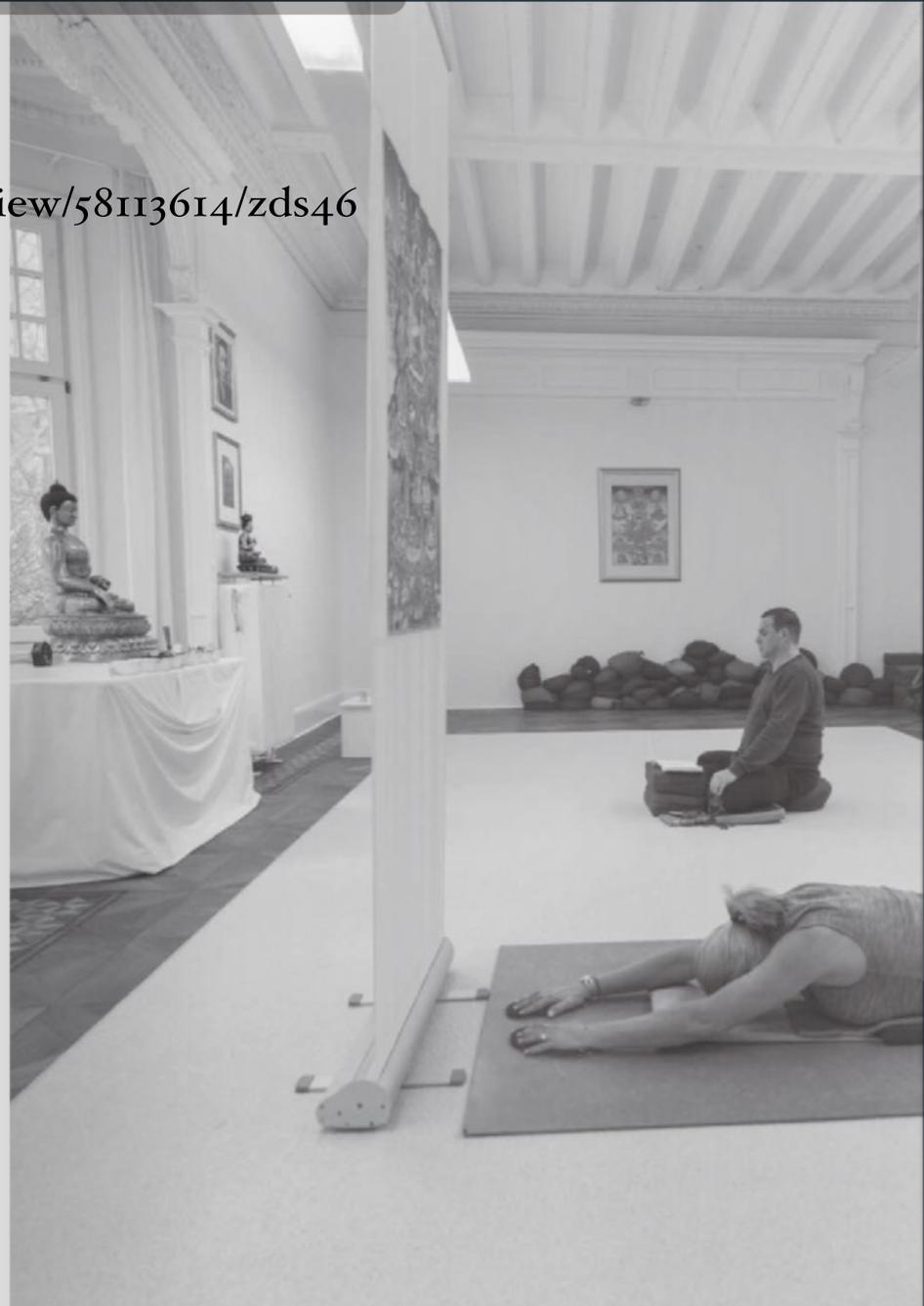
Das Haus am westlichen Ende der Wachmannstraße wurde Anfang des 20. Jahrhunderts als Residenz des Bremer Kaufmanns Wilhelm August Korff errichtet. Durch die Verlängerung der heutigen Hermann-Böse-Straße bis zur Hollerallee wurde damals das Gelände am Bürgerpark mit prachtvollen Villen bebaut. Später diente das Gebäude als Landesarbeitsgericht. Heute befinden sich auf den mehr als 1.000 Quadratmetern auch eine Kindertagesstätte und die Büroräume des Immobilienverwalters Anton Brinkhege, dem die Villa gehört. Er pflegt einen guten Kontakt zum Buddhistischen Zentrum. „Wir gehen gern

ins Zentrumscafé und holen uns einen Kaffee“, sagt sein Sohn Felix Brinkhege. „Und manchmal laden sie uns zu ihren Feiern ein.“ Die Nutzung durch eine größere Wohngemeinschaft bietet sich an, weil das denkmalgeschützte Haus baulich nicht in Privatwohnungen unterteilt werden darf. So ließ sich die Nutzung durch das Buddhistische Zentrum gut realisieren.

