

# Ethische Leitlinien der Buddhistischen Gemeinschaft Triratna (Essen) e.V.



Unser Verein wurde gegründet, um die Ideale und Methoden des Buddhismus allen Menschen zur Verfügung zu stellen, die dafür offen sind. Wir möchten Menschen ermöglichen, wirksam dem Pfad des Buddha zu folgen, indem wir ihnen einen klaren Praxisweg anbieten und eine Gemeinschaft, die diese Übung langfristig unterstützt.

Ein unverzichtbarer Aspekt dieses buddhistischen Übungsweges ist Ethik. In all unserem Handeln orientieren wir uns daher an den traditionellen ethischen Vorsätzen des Buddha:

- (1) dem Vorsatz, kein Lebewesen zu verletzen  
und stattdessen liebevoll und freundlich zu handeln,
- (2) dem Vorsatz, nichts zu nehmen, was uns nicht freiwillig gegeben wurde  
und uns stattdessen großzügig zu verhalten
- (3) dem Vorsatz, niemandem mit unseren sexuellen Handlungen zu schaden,  
und uns stattdessen in Zufriedenheit und Genügsamkeit zu üben
- (4) dem Vorsatz, unehrliche, grobe, überflüssige und Zwietracht säende Sprache zu unterlassen  
und stattdessen aufrichtig, freundlich, bedeutsam und harmoniestiftend zu sprechen.
- (5) dem Vorsatz, alle den Geist trübenden Substanzen zu meiden  
und stattdessen Achtsamkeit zu entwickeln.

Diese für Buddhisten fundamentalen Prinzipien nehmen wir in allen Bereichen unserer Vereinsarbeit als Richtschnur. Wir tun unser Bestes, um einen Raum zu schaffen, in dem alle Beteiligten zu mehr Liebe, Großzügigkeit, Zufriedenheit, Ehrlichkeit und Achtsamkeit heranreifen können. Dabei ist uns bewusst, dass der Spielraum nach oben offen ist: Man ist mit der Übung buddhistischer Ethik niemals „fertig“.

Buddhistische ethische Prinzipien berühren alle Lebenssituationen und finden in vielfältigster Weise ihren Ausdruck im Handeln der einzelnen Menschen. Diese Leitlinien beschreiben einige besondere Ausdrucksformen dieser Ethik in unserer Vereinsarbeit.

## I) WAS WIR VON VEREINSSEITE TUN

### 1. Vorsatz – Gewaltlosigkeit/Liebe:

- Unsere Gemeinschaft steht allen Interessierten **offen**, unabhängig von Ethnie, Bildungsniveau, Gender, sexueller Orientierung, Herkunft, Alter oder Finanzkraft. Dies versuchen wir in unserer Außendarstellung bewusst zu kommunizieren.
- Wir arbeiten bei **Geldanlagen** mit ethisch wirtschaftenden Partnern zusammen. Unsere Bankkonten liegen bei einer Bank, die bei Kreditvergabe, Anlage und Umgang mit Mitarbeitern und Ressourcen hohe ethische Standards und Nachhaltigkeitskriterien anlegt. Als Partner für die betriebliche Altersvorsorge unserer Mitarbeiter haben wir einen Rentenversicherer gewählt, der eine nachhaltige Anlagepolitik mit klaren Positiv- und Negativkriterien betreibt.
- Die Verpflegung in unserem Retreathaus Vimaladhātu ist **vegan** (mit Ausnahme von Biomilch und Honig). Bei Veranstaltungen im Buddhistischen Zentrum Essen, bei denen Speisen mitgebracht werden, bestehen wir auf vegetarischer Kost und empfehlen vegane Alternativen.
- Wir achten auf umweltbewussten und **nachhaltigen** Umgang mit Ressourcen: Wir beziehen unseren **Strom** von zwei Anbietern, die mit dem derzeit strengsten Ökostromsiegel, dem Grüner Strom Label, zertifiziert sind; das Buddhistische Zentrum heizen wir klimaneutral, indem unser **Gaslieferant** die mit der Gasverbrennung einhergehenden CO<sub>2</sub>-Emissionen kompensiert; bei Flügen (zu Retreats, Arbeitstreffen usw.), die im Auftrag unseres Vereins erfolgen, übernehmen wir die Kosten für die **CO<sub>2</sub>-Kompensation**; wir haben die Möglichkeiten für **Energieeinsparung** in unseren Gebäuden prüfen lassen und im Rahmen

unserer Möglichkeiten umgesetzt; wir lassen unsere Druckerzeugnisse **klimaneutral** drucken; beim Einkauf von Lebensmitteln für unser Retreathaus Vimaladhātu bevorzugen wir, wo möglich, Produkte aus **Bioanbau**. Im Eingangsbereich unseres Zentrums hängt ein **Nachhaltigkeitszertifikat**, das diese und weitere Maßnahmen bezeugt.

