

# Mein Weg zum buddhistischen Mönch

Von einer entspannten Kindheit im Salzkammergut zur strengen Askese in Nordost-Thailand

Florian Palzinsky

Wie oft bin ich schon gefragt worden, warum ich einst Mönch geworden bin und was mich dazu bewegt hat, nach 12 Jahren die Robe wieder abzulegen. Beim Niederschreiben dieser Erinnerungen – die mir wie aus einem anderen Leben vorkommen – wird mir wieder einmal bewusst, wie sehr sich meine Lebensziele im Laufe der Zeit verändert haben; wie mein Leben eher einem unfassbaren Traum als einer greifbaren Realität gleicht und wie dabei Ent-Täuschung die Grundlage für spirituelle Ent-Faltung sein kann - und Wahrheitssuche, Geduld und Mut die dazu nötigen Eigenschaften.

## Heimat

Meine entspannte Kindheit in einem kleinen Dorf im Salzkammergut endete abrupt, als ich mit zehn Jahren in ein Internat geschickt wurde, um das katholische Privatgymnasium der „Herz Jesu Missionare“ in Salzburg zu besuchen. Aber so wie ich heute wenig Bezug zu den Ritualen hinduistischer Gottesverehrung habe, so fehlte mir auch damals die Hingabe zum katholischen Gottesdienst. Aber zumindest ahnte ich, dass Heimat und Glück nichts mit Ort und Besitz zu tun hat, sondern eine innere Haltung ist.

## Spirituelle Anfänge

Inmitten der Klosteratmosphäre wäre mir in meiner Schulzeit nicht im Traum eingefallen, dass ich selber einmal freiwillig einer zölibatären Gemeinschaft beitreten würde. Aber trotz Schlagzeugspielen, Sommerjob als Windsurfllehrer, ersten Liebschaften und der Aussicht auf ein Uni-Studium, wollte ich nie im üblichen Strom von Tradition, Karrieredenken und sinnlichem Vergnügen mitschwimmen. Dagegen wurde mir durch Bücher wie „Siddhartha“, „Haben oder Sein“ und „Der Sprung in den Brunnen“ eine bis dahin unbekannte spirituelle Welt eröffnet, die sich zunehmend während kontemplativer Spaziergänge am Mönchsberg (nomen est omen) vertieften, und bei meinen ersten heimlichen Meditationsversuchen in der benediktinischen Internats-Kapelle, die für mich als 17-Jähriger eine große, aber lohnenswerte Herausforderung waren.

## Early life crises

Getrieben von einer leidenschaftlichen Suche nach dem unbekanntem Glück reiste ich nach dem Abitur nach Amerika: Die mühsame Arbeit auf biologischen Farmen, der geplatze Traum vom ländlichen Aussteigerleben und die Befürchtung einer ungeplanten Schwangerschaft meiner damaligen Freundin, endete schließlich mit einer „early life crises“ in Mexiko. Das Gefühl dieser depressiven Ohnmacht wich erst mit der festen Überzeugung, dass für mich Buddhismus und Meditation der einzig richtige Lebensweg seien.

## Eigenwillige Entscheidung

In einem buddhistischen Zentrum begann ich voller Eifer Zen zu praktizieren und während meines ersten Sesshins hatte ich solche Rückenschmerzen, dass ich schon damals eine erste Erfahrung mit therapeutischem Yoga machen durfte. Vom japanischen Buddhismus wechselte ich zum *Theravada*. Diese „Lehre der Älteren“ konnte ich vertiefen, als ich in der Hausgemeinschaft eines Schweizer Klosters lebte. Dort entdeckte ich eine Biographie über Ajahn Mun, der im frühen 20. Jahrhundert die Tradition der Waldmönche in Thailand revitalisierte. Die Kombination von extremem Minimalismus, Askese, Naturverbundenheit und kompromisslosem Streben nach Erleuchtung war für mich derart faszinierend, dass ich mir schon bald selbst einen mönchischen Lebensstil aneignete: Ich hatte kaum noch Kontakt zu „normalen“ Mitmenschen, aß nur noch eine Mahlzeit am Tag und meditierte die restliche Zeit oder las buddhistische Bücher. Auch wenn mein Vater die (berechtigte) Befürchtung hatte, dass ich einer Sekte beigetreten war, traf ich all diese eigenwilligen Entscheidungen für mich, ausschließlich durch die Texte des Pali-Kanons inspiriert, die als die ältesten Aufzeichnungen der buddhistischen Lehre gelten.

