

Björn Natthiko Lindeblad

Caroline Bankler Navid Modiri

Ich hatte nicht immer,
was ich wollte,
aber alles,
was ich brauchte

Und andere Weisheiten aus meinem Leben
als buddhistischer Mönch

Aus dem Schwedischen
von Sigrid C. Engeler

dtv

Ausführliche Informationen über
unsere Autorinnen und Autoren und ihre Bücher
finden Sie unter www.dtv.de

Dieses Buch ist auch als eBook erhältlich.



dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, München
© 2020 Björn Natthiko Lindeblad, Caroline Bankler, Navid Modiri
Titel der schwedischen Originalausgabe bei Bonnier Fakta:

Jag kann ha fel

och andra visdomar från mitt liv som buddhistmunk

Published by agreement with Salomonsson Agency

Deutschsprachige Ausgabe:

© 2021 dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, München

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt.

Sämtliche, auch auszugsweise Verwertungen bleiben vorbehalten.

Gesetzt aus der Aldus LT

Satz: Fotosatz Amann, Memmingen

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany · ISBN 978-3-423-26311-5



Inhalt

| | |
|---|-----|
| Meine Superkraft | 7 |
| Gewahrsein | 9 |
| Erfolgreich, aber nicht glücklich | 12 |
| Atme mehr, denke weniger | 20 |
| Die Brüder Karamasow | 25 |
| Klosterpremiere | 30 |
| Glaub nicht alles, was du denkst | 36 |
| Mutter, ich werde Waldmönch | 40 |
| Natthiko – »Der an Weisheit gewinnt« | 44 |
| Die Intelligenz des Augenblicks | 53 |
| Die exzentrische Gemeinschaft | 58 |
| Der Rhythmus in einem Waldkloster | 63 |
| Kitsch und Weisheit | 75 |
| Das magische Mantra | 82 |
| Vielleicht, vielleicht auch nicht | 88 |
| Spuk, Askese und Trauer | 94 |
| Freiwilliges psychisches Leiden | 100 |
| Wie viel Pepsi kann ein Eremit trinken? | 103 |
| Geballte Faust, geöffnete Hand | 111 |
| Get yourself a fucking job, mate! | 115 |
| Dem Wunder Raum lassen | 118 |
| Nur eines ist sicher | 123 |

Hips Don't Lie 129
Ich bin doch der Mönch, der nie zweifelte 132
Farewell Letter 136
Das Dunkel 142
This too shall pass 147
Bei sich selbst anfangen 153
Ein Leben in Hosen 157
Der Sinn des Lebens: die eigene Begabung
für andere einsetzen 163
Einmal Vertrauen, hin und zurück 167
Der Befund 171
War's das? 176
Dir wird alles genommen werden 181
Sei das, wovon du mehr in der Welt sehen willst 187
Vater 196
Vergebung 202
Vom Außen zum Innen 209
Das war's 211
Nachwort 217
Nachwort von Adyashanti 219
Danksagung 223
Bildnachweis 224

Meine Superkraft

Als ich nicht länger als Mönch lebte und nach Schweden zurückgekommen war, bat mich eine Zeitung um ein Interview. Sie interessierte sich für meine etwas ungewöhnliche Lebensgestaltung. Warum verschenkte ein erfolgreicher Diplomkaufmann seinen Besitz, rasierte sich die Haare ab und zog zu einer Gruppe von Fremden in den Dschungel? Bei dem Interview stellte der Journalist nach einer Weile die Tausend-Kronen-Frage:

»Welche ist für Sie die wichtigste Lehre aus den siebzehn Jahren als buddhistischer Mönch?«

Ich fühlte mich von der Frage etwas unter Druck gesetzt und wurde nervös. Da ich aber bei ausgerechnet dieser Frage weder zögern noch ausweichend antworten wollte, musste ich schnell reagieren.