- Entscheidungen in unseren Vereinsgremien treffen wir nach dem **Konsensprinzip**. Dies ist in unserer Satzung verankert<sup>1</sup>, weil ein Mehrheitsbeschluss immer eine Form von Zwang seitens einer Mehrheit über eine Minderheit darstellt, den wir in einer spirituellen Gemeinschaft vermeiden möchten.

## 2. Vorsatz – Nichtgegebenes nicht nehmen/Großzügigkeit:

- Wir bieten all unsere Buddhismus- und Meditationsveranstaltungen im Buddhistischen Zentrum Essen kostenlos an. Hierzu haben wir die „**Dana-Gesellschaft**“ ins Leben gerufen, die ein System freiwilliger gegenseitiger Großzügigkeit darstellt. Wir schließen niemanden aus, der nicht spenden kann oder will.
- Wir gehen **sorgsam mit den Spendengeldern** unserer Spender um und wirtschaften so sparsam wie möglich. Sollte es je einen Verdacht auf Zweckentfremdung von Vereinsgeldern geben, werden wir dies umgehend untersuchen und die Betroffenen zur Rechenschaft ziehen.
- Wo möglich, kaufen wir Produkte aus **fairem Handel**, so etwa bei Tee, Kaffee und Bananen.

## 3. Vorsatz – Vermeidung sexuellen Fehlverhaltens/Genügsamkeit

- Wir haben ein **Jugendschutzkonzept** erarbeitet, um zu gewährleisten, dass Kinder und Jugendliche, die mit unserem Verein in Berührung kommen, bei uns sicher sind. Dieses Konzept umfasst Maßnahmen zur Prävention und Intervention.
- In unseren **Leitlinien für Lehrende** (siehe Teil II) sensibilisieren wir diese für Mechanismen von Projektion und mahnen zu besonderer Achtsamkeit und Umsicht bezüglich sexueller Attraktion innerhalb der Gemeinschaft.
- Wir haben zwei **Vertrauenspersonen** benannt, als Anlaufstelle für Beschwerden oder zum Melden von Vorfällen, die Anlass zur Besorgnis um das Wohl von Menschen im Zusammenhang mit unseren Vereinsaktivitäten geben.
- Wir haben beschlossen, nicht an Spendenprogrammen teilzunehmen, bei denen beim Einkauf bei bestimmten Händlern ein Prozentsatz an eine gemeinnützige Organisation weitergeleitet wird („**Charity-Shopping**“), um niemandem einen Anreiz für unnötigen Konsum zu geben.

## 4. Vorsatz – Ethische Kommunikation

- Wir gehen sorgfältig mit den persönlichen Daten der Menschen in unserem Verein um. Hierzu haben wir einen **Datenschutzbeauftragten** bestellt und ein Datenschutzkonzept erstellt.
- In jeder Gemeinschaft kommt es trotz bester Absichten zu Konflikten. Um diese in bestmöglicher Weise anzugehen, haben wir beschlossen, einige Menschen aus unserer Gemeinschaft zu **Mediatoren** im Ansatz der „Restorative Practice“ auszubilden.

## 5. Vorsatz – Vermeidung von Drogen/Achtsamkeit

- Der Konsum von **Alkohol** oder sonstigen Rauschmitteln ist im Buddhistischen Zentrum und in Vimaladhātu nicht erlaubt. Um unseren Teilnehmern den Ausstieg aus Nikotinabhängigkeit zu erleichtern, ist das gesamte Grundstück unserer Zentren eine **rauchfreie Zone**.

---

<sup>1</sup> Laut Satzung sind Mehrheitsentscheidungen per 2/3-Mehrheit nur dann zulässig, wenn innerhalb eines angemessenen Zeitrahmens kein Konsens zu erzielen ist oder eine zügige Entscheidung notwendig ist, um Schaden für den Verein abzuwehren.

## II) LEITLINIEN FÜR LEHRENDE UND MITARBEITENDE

Wir sind dankbar und freuen uns, dass so viele sich in unserer Gemeinschaft engagieren, sei es als Lehrender oder unterstützendes Teammitglied bei Veranstaltungen, als Retreatleiterin, als Kalyanamitra (spiritueller Mentor) oder auch als Mitarbeiterin von Triratna in Essen und Vimaladhātu. Wir haben Vertrauen, dass alle, die sich bei uns haupt- oder ehrenamtlich engagieren, dem buddhistischen Übungsweg folgen und die ethischen Vorsätze üben.

