



Transkript zum Erklärfilm „Sangha“

Experte:	Tenzin Peljor, buddhistischer Mönch
Datum der Aufnahme:	Sommer 2022
Dauer der Aufnahme:	05:38 min
Dreh und Schnitt:	Nermin Günç, Jack Peirce, Ruza Rühlmann
Schnittbilder:	u.a. Linus Nowak, Pagode Phước Nghiê in Leipzig Tenzin Thoesam, Tibethaus Frankfurt Ishera Fisher, Zufluchtnahme auf Pali

Off-Kommentar: Der Buddhismus besteht aus den so genannten “3 Juwelen”¹, die eine Art gleichwertiges Dreieck² des Buddhismus bilden. Dies bedeutet, dass diese “3 Juwelen” den Buddhismus tragen, also die Glaubensgrundlage ausmachen. Buddhist:innen³ nehmen zu ihnen in einer Zeremonie⁴ Zuflucht⁵. Dazu findest du auch einen eigenen Erklärfilm in der Relithek. Die “3 Juwelen” sind: Buddha, Dharma und Sangha. Das erste Juwel ist der Buddha⁶. Seine Lehre hat die Weltreligion⁷ Buddhismus begründet.

Tenzin Peljor: Buddha heißt “der Erwachte”. Man sagt im Buddhismus, dass Buddha vom Schlaf der Unwissenheit oder der Täuschung erwacht ist. Das kann man am besten mit einem Traum vergleichen: Man glaubt, der Traum ist wahr und man verwickelt sich darin und empfindet Leiden, Emotionen, Trauer oder Freude. Wenn man dann aufwacht, merkt man, dass das nur ein Traum war. Und so ist auch der Buddha von diesen Verstrickungen⁸ aufgewacht und hat sich auch vom Leid befreit.

Off Kommentar: Das zweite Juwel “Dharma” bezeichnet die Lehre⁹ Buddhas.

Tenzin Peljor: Dharma¹⁰ hat verschiedene Bedeutungen im Sanskrit¹¹. Im buddhistischen Kontext wird der Dharma häufig als Synonym¹² für Buddhas Lehre verwendet. Da unterscheidet man die Lehre, die in den Schriften steht, von der inneren Verwirklichung¹³ der Lehre(n), die konkrete Erfahrung. Man spricht auch von dem äußeren und dem inneren Dharma.

Off-Kommentar: Das dritte Juwel bezeichnet die Gemeinschaft der Buddhist:innen und wird Sangha genannt.

Tenzin Peljor: Traditionell wird im Buddhismus unter der Sangha die Gemeinschaft der Mönche und Nonnen¹⁴ verstanden. Im erweiterten Sinn zählen aber auch Laienfrauen und Laienmänner¹⁵ dazu. Der Unterschied zwischen ordinierten Mönchen und Nonnen¹⁶ zu Laienfrauen und Laienmännern ist, dass ordinierte Nonnen und Mönche im Zölibat¹⁷ leben, ohne Partner:in



und ohne Kinder. Sie haben deswegen viel mehr Zeit den geistigen Weg¹⁸ zu gehen. So ist also traditionell die Aufgabe der ordinierten Mönche und Nonnen, Buddhas Lehren zu verinnerlichen, zu bewahren und weiterzugeben. Es gibt aber genauso Laienfrauen und Laienmänner, die diese Lehren verinnerlichen, und hohe spirituelle Ziele¹⁹ erreichen und diese dann an andere weitergeben.

Wenn man jetzt fragt, wie ein Mönch oder eine Nonne lebt, dann hängt das davon ab, wo der Mönch oder die Nonne wohnt. Als ich in einem Kloster²⁰ in England gelebt habe, war mein Arbeitsalltag so, dass ich um 4 Uhr morgens aufgestanden bin und von 4:30 Uhr bis 6 Uhr Meditation²¹ hatte. Von 6 – 7 Uhr war das Putzen dran, von 7 – 7:30 Uhr gab's dann Frühstück. Von 8 – 11 Uhr war die Gartenarbeit an der Reihe, danach ist von 11:30 Uhr bis spätestens um 12 Uhr Mittagessen, und ab da war dann der ganze Tag frei – da habe ich studiert und meditiert. Manchmal war abends auch noch eine Veranstaltung, wie eine gemeinsame Meditation oder ein Vortrag.