## **Aufbruch in die Fremde**

Als ich den Entschluss gefasst hatte, Mönch zu werden, regelte ich meine wenigen weltlichen Angelegenheiten, und mit der Überzeugung, dass ich nie mehr in meine Heimat zurückkehren würde, bestieg ich an einem Novembertag 1991 den Zug nach Istanbul. Ein unvorstellbares Abenteuer lag vor mir, denn es gab weder Handys, Mails und Internet, noch kannte ich jemanden, der je im Fernen Osten gewesen war, geschweige denn sich dazu über Land auf den Weg gemacht hatte. Dennoch war ich von meiner Mission felsenfest überzeugt und hinterließ meiner Mutter nur die Adresse jenes Klosters in Thailand, das ich als erstes aufsuchen wollte, mit dem Hinweis, dass ich mich nur noch im äußersten Notfall melden werde ... denn ich wollte ja *allen* weltlichen Bindungen entsagen und dazu gehörte natürlich auch die Familie.

## **Ankunft**

Über die Türkei, den Iran und Pakistan ging es über Land bis nach Indien, wo ich kurz dem Erleuchtungsbaum in Bodhagaya meinen Respekt erwies. Von Kalkutta nahm ich den nächsten Flieger nach Bangkok, wo ich völlig erschöpft und mit Lungenentzündung zum ersten Mal seit drei Wochen in einem Hotelzimmer einen Zwischenstopp einlegte. Das telefonische Angebot „You want a girl?“ lehnte ich entrüstet ab und setzte stattdessen am nächsten Morgen meine Reise zu dem ersehnten Kloster fort, wo jener Meister lebte, der diese für mich so prägende Biographie über seinen Lehrer geschrieben hatte. Die drei westlichen Mönche, die schon seit Jahren dort lebten, und ein paar ihrer englischkundigen Thai-Brüder halfen mir, mich in diesem exotischen Ambiente zurecht zu finden. Der große alte *Ajahn* (Lehrer) – der als *Arahant* (Erleuchteter) aufs Höchste verehrt und wegen seiner Strenge von allen gefürchtet wurde – ignorierte mich jedoch völlig.

## **Ordination**

Nach einem Monat wurde mir empfohlen, mich in Wat Bowonnivet, dem Hauptkloster im Bangkok, auf die Novizen-Ordination vorzubereiten. Neben einem Thai-Sprachkurs studierte ich weiterhin die klassischen Texte von *Dhamma* (buddhistische Lehre) und *Vinaya* (Mönchsdisziplin); allerdings meist in Eigeninitiative, denn ich hatte dort kaum Kontakt zu englischkundigen Mönchen oder buddhistischen Lehrern. Nach meiner Ordination zum *Samanera* (d.h. „kleiner Asket“ oder Novize) im Alter von 23 Jahren wurde ich angewiesen, in ein weiteres Waldkloster zu reisen, das sich im Nordosten Thailands befand und wegen seinem ebenfalls erleuchteten und strengen *Ajahn* berühmt-berüchtigt war. (Damals hatte ich den Eindruck, dass alle „erleuchteten“ Meister streng und asketisch seien.) Dort erhielt ich ein Jahr später als einziger Westler meine Ordination zum *Bhikkhu*, was wörtlich Bettelmönch bedeutet.

## **Notwendigkeiten**

Eigentlich gibt es für einen *Theravada*-Mönch nur vier Notwendigkeiten für seinen entsagenden Lebenswandel: Gewand, Essen, Unterkunft und Medizin. Zu den wenigen Halbseligkeiten gehören neben Gürtel, Rasierer, Almosenschale und Nähzeug auch die Mönchsrobe, die je nach Region und Orden bräunlich, weinrot oder orange gefärbt ist. Da der Aufenthaltsort eines Mönches nicht unbedingt ein Kloster sein muss, verbrachte ich in späteren Jahren viel Zeit in entlegenen Waldhütten, Höhlen oder unter Bäumen. In Thailand ist es heute noch Tradition, beim morgendlichen *Pindapada* (Almosengang) *Dana* (Essensgaben) entgegen zu nehmen, die allerdings vor Sonnenhöchststand gegessen werden müssen. Da fromme Buddhisten Mönchen immer nur das Kostbarste offerieren, gab es als Mahlzeit manchmal auch gekochte Käfer, kleine Frösche oder große Ameisen.

## **Ethik**

Um Buddhist zu werden genügt es nicht, vom Dalai Lama begeistert zu sein oder einen Vipassana-Kurs besucht zu haben. Man nimmt aus tiefster Überzeugung Zuflucht zum Buddha als großartigsten Wahrheitslehrer, zum *Dhamma*, seiner einzigartigen Lehre zur Erleuchtung und zur *Sangha*, d.h. zu jenen, die diesen Weg verwirklicht haben. Zusätzlich befolgt man *Panca-Sila*, jene fünf ethischen Richtlinien, die töten, stehlen, sexuelles Fehlverhalten, lügen und berauschende Mittel untersagen.