Als Lehrende oder sonstige Ansprechpersonen bei Triratna haben wir eine besondere Verantwortung. Menschen orientieren sich nicht nur an dem, *was* wir lehren, sondern auch daran, *wie* wir dies in unserem Handeln verkörpern. Darum haben wir einige Punkte zusammengestellt, die wir unseren Lehrenden und Mitarbeitenden besonders ans Herz legen möchten:

### 1. Vorsatz – Gewaltlosigkeit/Liebe

Wir lehren und üben uns in Metta (liebender Güte) und möchten, dass all unsere Angebote von diesem Geist durchdrungen sind. Wenn Menschen dem Dharma begegnen, berührt sie das oft tief und sie werden offener, empfänglicher. Umso wichtiger ist, dass wir ihnen mit Freundlichkeit und Sensibilität begegnen.

- Wir gehen **freundlich** mit allen Teilnehmenden an unseren Angeboten um. Gewalt, ob in Form von aggressiver, herabsetzender Sprache oder gar von körperlichen Übergriffen, hat keinen Platz in unserer Gemeinschaft.
- Wenn **Konflikte** auftauchen, möchten wir diese in konstruktiver, respektvoller Weise angehen. Wer in einem Konflikt alleine nicht mehr weiter weiß, kann andere aus dem Lehrendenteam um Hilfe bitten (einige unserer Lehrenden bilden sich demnächst zu Mediatoren aus).
- Wir bieten den Dharma an, drängen ihn aber niemandem auf. Anderen Weltanschauungen begegnen wir **respektvoll**.

### 2. Vorsatz – Nichtgegebenes nicht nehmen/Großzügigkeit

Unsere Gemeinschaft lebt von Großzügigkeit („Dana“). Als Lehrende bieten wir unsere Zeit, Fähigkeiten und Erfahrung freiwillig und im Geiste von Dana an – nicht, um uns zu bereichern oder um eigener Vorteile willen. Für diese Kultur gegenseitiger Großzügigkeit möchten wir auch unsere Teilnehmer begeistern.

- Wenn Menschen in unserer Gemeinschaft neu sind, fühlen sie sich oft etwas unsicher. Es ist schön, wenn Menschen aus dem Lehrteam aktiv und aufmerksam **auf sie zugehen**, natürlich ohne sie zu bedrängen.
- Beim Lehren ist es wichtig, die **eigenen Vorlieben** in den Hintergrund zu stellen und ein Gespür für das zu entwickeln, was die Teilnehmenden brauchen.
- Alle Ressourcen unseres Vereins (Geld, Ausstattung) sind unseren Spenderinnen und Spendern zu verdanken. Darum gehen wir **sorgsam und sparsam** mit ihnen um, z.B. bei Einkäufen für den Verein, beim Verbrauch von Strom, Heizung, Materialien usw.
- Wenn wir für den Verein einkaufen, bevorzugen wir nach Möglichkeit **nachhaltige** Alternativen (bio, regional, saisonal usw.) und Produkte aus **Fairem Handel**, wenn sie erhältlich sind.

### 3. Vorsatz – Vermeidung sexuellen Fehlverhaltens/Genügsamkeit

In unserer Gemeinschaft praktizieren Menschen über lange Zeit zusammen, es entstehen Freundschaften und Nähe. Dabei ist es natürlich, dass sich manchmal jemand verliebt oder dass sich sexuelle Attraktion einstellt. Bei mündigen Erwachsenen liegt die Entscheidung für oder gegen eine sexuelle oder Liebesbeziehung selbstverständlich bei den Betroffenen selbst. Dennoch ist es für Lehrende oder Kalyanamitras (als spirituelle Mentoren) wichtig, sich hierbei ihrer ganz besonderen Verantwortung bewusst zu sein, insbesondere wenn es sich bei dem potenziellen Partner um jemanden handelt, der spirituell deutlich weniger erfahren ist.

- Ob wir als Lehrende eine Veranstaltung leiten oder unterstützend im Team mitwirken: **Flirten** bei Kursen, Retreats und dergleichen ist unangebracht. Dharmaveranstaltungen sind nicht der geeignete Ort, um auf Partnersuche zu gehen.
- Lehrer aller Art, und ganz besonders spirituelle Lehrende, können leicht zur **Projektionsfläche** für ihre Schüler werden – auch wenn sie dies nicht beabsichtigen und sich bewusst nicht als „Guru“ inszenieren. Wenn jemand, den wir unterrichten, uns anhimmelt oder sich gar in uns verliebt, ist es gut, uns solche

Mechanismen bewusst zu machen. Es ist sehr gut möglich, dass sich die betreffende Person nicht in uns als Frau oder als Mann verliebt hat, sondern in das, wofür wir stehen.