Mein Gesprächspartner war offenkundig spirituell nicht interessiert. Ihm musste doch aufgefallen sein, worauf ich in meiner Zeit als Mönch verzichtet hatte. Ich hatte immerhin ohne Geld gelebt, ohne Sex, ohne Fernsehserien, ohne Romane, ohne Alkohol, ohne eine Familie zu gründen, ohne Ferien, ohne auszugehen, ohne moderne Bequemlichkeiten, ohne zu entscheiden, wann und was ich essen sollte.

Siebzehn Jahre lang.

Freiwillig.

Was hatte ich dafür bekommen?

Mir war wichtig, aufrichtig zu sein. Die Antwort sollte für mich stimmen, sie musste wahr sein. Ich spürte also nach und bald schoss sie von irgendwo tief aus meinem Inneren empor:

Am allermeisten schätze ich an dem täglichen spirituellen Training, über siebzehn Jahre lang, dass ich nicht mehr an alles glaube, was ich denke.

Das ist meine Superkraft.

Das Gute daran ist, dass alle über diese Superkraft verfügen. Auch du. Wenn du sie verloren hast, kann ich dir hoffentlich dabei helfen, sie wiederzufinden.

Ich empfinde es als großes Privileg, dass ich so oft die Gelegenheit hatte, andere daran teilhaben zu lassen, was ich in all den Jahren ununterbrochener spiritueller und persönlicher Entwicklung gelernt habe. Diese Möglichkeit habe ich immer als zutiefst sinnvoll empfunden. Ich habe so unerhört viel bekommen, was mir im Leben geholfen hat, was vieles einfacher gemacht und es mir erleichtert hat, ich selbst zu sein. Wenn ich Glück habe, findest du in diesem Buch etwas, was dir hilfreich sein wird. Einige meiner Lehren waren für mich buchstäblich lebenswichtig, nicht zuletzt in den letzten beiden Jahren, seitdem ich – früher, als ich es wollte – im Wartezimmer des Todes gelandet bin. Vielleicht hört es hier auf. Aber hier beginnt es auch.

Die Seiten 9-29 sind nicht Teil dieser Leseprobe.

Klosterpremiere

Ich hatte die Adresse eines Klosters im nördlichen Thailand bekommen, das einmonatige Meditationskurse auf Englisch anbot. Zwar hatte ich bereits zu meditieren versucht, dennoch hatte ich nur eine vage Vorstellung davon, worum es bei der Meditation eigentlich geht. Auf meiner Reise hatte ich hin und wieder Mönche beobachtet. Sie wirkten recht entspannt und zufrieden, wenn sie im Morgengrauen murmelnd mit ihren Schalen unterwegs waren, in die ihnen die Menschen Essen füllten. Außerdem hatten die Thailänder an sich etwas, das mich faszinierte. Offenbar fühlten sie sich in ihrer Haut wohl. Sie schienen sich ihrer selbst sicher zu sein und auf eine Weise in sich zu ruhen, wie ich das in der westlichen Welt selten gesehen hatte.

Von Jugend an kannte ich eine innere Stimme, die mir gelegentlich zuflüsterte, ich sei nicht gut genug. Wenn ich etwas Ungeschicktes oder Unbedachtes getan hatte, wenn mir etwas misslungen war oder ich etwas falsch aufgefasst hatte, konnte die Stimme sehr laut werden. Aber wenn ich etwas gut gemacht hatte, schwieg die Stimme. Zum Glück begriff ich relativ früh, dass ich mit dem Problem nicht allein stand, sondern dass in der westlichen Welt viele mit solch einer permanent murmelnden, kritischen inneren Stimme leben.

Gehört das zu unserem kulturellen Erbe? Selbst bei kleinen Fehlern, bei irgendeinem unbedeutenden Missgeschick reagiert die Stimme kleinlich und penetrant. Oft leben wir mit dem Gefühl, dass wir nicht genügen, haben Angst, »ertappt«, »entlarvt« zu werden. Und wenn Menschen uns mögen, zweifeln wir dennoch: »Wenn die wüssten, wie ich *eigentlich* bin ...« Um auf der sicheren Seite zu sein, spielen wir anderen etwas vor. Was sich natürlich wiederum darauf auswirkt, wie wir auf unsere Mitmenschen zugehen. Ganz anders war es bei meinen Begegnungen mit Thailändern. Im Kontrast wurde mir das besonders deutlich.