Da es dem Buddha nicht nur darum gegangen ist, die sinnlichen Verstrickungen seiner weltentsagenden Anhänger zu lösen, sondern auch das Zusammenleben der Mönchsgemeinschaft bis ins kleinste Details zu regeln, gibt es einen im wahrsten Sinne des Wortes „überwältigenden“ Ethik-Kodex (*Vinaya-Pitaka*), der 227 Hauptregeln und tausende Nebenregeln umfasst. Übrigens gelten für Nonnen, die sich den Mönchen in jeder Hinsicht zu unterwerfen haben, weitere 84 Hauptregeln. Im Gegensatz zum lebenslangen Gelübde der katholischen Mönchsbrüder, kann ein *Bhikkhu* jederzeit den Orden verlassen. Außerdem verliert er automatisch seinen Mönchsstatus, wenn er eines von vier Vergehen begeht: jemanden tötet, den Zölibat bricht, etwas Wertvolles stiehlt oder vorgibt, übermenschliche Fähigkeit zu besitzen.

### **Alltag im Waldkloster**

Auf die Frage, wie der Alltag für einen buddhistischen Mönch aussieht, gibt es so viele Antworten wie es Traditionen, Klöster und Mönche gibt. Meine ersten Jahre waren nicht unbedingt von entrückter Zufriedenheit geprägt, sondern eher von sinnloser Disziplin, Hunger und Langeweile. Zum Morgengrauen ging es im Eiltempo barfuß zum einstündigen Almosengang. Nach der Rückkehr wurde gemeinsam so schnell wie möglich gegessen, denn sobald der Meister seine Schale beiseite gestellt hatte, durfte niemand mehr einen Bissen zu sich nehmen. Daher war es nicht verwunderlich, dass wir alle ein permanentes Hungergefühl hatten. Den restlichen Tag verbrachten wir meist alleine in unseren einfachen Waldhütte, wobei Meditation nicht immer die höchste Priorität hatte: Waldwege fegen, Kleider und Körper am Brunnen waschen, Mönchsgegenstände herstellen oder schlafen. Studium der buddhistischen Texte war eher verpönt, denn es sollte ja die Praxis im Vordergrund stehen, die mir allerdings niemand wirklich erklären konnte. Am Nachmittag traf man sich ein weiteres Mal zu einem Getränk und einem kleinen Stückchen Schokolade oder Käse, was zum Glück als „Medizin“ erlaubt war.

### **Mönchische Highlights**

Zum Voll- und Neumond versammelten wir uns zur Rezitation der *Patimokkha* (Mönchskodex) und manchmal hielt der *Ajahn* eine Lehrrede, von der ich wenig verstand, weil sie in Isan, einem lokalen Dialekt, gehalten wurde. Einen Höhepunkt unseres ansonsten monotonen Mönchsalltages erlebten wir, wenn wir bei Bauarbeiten mit Enthusiasmus schwer anpacken durften und uns der Red Bull-Vorgänger „Krating Daeng“ dabei Flügel verlieh. Da die wenigsten von uns der Erleuchtung nahe standen und Sport verboten war, war so ein Workout eine willkommene Gelegenheit, unsere (unterdrückte) Männlichkeit unter Beweis zu stellen.

### **Ent-Täuschung**

Obwohl ich lange Zeit mit frommer Ernsthaftigkeit versucht hatte, mich diesem Waldklosterleben hinzugeben, konnte ich wenig innere Transformation feststellen. Und als mein Glaube an die Übermenschlichkeit des *Ajahns* sich zunehmend in Skepsis verwandelte, wurde mir klar, dass ich nicht mehr am richtigen Platz war. Nach zweieinhalb Jahren kehrte ich zwar frustriert nach Bangkok zurück, aber die Überzeugung an meine mönchische Berufung und meiner spirituellen Weiterentwicklung war nach wie vor ungebrochen.

Fortsetzung folgt: „Vom buddhistischen Mönch zum meditativen Yogalehrer: Urwaldabenteuer, Sozialprojekte und der Schlüssel zum Ausstieg.“

Auch wenn **Florian Palzinsky** sich nicht mehr als Buddhist bezeichnet, kann er von seinen ungewöhnlichen Mönchsjahren bis zum heutigen Tag für sein Leben und seinen Yogaweg und Unterricht profitieren. Die letzten Jahre seiner Mönchszeit in Sri Lanka beschreibt er ausführlich in seinem Buch „Wie ein Fremder im Paradies“.

[www.yogaundmeditation.at](http://www.yogaundmeditation.at) / [www.millretreats.at](http://www.millretreats.at)