Wie die Heidelbergerin Simone Hensel den Buddhismus lebt

Hier ist das Leben

Eine Mode-Buddhistin zu sein, kann man Simone Hensel kaum nachsagen. Schon 1983, kurz nach ihrem Abitur, hat sie im Buddhismus ihre spirituelle Heimat gefunden. Heute ist sie Vorstandsvorsitzende des deutschen Tibethauses in Frankfurt, das sich der Pflege der tibetisch-buddhistischen Kultur verschrieben hat, und organisiert den Deutschland-Besuch des Dalai Lama im Sommer 2009 mit. Entrückt ist anders.

Den Trend zur Sinnsuche in der hektischen Konsumgesellschaft von heute findet Simone Hensel prinzipiell nicht verkehrt, Mode hin oder her. Der Buddhismus biete sich hier besonders an, meint sie: aufgrund seiner Toleranz, aber auch, weil es dabei nicht darum gehe, "einen Schöpfergott anzubeten, sondern bei sich selbst anzufangen". Die Heidelbergerin hält es für durchaus machbar, den Kern der Lehre nach Westen zu importieren, ohne bei einem verwässerten "Buddhismus light" zu landen – schließlich sei der zentral- und südostasiatische Buddhismus auch ein (indischer) Kulturexport.

Auslöser für Simone Hensels eigene Beschäftigung mit dem Buddhismus war ein spontaner Abstecher nach Indien während einer Thailandreise, eine recht zufällige Angelegenheit also – "wenn man an Zufälle glaubt", schränkt sie ein. Obwohl alles auch hätte anders laufen können, hat sie nicht das Gefühl, von all den anderen Kulturen dieser Welt etwas verpasst zu haben: Das Leben finde hier und jetzt statt; "es ist unsinnig, sich zu überlegen, 'was wäre wenn'". Diese Gelassenheit will die Heilpraktikerin und Yogalehrerin auch in ihren Kursen zur Stressbewältigung vermitteln. Dabei ist ihr Stress mit ihrer Dreifachrolle in Familie, Beruf und den Ehrenämtern im Tibethaus Deutschland selbst nicht fremd, und auch die Vorbereitungen für den Besuch des Dalai Lama gestalten sich wesentlich aufwändiger als gedacht. Immerhin war die eigentliche Einladung recht problemlos: Mit einem einfachen Anruf beim Dalai Lama ist es zwar auch für Simone Hensel nicht getan, aber das Tibethaus hat gute Kontakte. Umgekehrt war Simone Hensel übrigens erst einmal in Tibet, dem Land, für das sie sich so engagiert. "Das geht vielen Exiltibetern auch nicht anders", sagt sie. Fühlt sie sich denn in Deutschland selbst im – spirituellen – Exil? Nein, Fernweh kennt sie zwar schon, aber: "Heimat muss man in sich selbst finden." Bei all dieser Gelassenheit ist es beruhigend zu hören, dass Simone Hensel sich auch mal richtig aufregen kann. Aber selten.

DAVID FISCHER-KERLI. FOTO: DIETRICH BECHTEL