Ich hatte immer den Eindruck, als würden sie sich selbst vorbehaltloser mögen. Selten habe ich einen Menschen aus dem Westen getroffen, der so glaubhaft die Sicherheit ausstrahlt, dass die Welt ihn genau so annimmt und willkommen heißt, wie er ist. Thailänder schienen mir beim Betreten eines Raums wie selbstverständlich zu vermitteln: »*Hallo, hier bin ich. Wunderbar, nicht wahr? Bestimmt wird alles ein bisschen besser, wenn ich dabei bin. Ihr findet es alle doch super, dass ich hier bin? Und ganz sicher mögt ihr mich.*« Die Beschreibung mag überspitzt sein und ist nicht ganz ernst gemeint, aber im Kern entspricht sie meinem Eindruck. Und mir gefiel das sehr.

Mit völlig unrealistischen Erwartungen, was Meditation bieten kann, kam ich zu dem mir empfohlenen Kloster. Das Stadtkloster außerhalb von Chiang Mai lag nahe dem Flugplatz, es war klein und chaotisch, laut und trubelig. Überall liefen Hunde voller Flöhe herum und fraßen die stark gewürzten Essensreste, die ihnen die Mönche überließen. Aus

irgendeinem Grund schien man im Kloster eine Art Folk-musik-Festival zu mögen, denn direkt davor tönte laute elektronische Musik und junge Menschen tanzten auf einer Bühne, während wir meditieren sollten.

Mir kam es so vor, als würden die Mönche dieses Klosters hauptsächlich tratschen und rauchen. Im Gegenzug waren wir aus dem Westen diejenigen, die meditierten und *sehr* ernst bei der Sache waren.

Meine Gedanken während der Meditation am zweiten Tag des Kurses könnte ich wenig übertrieben so zusammenfassen:

Okay, jetzt geht's los. Fünfundvierzig Minuten ununterbrochener Präsenz. Der Atem ist der Weg vorwärts. Ich habe vor, hier meine Verzweiflung hinter mir zu lassen und als neuer Mann in die Welt zu treten. Vielleicht kann ich sogar Haileys Herz zurückgewinnen? Einatmen, ausatmen. Was mag es heute wohl zu essen geben? Das Essen von gestern würden wir zu Hause nicht mal den Hunden geben. Dabei biegen sich doch ringsum die Bäume vor lauter reifen exotischen Früchten ... Okay. Fokussieren. Einatmen, ausatmen. Also der Kaffee hier. Der hat den Namen nicht verdient. Soweit ich es beurteilen kann, halten wir, die westlichen Backpacker, den Ort finanziell über Wasser. Wir füllen die Spendenschubladen. Und Nescafé finden wir nicht okay! Wenn sie in eine gute italienische Kaffeemaschine investieren würden, hätte sich das schnell amortisiert. Cortado, Cappuccino ... Was ist passiert? Ich sollte doch meditieren, einen höheren Zustand erreichen. Stattdessen hat jemand meine Aufmerksamkeit auf beunruhigende und intensive Weise gekapert. Als ich den

Job bekam, das Klostermenü aufzumotzen? Zum Glück haben's die anderen nicht gehört. Wo ich so seriös bin. Reiß dich zusammen! Konzentrier dich auf die Atmung! Spür den Körper! Der Buddha war groß im Loslassen. Es geht weiter. Einatmen, ausatmen ... Wie langweilig ist das denn? Passiert nicht mal was? Das kann's doch nicht sein! Wann kommt der kosmische Orgasmus? Wann beginnt das innere Feuerwerk? Ich bin so bereit!