Off-Kommentar: Viele Mönche und natürlich auch Nonnen verwenden in ihrem Alltag bestimmte Gegenstände. So auch Tenzin. Die verwendeten Gegenstände hängen von Klöstern und Traditionen²² ab. Wie zum Beispiel die Robe²³:

Tenzin Peljor: Als Mönch nutze ich die Robe. Das ist das, was ich hier trage. Die hat noch mehrere Teile. Ich habe jetzt nicht alle Teile an. Dadurch bin ich für andere als Bettelmönch²⁴ erkennbar, der von Spenden lebt, den man unterstützen kann, den man aber auch um Rat bitten kann. Das passiert im Übrigen auch öfter.

Traditionell hat eine Robe mehrere Teile. Früher hat man eine Robe aus mehreren weggeworfenen Lumpen²⁵ zusammengenäht. Als Erinnerung daran tragen vollordinierte²⁶ Nonnen und Mönche in der tibetischen Tradition²⁷ eine zusammengeflickte Robe, bei der man auch noch erkennen kann, dass etwas zusammengenäht wurde.

In den verschiedenen buddhistischen Traditionen haben die Roben unterschiedliche Farben. Im tibetischen Buddhismus steht die rote Farbe für das Mitgefühl.

Off-Kommentar: Viele Mönche und Nonnen nutzen außerdem eine Bettelschale.²⁸

Tenzin Peljor: In Bezug auf die Ernährung essen Nonnen und Mönche traditionell das, was ihnen in die Bettelschale gegeben wird. Wenn ihnen also Fleisch in die Bettelschale gelegt wird, dann essen sie auch Fleisch. Allerdings hat der Buddha Ausnahmen gemacht! Wenn die Tiere extra für die Mönche oder Nonnen geschlachtet wurden oder diese bei der Schlachtung anwesend waren, dann soll das Fleisch nicht gegessen werden.



Kann jede:r Mönch oder Nonne werden? - Nein, es gibt eine sehr lange Liste, wer Mönch oder Nonne werden kann. Um ein paar Beispiele zu nennen: Wenn man Schulden hat, kann man kein Mönch oder Nonne werden, dann muss man erst die Schulden abbezahlen.

Off-Kommentar: Abgesehen vom Erfüllen dieser Anforderungen hat jeder Mensch auch ganz persönliche Gründe, sich zum Buddhismus zu bekennen²⁹.

Tenzin Peljor: Bevor ich Mönch geworden bin, war ich ein Materialist³⁰ und habe in dem Genuss von verschiedenen Sorten Honig und teurem Kaffee mein Glück gefunden. Irgendwann habe ich dann das Gefühl gehabt, dass materielle Dinge allein mich nicht glücklich machen und dass irgendetwas in meinem Leben fehlt. Dann habe ich mich auf die Suche gemacht und habe gemerkt, dass das, was der Buddhismus lehrt, diese geistigen Qualitäten³¹, die man kultivieren³² kann - so wie Dankbarkeit, Wertschätzung, Liebe, Mitgefühl - mir guttun. Sie machen mich glücklich. Die materiellen Sachen machen mich zwar auch glücklich, aber nicht so wie das. Und weil mich das so glücklich und zufrieden macht, wollte ich zu Hundertprozent Mönch sein. Mönch sein, Nonne sein ist eine Möglichkeit, diese Inhalte, die Buddha lehrt, zu verinnerlichen und das auf eine intensive Art. Weil mich das so glücklich macht, bin ich heute immer noch Mönch, seit fast 24 Jahren.

Die O-Töne des Experten wurden aus Gründen der besseren Lesbarkeit und Orthografie überarbeitet und weichen leicht vom eigentlichen Wortlaut des Erklärfilms ab.