

ICH HABE EINEN TRAUM

KOSTJA ULLMANN

»Ich möchte den Dalai Lama fragen, ob er nicht auch manchmal Zweifel hat«

Ich möchte einmal den Dalai Lama treffen. Religion spielt normalerweise in meinem Leben keine große Rolle. Religionen scheinen mir stark von Verboten und Zwängen geprägt zu sein. Aber der Buddhismus fasziniert mich. Er pocht nicht auf Regeln. Alles, was im Leben passiert, ergibt einen Sinn. Das erscheint mir optimistisch. Kürzlich hat meine Mutter mir ein Buch geschenkt: *In drei Monaten zum Buddhisten*. Das beschreibt auf humorvolle Weise, wie man zum Glauben finden kann und wie man die innere Ruhe buddhistischer Mönche erreicht. Sie regen sich nie auf. Der Dalai Lama offenbar auch nicht. Immer lächelt er. Auf mich wirkt er wie ein allwissender Übervater, allerdings nicht überlegen, sondern menschlich, weil er über sich selbst lachen kann.

Im vergangenen Sommer sprach er in Hamburg im Congress Centrum. Ich habe den Auftritt im Fernsehen verfolgt. Der Dalai Lama lächelte und redete und redete. Mit einem Mal wurde er langsamer, seine Stimme wurde leiser, er schien einzuschlafen, sein Kopf kippte zur Seite, er schnarchte tatsächlich leise ins Mikrofon – und fuhr dann plötzlich hoch und wechselte wieder in ein schnelles Vortragstempo. Er spielte mit dem Publikum und den Erwartungen an ihn. Das machte ihn mir sympathisch.

Hätte ich tatsächlich Gelegenheit, den Dalai Lama zu treffen, würde ich keine Tipps erwarten, was ich an mir ändern sollte. Er brauchte mir nicht das Leben zu erklären. Ich würde ihn einfach beobachten, vielleicht mit ihm traditionell meditieren. Bisher meditiere ich amateurhaft. Vor schwierigen Dreharbeiten schließe ich mich im Ruheraum auf dem Set ein, setze mich hin, mache die Augen zu und konzentriere mich fünf Minuten lang. Dann stelle ich mir vor, wie ich meine Figuren spiele.

Eines würde ich den Dalai Lama schon gerne fragen: ob er nicht auch mal Zweifel habe. Immer lächeln, immer gut gelaunt sein, das muss ihn doch manchmal nerven. Wird es ihm an einigen Tagen zu viel, immer nur als Übermensch angesehen zu werden? Das ist eine Sache, die ich nicht nach-

vollziehen kann: dass Buddhisten scheinbar nie aus sich herausgehen.

Mein Vater verbrachte einmal zwei Wochen in einem buddhistischen Kloster. Er erzählte mir, wie der Tag dort ablief. Um fünf Uhr morgens aufstehen, dann meditieren, den Hof fegen oder andere Aufgaben erledigen, wieder meditieren, und das alles ohne persönliche Dinge um sich herum. Ich kann mir nicht vorstellen, wie das funktioniert. Es gibt doch bestimmt Leute, die denken: Heute habe ich keine Lust, so früh aufzustehen – ich penn mal richtig aus. Und den Hof fegen will ich auch nicht.

In dem Buch von meiner Mutter habe ich den Satz gefunden: Der Buddha ist ein Mensch, der absolute innere Ruhe erlangt hat und sie in jeder Situation zu bewahren weiß. Wenn das stimmt, beneide ich die Buddhisten darum.

Auch ich suche nach Ruhe, doch die Erfahrung im Kloster hebe ich mir als Traum für das Alter auf. Im Moment wären schon zwei Wochen zu viel für mich. Weit weg zu sein vom Handy, von meinen Freunden, meiner Musik, das kann ich mir nicht vorstellen.

Ich bin sicher, ein Aufenthalt im Kloster könnte mir helfen, Gelassenheit zu entwickeln, nicht so viel Energie darauf zu verschwenden, mich über Kleinigkeiten aufzuregen. Doch mir ist derzeit etwas anderes wichtiger: Ich habe mir vorgenommen, ein halbes Jahr lang durch Indien zu reisen.

Mich interessiert das Land, weil meine Mutter indische Wurzeln hat. Eine solche Reise mit dem Dalai Lama zu machen, das wäre wirklich ein Traum. Er könnte mir erklären, wie die Kultur dort funktioniert. Und diese unglaublichen Gegensätze. Auf der einen Seite die extreme Armut – fünf Menschen wohnen in einer Wellblechhütte auf fünf Quadratmetern –, auf der anderen Seite der Reichtum – die gläsernen Shopping-Malls, die an die Slums grenzen. Natürlich brauche ich den Gedanken, jederzeit nach Europa zurückkehren zu können. Ich bin einfach zu sehr an westlichen Komfort gewöhnt. Tatsächlich in Indien zu leben wäre wohl nicht mein Traum.

KOSTJA ULLMANN

Der Schauspieler wurde 1984 in Hamburg geboren und stand bereits mit elf Jahren auf der Bühne. Nach kleinen Theater- und Fernsehrollen erregte er 2006 Aufsehen in »Verfolgt«, einer Geschichte über eine sado-masochistische Beziehung. Kürzlich war er im »Wunder von Berlin« zu sehen, am 17. März spielt er die Hauptrolle im ZDF-Fernsehfilm »Die Zeit, die man Leben nennt«