Hast du es schon mal mit Meditation versucht? Dann kannst du dich in der Beschreibung sicherlich wiederfinden. Man hält sich für einen durchaus akzeptablen, rational denkenden, nüchternen Menschen. Und dann muss man stattdessen feststellen, dass einem die meiste Zeit irgendein Blödsinn als rasender Gedankenzirkus die Aufmerksamkeit stiehlt. Viele von uns, die mit dem Meditieren beginnen, machen den gleichen Fehler: Wir glauben, während der Meditation müsse es im Kopf absolut still sein. Das passiert nicht! Vielleicht stellt sich für kurze Momente Ruhe ein, aber nicht länger. Nur bei Toten herrscht im Kopf absolute Stille. Wir Menschen haben einen lebendigen Verstand, und in dessen Natur liegt es, Gedanken zu produzieren, sie mit anderen zu vergleichen, sie zu formulieren und erneut zu überdenken.

Klar, wir können uns wundern oder entsetzt sein über all die wahnsinnigen, unzensierten Gedanken, die in unserem Kopf Platz haben. Wir sind heilfroh, dass die anderen keine Gedanken lesen können. Das gilt übrigens für alle und jeden, falls dir das ein Trost ist. Es ist natürlich und überhaupt nicht seltsam. Wichtig ist, Folgendes zu begreifen: Es sind nur Gedanken – keine Wahrheiten. Den inneren Gedankenzirkus

zu beobachten, kann wertvoll sein, denn unter Umständen kann es uns helfen, uns von den Gedanken zu distanzieren. Wir können sie etwas weniger ernst nehmen, können uns unserer lebhaften Gedankenwelt gegenüber etwas nüchterner verhalten: *»Aha, da kommt dieser eigenartige Gedanke. Ah ja. Den lasse ich weiterziehen.«*

Menschen, die angefangen haben, sich mit ihrem Inneren zu beschäftigen, haben so gut wie alle den Tumult im Kopf entdeckt und nach und nach Abstand zu sich und ihren Gedanken gefunden. Unter anderem deshalb bin ich gern mit solchen Menschen zusammen. Sie verlieren unweigerlich alles Präventiöse, Ambitionierte. Mit Leuten zu tun zu haben, die sich und ihre Überzeugungen nicht die ganze Zeit so schrecklich wichtig nehmen, ist anregend und wohltuend. Gemeinsam können wir feststellen: *Ich bin nicht richtig konzentriert. Du bist nicht richtig konzentriert. Ich bin nicht ordentlich strukturiert. Du bist nicht ordentlich strukturiert. Ich denke unwillkürlich dauernd an verrückte Sachen. Das tust du auch. Auf manches reagiere ich übermäßig emotional. So wie du.*

Sobald man sein Gedankenleben mit Abstand betrachtet und feststellt, dass es anderen genauso geht, wird es automatisch leichter, auf das zu achten, was uns Menschen gemeinsam ist, statt darauf, was uns trennt. Ungeachtet dessen, wer wir sind, woher wir kommen, ungeachtet unserer persönlichen Geschichte, zeigt sich, dass wir in unserer Gedankenwelt sehr viel gemeinsam haben. Wenn wir das erkennen und es uns bewusst machen, fällt es uns gleich viel leichter, nicht mehr so zu tun, als hätten wir den Überblick. Es wird leichter, uns gegenseitig zu helfen, etwas miteinander zu teilen, uns

wahrhaftig zu begegnen. Statt rivalisierender Beziehungen können wir unterstützende Beziehungen eingehen. Wir können uns darüber freuen, kein einsamer Satellit zu sein. Ohne Angst zu versagen, können wir voneinander lernen und das im anderen sehen, was gut ist. Und zwar ohne uns gleich ins Ohr zu flüstern, dass wir nicht genauso gut sind.

Glaub nicht alles, was du denkst

Der Meditationskurs sollte einen Monat dauern, aber nach vier Tagen floh ich aus dem Kloster. Dabei war Aufgeben nie meine Art gewesen. So hatte ich zum Beispiel die drei Jahre auf der Handelshochschule absolviert, ohne an einem der Fächer wirklich interessiert zu sein. Oder 1987, da war ich den Sevilla-Marathon bei 35 Grad Hitze gelaufen, nach nur neun Trainingseinheiten. Ich trug ein dickes Baumwollshirt, was mir meine Brustwarzen nie richtig verziehen haben. Aber nun gab ich tatsächlich auf.

