



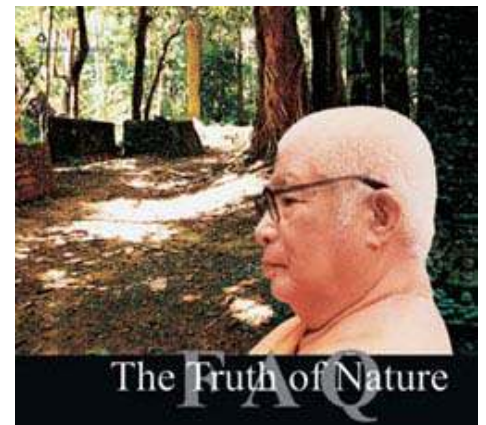
Meditation im Garten der Befreiung Erfahrungsbericht über eine buddhistische Retreat

Was unterscheidet und was verbindet Buddhisten und Christen? Wer die Frage beantworten will, muss beide Religionen kennen. Und wer eine andere Religion als die eigene wirklich verstehen will, muss sie erleben – und das heißt, sich auch auf ihre Praxis einlassen.

Pastorin Annegret Helmer von der Evangelischen Gemeinde Deutscher Sprache in Bangkok hat sich auf diesen Weg begeben und an einer 10-tägigen strengen buddhistischen Meditations- und Schweige-Retreat in der „International Dhamma Hermitage“ des Klosters Suan Mokkh in Südthailand teilgenommen. Über ihre Erfahrungen berichtete sie nun vor Interessierten im Evangelischen Gemeindehaus.

Wat Suan Mokkh ist eine Gründung Buddhadasa Bikkhus, des wohl bekanntesten thailändischen Mönchgelehrten und Reformers des Theravada Buddhismus im 20. Jh.. Die zu Beginn jeden Monats dort stattfindenden Retreaten sind für Ausländer gedacht. In täglich mehrstündigen Sitz- und Geh-Meditationen und Vorträgen über die Buddhistische Lehre in englischer Sprache, in Yoga-Einheiten und durch praktische Arbeit erhalten die Teilnehmer eine gründliche Einführung in die Buddhistische Philosophie und Meditationspraxis.

Dabei lernt man viel – auch über die eigene Religion. Und gelangt im besten Falle zur Vertiefung des eigenen Glaubens. Und das ist auch das Ziel der Bildungsarbeit in Suan Mokkh, wie es in einer der Resolutionen am Eingang der International Dhamma Hermitage heißt: „*Möge jeder so zum Kern seiner eigenen Religion gelangen, dass sie wirklich nützlich wird.*“



Annegret
Helmer
Februar
2016