- Wenn Interesse an einer sexuellen Beziehung aufkommt, ist es wichtig, diese ethisch und achtsam anzugehen – dazu gehört auch, **bestehende Beziehungen** zu achten.
- Liebesbeziehungen innerhalb des Sangha können sich sehr positiv entwickeln, weil viele Werte geteilt werden – aber wenn sie schief laufen, kann dies nicht nur für die Betroffenen schmerzhaft sein, sondern Auswirkungen auf die ganze Gemeinschaft haben. Wir empfehlen darum ausdrücklich, dass Ordensmitglieder jede beabsichtigte Beziehung mit einer spirituell weniger erfahrenen Person aus dem Sangha vor Aufnahme dieser Beziehung **im Ordenskonzext besprechen** (oft wird dies im Ordenskapitel geschehen oder mit den eigenen Kalyanamitras oder Präzeptoren<sup>2</sup>).
- Falls das betreffende Ordensmitglied die spirituelle **Hauptbezugsperson** für die weniger erfahrene Person ist, empfehlen wir zu warten, bis diese andere tragfähige Beziehungen zu Lehrenden oder Mentoren aufgenommen hat.

#### 4. Vorsatz – Ethische Kommunikation

Bei ihrer Ordination nehmen Angehörige des Triratna-Ordens zehn ethische Vorsätze an, von denen vier den Bereich der Kommunikation betreffen. Wir bemühen uns, ehrlich, freundlich, hilfreich und Harmonie stiftend miteinander umzugehen, im gesprochenen wie auch im geschriebenen Wort.

- Zu Ehrlichkeit gehört auch, uns als Lehrende **authentisch** zu geben. Als Buddhisten sind wir Übende und nicht perfekt. „Ich weiß nicht“, ist auch eine gute Antwort.
- In unserem Sangha geben Menschen manchmal im Einzel- oder Gruppengespräch sehr persönliche oder sensible Dinge preis. Es ist wichtig, mit solcher Information umsichtig und **vertraulich** umzugehen. Wenn wir im Lehrteam über Teilnehmer sprechen, tun wir dies getragen vom Wunsch nach ihrem Wohlergehen.
- Im Umgang mit personenbezogenen Daten achten wir auf **Datenschutzvorgaben**, z.B. indem wir keine Kontaktdaten ohne vorherige Rücksprache weitergeben. Auch Fotos, auf denen Menschen erkennbar sind, dürfen nicht ohne vorherige Erlaubnis z.B. auf sozialen Plattformen geteilt werden.

#### 5. Vorsatz – Vermeidung von Drogen/Achtsamkeit

Triratna möchte einen Kontext bieten, in dem Menschen durch vertieftes Gewahrsein Weisheit und Mitgefühl entfalten können. Wir streben an, mit anderen Menschen und mit unseren Zentrumsressourcen so achtsam wie möglich umzugehen.

- Es ist wichtig, dass Lehrende zu ihren Veranstaltungen in möglichst **guter, klarer Geistesverfassung** erscheinen und selbstverständlich nicht unter dem Einfluss irgendwelcher Drogen. Auch Pünktlichkeit ist eine Form von Achtsamkeit.

#### **Der Kontext für Lehrende:**

Wenn wir Buddhismus lehren, vermitteln wir nicht einfach erlerntes Wissen, sondern gelebte Dharmapraxis. Es ist darum unerlässlich, dass jeder, der lehrt, eine solide eigene Dharmaübung hat und *sraddha* (spirituelles Vertrauen) wachhält. Alle Lehrenden sollten sich weiter als Lernende verstehen, d.h. Bedingungen für die Vertiefung ihrer eigenen Praxis suchen; hierzu gehören auch eine regelmäßige Meditationspraxis und Retreats. Auch ein lebendiger Sangha- bzw. Ordenskonzext ist wichtig, insbesondere als Kontext für ethische Reflexion über das eigene Handeln und Eingeständnis sowie als Raum, in dem wir Feedback erhalten können.

Denn wir lehren nicht hauptsächlich durch das, was wir sagen, sondern durch das, was wir *tun* und *sind*.

Mögen alle Wesen glücklich sein!

*Diese Leitlinien wurden unter Einbeziehung aller Vereinsmitglieder erarbeitet und am 10.4.2018 vom Vorstand der Buddhistischen Gemeinschaft Triratna (Essen) e.V. verabschiedet.*

---

<sup>2</sup> *Ordenskapitel*: Kleine, feste Gruppen von Ordensmitgliedern, die in der Regel einmal pro Woche zusammenkommen, um gemeinsam zu praktizieren und über ihre Praxis zu sprechen. *Kalyanamitras*: spirituelle Mentor/inn/en. *Präzeptor/inn/en*: Die langjährigen erfahrenen Ordensangehörigen, von denen ein Ordensmitglied ordiniert wurde, d.h. die eigenen Lehrer.