Am Abend des vierten Tages saß ich mit einer Flasche Wein in der Stadt Chiang Mai und fragte mich, was eigentlich passiert war. Was war so schwer gewesen?

Auf einer Holzpritsche zu schlafen, war okay. Die ganze Zeit zu schweigen, konnte ich aushalten. Irre früh aufzustehen, war okay. Selten zu essen und das auch noch schlecht, das war ebenfalls zu bewältigen. Aber fast ohne irgendwelche Ablenkungen den ganzen Tag meinen plappernden, schwatzenden, kritisierenden, kommentierenden, vergleichenden, zensurierenden, klagenden Gedanken ausgeliefert zu sein, *das* war unerträglich. Ich wollte mein Inneres zur Ruhe bringen, doch es reagierte mit einem reißenden Strom aus Angriffen und Selbstzweifeln.

Aber etwas war in mir geweckt worden. So konnte es nicht weitergehen. Das wollte ich nicht. Wenn man es mit sich selbst nicht aushält, dann hat man ein Problem. Und so traf ich noch am gleichen Abend in Chiang Mai eine Art Übereinkunft mit mir selbst: *Von nun an wollte ich jemand werden, der es leichter in seiner eigenen Gesellschaft aushielt. Das sollte in Zukunft eine meiner Maximen sein. Jemand, der sich in seiner Haut wohlfühlte. Den die eigenen Gedanken nicht permanent vereinnahmten. Der sich eines Tages vielleicht sogar selbst ein guter Freund sein konnte.*

Damit hatte ich wenigstens einen Vorsatz für die Zukunft und fühlte mich nicht länger nur als Opfer äußerer und innerer Umstände. Wenn mich Trauer, Unruhe oder Einsamkeit packte, wollte ich mich dafür entscheiden können, bewusst zu atmen, meine Aufmerksamkeit ruhig auf den Körper zu richten und nicht sofort allen Gedanken zu glauben, die mein Geist mir präsentierte. Das herauszufinden, war mir immerhin gelungen.

Das war das erste Geschenk Buddhas.

Einige Zeit ging ins Land. Aber dann begab ich mich tatsächlich wieder in das chaotische kleine Kloster, nahm an dem vierwöchigen Kurs teil und hielt bis zum Ende durch. Das war mit das Schwerste, was ich je getan hatte. Drei Mal wollte ich zwischendrin aufgeben. Aber Thanat, mein freundlicher chinesischer Lehrer, lächelte jedes Mal milde, gab mir warme Sojamilch in einer Plastiktüte und sagte: »Schlaf erst einmal darüber. Du bist extra von so weit hergekommen. Vielleicht fühlt es sich morgen früh anders an.« Das tat es jedes Mal.

Und allmählich verstand ich, warum Buddha so viel über die Vergänglichkeit von allem sprach. Nichts währt für immer. Auch mühselige Zeiten nicht.

Das war Buddhas zweites Geschenk.

Zurück in Schweden, behielt ich das Meditieren bei, morgens und abends. Mir war, als hätte ich endlich einen Schlüssel zu meinem Inneren gefunden. Ich konnte deutlicher spüren, was mit mir los war. Sobald es mir gelang, dem zu begegnen, was sich innerlich schwierig anfühlte, verschwand oft ein Teil meines Widerstands.

Wenn wir versuchen, unsere Aufmerksamkeit zu lenken und selbst zu entscheiden, worauf wir sie richten, ist dies das Beste und vielleicht auch das Einzige, was wir tun können, sobald es richtig schwer wird.

Das war Buddhas drittes Geschenk.