Die Mitglieder des 2002 gegründeten Bremer Zentrums sind überwiegend gebürtige Deutsche, aus allen Alters- und Berufsgruppen: „Vom Lagerarbeiter bis zum Arzt“, sagt Köstergarten. In der Wohngemeinschaft sind fast alle berufstätig,

Köstergarten ist PR-Texter. Nebenbei macht der drahtige 50-Jährige die Öffentlichkeitsarbeit und organisiert das Veranstaltungsprogramm für das Bremer Zentrum.

In den Räumen sei bewusst auf eine Dekoration im klassisch-tibetischen Stil verzichtet worden. „Hier gibt es keine Räucherstäbchen“, sagt Köstergarten. Die Wände und Vorhänge des Meditationsraums sind weiß, der klassische Deckenstuck ist erhalten geblieben. An den Wänden hängen Fotos der „Karmapa“, der buddhistischen Lehrer. Auf dem Altar an der Stirnseite steht eine goldene Buddha-Statue. ▶



„Wir machen Alltagsbuddhismus“, sagt Köstergarten. Ihre Form des Buddhismus soll in das Leben von Menschen integrierbar sein, die Familie, Arbeit und Kinder haben. So lehrt es der Däne Ole Nydahl, von Köstergarten und Vogel nur „Lama Ole“ genannt. 1972 traf Nydahl mit seiner Frau auf ihrer Hochzeitsreise in Tibet den 16. „Gyalwa Karmapa“, das damalige Oberhaupt der Karma-Kagyü-Linie. Seither verbreitet er dessen Lehren im Westen und gründet neue buddhistische Zentren.

Claudia Popp steht an diesem Nachmittag im Meditationsraum und legt ihre Hände an die Stirn. Sie gleitet hinunter auf das Brett vor ihren Füßen, steht wieder auf und wiederholt die erste Grundübung, die „Verbeugung“. 111.111 Mal soll man die vier Grundübungen wiederholen, um „den Geist von störenden Eindrücken zu befreien und mit positiven Eindrücken aufzufüllen“, so heißt es auf der Internetseite des Vereins.

Christopher Vogel macht morgens nach dem Aufstehen hundert oder mehr dieser Wiederholungen, dann hat er eine halbe Stunde meditiert. Noch hält er keine Einführungsvorträge, die erfahrenere Zentrumsmitglieder hier jeden Donnerstag kostenlos für interessierte Gäste anbieten. Vogel übernimmt die ganz alltäglichen Aufgaben in der Wohngemeinschaft. „Altglas wegbringen, putzen, jeder bringt sich ein – wie in jeder anderen WG auch“, sagt Vogel.

Vogel kommt aus einem eher christlichen Elternhaus und stieß durch ein Buch auf den Buddhismus. Seither meditiert er regelmäßig im Buddhistischen Zentrum. „Nach drei Wochen habe ich angefangen mitzuhelfen, Klos putzen war mein erster Job“, sagt er und grinst. „Irgendwann bin ich einfach mit nach oben in die Küche gegangen. Ich hab mich sofort zu Hause gefühlt.“ Als ein Zimmer frei wurde, weil ein Mitglied wegzog, durfte er einziehen.

Im Leben von Knut Köstergarten, dem Sprecher des Zentrums, gab es Zeiten, in denen er regelmäßig meditierte, in anderen kam er kaum dazu. Bis es die Möglichkeit gab, die alte Villa zu sanieren. Da habe er erst einen richtigen Zugang bekommen, sagt Köstergarten. Seit zweieinhalb Jahren wohnt er nun in der WG. Warum Buddhismus, Knut Köstergarten? „Ich habe mehr Spaß am Leben, wenn ich meditiere“, sagt er. „Wenn etwas passiert, das mir nicht gefällt, muss ich nicht sofort darauf reagieren. Ich kann abwarten und das negative Gefühl vielleicht auch wieder ziehen lassen.“

Ruhe und Ausgeglichenheit – diese Themen würden im Lifestyle-Bereich immer wichtiger, sagt Köstergarten. Viele Menschen seien auf der Suche



nach etwas, das ihrem Leben einen tieferen Sinn gebe. Von einem Trend zum Buddhismus möchte er aber nicht sprechen. Denn nur wenige Gäste kämen nach der Einführungsmeditation wieder, um Buddhismus zu einer Lebenshaltung zu machen. „Man muss Verantwortung für sich und andere übernehmen. Und es ist Arbeit am eigenen Geist“, wirft Vogel ein. „Wir wollen niemanden bekehren, wir machen einfach ein Angebot“, sagt Köstergarten. Die Anhänger streben danach, im eigenen Leben zur Erleuchtung zu finden. Lehrer wie Lama Ole geben ihnen dabei Orientierung, sie seien aber keine Götter. „Leute, die das suchen, sind vielleicht in der evangelischen oder katholischen Kirche besser aufgehoben“, glaubt Köstergarten.

E Elisabeth Nöfer studiert Kulturwissenschaften und fährt jeden Morgen am Buddhistischen Zentrum vorbei.

E Lena Möhler ist freie Fotografin und fand es sehr angenehm, in so viele offene Gesichter zu blicken.

Anzeige

Lieber voll sitzen als leer stehen.



ZZZ – ZwischenZeitZentrale Bremen // www.zzz-bremen.de