»Glaub nicht alles, was du denkst!« – Nur wenig hat mir in meinem Leben mehr geholfen. Leider ist diese Superkraft, die uns allen zur Verfügung steht, etwas in Vergessenheit geraten. Aber du zu sein und ich zu sein, wird zweifellos viel leichter, wenn wir dem Strom unserer eigenen Gedanken mit etwas mehr Humor und Skepsis begegnen.

Was gewinnst du, wenn du nicht unbesehen jedem Gedanken glaubst, der dir durch den Kopf schießt?

Nun – du erhältst etwas sehr Kostbares: Du bekommst einen richtig guten inneren Freund. Einen, der dir immer zur Seite steht. Wenn wir jedem unserer Gedanken Glauben

schenken, sind wir in jeder Hinsicht schutz- und wehrlos. Wir haben keinen klaren Kopf mehr. In dunkelsten Momenten können wir unser Gleichgewicht verlieren. Die Gedanken können uns so quälen, dass sie uns buchstäblich das Leben verleiden.

Wo bleibt die eigene Würde, wo die Freiheit, wenn du allem Glauben schenkst? Vergiss nicht, dass sich fast alle unsere Gedanken automatisch einstellen. Als Geschöpfe werden wir dadurch geprägt, wie wir aufwachsen, was wir erleben, was wir in diese Welt mitbringen, wie unser Leben sich entwickelt, sowie durch unsere Kultur und durch das, was unser Umfeld direkt und indirekt an uns heranträgt.

Wir suchen uns unsere Gedanken nicht aus. Wir entscheiden nicht über ihre Inhalte. Wir können bestimmte Gedanken vielleicht mehr oder weniger ermuntern, und wir können ihnen mehr oder weniger viel Platz einräumen. Aber welche Gedanken entstehen, können wir nicht steuern. Etwas aber können wir entscheiden: ob wir ihnen glauben oder nicht.

Mutter, ich werde Waldmönch

Wie die meisten Menschen aus dem Westen, die zum Buddhismus gefunden hatten, verschlang ich jede Menge Bücher darüber. Eines davon hieß *Seeing the Way*. Darin wird ein Kloster im nordöstlichen Thailand beschrieben, in dem Waldmönche aus der ganzen Welt zusammenleben. Nach der Lektüre wuchs wie ein Samenkorn ein Gedanke in mir: »Wie wäre es, wenn ich Waldmönch in Thailand werden würde?« Jede Seite, die ich in weiteren Büchern las, schien den Samen mit einem Tropfen Wasser zu versorgen. So entwickelte er sich, und scheinbar urplötzlich – ich saß gerade mit meiner Mutter am Küchentisch – war eine kleine Pflanze herangewachsen:

»Mutter, ich glaube, ich werde Waldmönch.«

»Ach ja? Bist du schon mal einem Waldmönch begegnet?«

»Nein. Aber ich habe in einem Buch von ihnen gelesen.«

»Bist du schon mal in einem Waldkloster gewesen?«

»Nein.«

»Björn, bist du dir ganz sicher?«

»Ja.«

Da war sie wieder, die Klarheit der leise auftretenden Intuition, neben dem Gefühl, ganz eigenständig eine Entscheidung getroffen zu haben. Meine Entschlossenheit über-

raschte uns beide, Mutter und mich. Genau wie beim ersten Mal in Spanien dauerte es ungefähr fünf Sekunden, dann hatte ich mich entschieden.

Wie immer standen meine Eltern hinter mir. Sie hatten sich nach und nach an meine eher exzentrische Seite gewöhnt und nahmen es einigermaßen mit Fassung, dass ich den Plan einer traditionellen Karriere aufgegeben hatte. Es war für sie in Ordnung. Sie stellten diese Entscheidung ebenso wenig infrage wie alle anderen. Mir bedeutet es sehr viel, dass meine Eltern immer zu mir gestanden und mich unterstützt haben, trotz meiner ungewöhnlichen Lebensentscheidungen.

Zu der Geschichte gehört auch, dass mein Vater beruflich einen ausgesprochen konservativen Weg gegangen war. Dass sein Sohn eine vielversprechende Karriere in einem großen Konzern aufgab, um sich stattdessen in ein thailändisches Kloster zurückzuziehen, das war für ihn schon eine Herausforderung. Aber er ging sehr gut damit um. Schon früher, als ich von einer Backpacker-Tour durch Neuseeland mit einem Ohrring zurückgekommen war, hatte er erwartungsgemäß nicht sonderlich begeistert reagiert. Und meine großgemusterten nepalesischen Landarbeiterhemden aus grober Baumwolle waren in seinen Augen höchst merkwürdige Kleidungsstücke. Die meisten Menschen sahen das vermutlich genauso. Aber wenn es darauf ankam, stand mein Vater zu mir und unterstützte mich bei meinen ungewöhnlichen Plänen.

Eines Tages kam ich nach Hause und erklärte meinen überraschten Eltern, ich hätte mich zum nächsten Schritt entschlossen. Von nun an würde ich genauso leben, wie es buddhistische Novizen täten: Bis ich Mönch wurde, würde ich die fünf Lebensregeln befolgen.

»Aha. Und welche sind das?«, fragte mein Vater skeptisch.

»Nicht töten und keinem Lebewesen schaden, weder anderen noch sich selbst. Nicht stehlen und keinen unziemlichen sexuellen Aktivitäten nachgehen. Nicht lügen und keine be rauschenden Getränke zu sich nehmen«, dozierte ich.

Die letzte Regel, der Verzicht auf Alkohol, sei dann doch etwas fundamentalistisch, meinte mein Vater. Mit allem anderen, fand er, könne man leben.

Buddha betont sehr klar, dass die Beziehung zu den Eltern etwas Besonderes ist. Die Dankbarkeit den Eltern gegenüber ist wertvoll. Unabhängig davon, wie gut oder schlecht sie ihre elterlichen Aufgaben erfüllten, so gaben sie bestimmt ihr Bestes. Das ist der Ausgangspunkt. Wenn man eigene Kinder bekommt, hat man öfter das Aha-Erlebnis: wie schwer es ist! Und welch großen persönlichen Einsatz es einem abverlangt. Während der letzten Zeit zu Hause wuchs die Dankbarkeit meinen Eltern gegenüber beträchtlich.

Sie wollten wissen, ob es vor meiner endgültigen Abreise noch etwas gab, was ich gern tun würde. »Ja«, antwortete ich, »ich würde gern Urlaub in den Alpen machen wie damals, als wir Brüder noch klein waren.«

Gesagt, getan. Alle waren dabei, Vater, Mutter und wir vier Brüder – mittlerweile waren alle erwachsen.

Zu dem Zeitpunkt unterschied sich der Lebensstil innerhalb der Familie ziemlich. Vor allem betraf das den Tagesrhythmus. Ich lebte gemäß meinen neuen Gewohnheiten. Morgens um halb fünf saß ich im Wohnzimmer der kleinen Alphütte, die wir gemietet hatten, und meditierte im schwachen Schein der grünlichen Kontrolllampe des Kühlschranks. Nach einer Weile trudelten meine Brüder ein, die fast über

mich fielen. Sie kamen aus der Disco. Das illustriert anschaulich, dass sich mein Leben bereits in eine andere Richtung entwickelte.

Ehe ich Waldmönch wurde, wollte ich alle meine Besitztümer verschenken. Persönlichen Besitz hatte ich nie besonders wichtig genommen und meine Beziehung zu materiellen Dingen war nie sehr ausgeprägt gewesen. Die unbändige Freude, die innerlich in mir aufstieg, als ich schließlich alles weggab, überraschte mich aber doch. Es war ein Gefühl, als hätte ich acht Tassen Espresso im Blut. Abschließend bezahlte ich noch meinen Studienkredit ab, denn wenn man ein Waldmönch werden will, darf man keine Schulden haben.

Dann war ich bereit, allerdings ohne richtig zu wissen, wofür. Aber ich verließ Schweden ohne Vorbehalte. Außerdem war ja Winter.