



**Claude AnShin**  
**Thomas Am Tor**  
**zur Hölle**  
Der Weg  
eines Soldaten  
zum Zen-Mönch

THESEUS

Claude AnShin Thomas

# **Am Tor zur Hölle**

Der Weg eines Soldaten zum Zen-Mönch

—

Erweiterte und aktualisierte Neuausgabe von

**Krieg beenden  
Frieden leben**

Aus dem Amerikanischen von  
Andrea Krug und Wiebke KenShin Andersen



Theseus Verlag

Theseus im Internet: [www.theseus-verlag.de](http://www.theseus-verlag.de).

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-89901-795-3

ISBN E-Book 978-3-89901-801

Copyright © 2003 by Claude AnShin Thomas

Copyright der deutschen Ausgabe © 2003, 2008 Theseus Verlag in J. Kamphausen Verlag & Distribution GmbH, Bielefeld 2013

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe, sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten.

Die Verwertung der Texte und Bilder, auch auszugsweise, ist ohne Zustimmung des Verlages urheberrechtswidrig und strafbar.  
Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Verarbeitung mit elektronischen Systemen.

Umschlaggestaltung: Morian & Bayer-Eynck, Coesfeld,  
[www.mbedesign.de](http://www.mbedesign.de) unter Verwendung eines Fotos von © Ron Seymour  
Lektorat: Ursula Richard / Susanne Klein  
Gestaltung und Satz: Ingeburg Zoschke, Berlin

*An meinen Sohn, Zachary Alan Thomas,  
dessen Gegenwart und Liebe  
eine Inspiration für meine Heilung  
und Transformation waren.*

*Und an Arnie Kotler,  
dessen konstante persönliche Unterstützung  
und professionelle Begleitung mir geholfen  
haben, aus dem, was meine größte Tragödie  
zu sein schien, ein Buch zu machen,  
das möglicherweise anderen helfen kann.*

# Inhalt

|            |   |
|------------|---|
| Vorwort    | von Robert Atzorn   |
| Einleitung | <b>Gebet eines Soldaten</b>   |
| Kapitel 1  | <b>Die Saat des Krieges</b>   |
| Kapitel 2  | <b>Die Flamme der Kerze</b>   |
| Kapitel 3  | <b>Die Glocke der Achtsamkeit</b>   |
| Kapitel 4  | <b>Wenn du eine Brücke in die Luft jagst, bau eine Brücke</b>   |
| Kapitel 5  | <b>Gehen, um zu gehen</b>   |
| Kapitel 6  | <b>Frieden finden</b>   |
| Nachwort   | von Claude AnShin Thomas zur Neuauflage   |
| Danksagung |   |
| Anhang     | <b>Meditationsübungen zum Einstieg</b><br><b>Fragenkatalog für Diskussionen</b><br><b>Die Zaltho Foundation</b> |

## **Weiterführende Literatur**

Über den Autor

*Zen Meister Guichen fragte: »Wohin gehst du?«*

*Fayan antwortete: »Auf eine immerwährende  
Pilgerreise.«*

*Guichen fragte: »Warum pilgerst du?«*

*Fayan antwortete: »Das weiß ich nicht.«*

*Guichen sagte: »Nicht-Wissen geht sehr nahe.«*

aus: *Die Aufzeichnungen des Meisters Fayan Wenji*

## Vorwort

Vor einigen Jahren spielte ich einen Bundeswehrgeneral in einem Film mit dem Titel »Das Kommando«. Er handelte von einem geheimen Spezialeinsatz im Kaukasus gegen islamistische Terroristen. Zur Einstimmung empfahl uns der Regisseur Thomas Bohn die Lektüre von Claude AnShin Thomas' Buch »*At Hell's Gate*«\*. Ich war zutiefst beeindruckt und berührt von der Lebensgeschichte dieses Mannes, der sich vom gewaltbereiten US-Army-Soldaten zum buddhistischen Bettelmönch entwickelte und wandelte.

Ich selbst war nicht bei der Bundeswehr und hatte auch sonst kaum Vorstellungen vom Militär und von militärischen Vorgängen. Das änderte sich nach der Lektüre von »*At Hell's Gate*« allerdings. Nie zuvor hatte ich so genaue, ehrliche und selbsterlebte Beschreibungen von Brutalität, Gewalt und von deren Entstehung gelesen. Claude AnShin Thomas berichtet auf eindringliche und zwingende Weise, wie Gewalt den Menschen bricht und zerstört, wie der Mensch entmenschlicht wird und schließlich den »Feind« überhaupt nicht mehr als menschliches Wesen wahrnimmt.

Ich verstand zum ersten Mal mein kompliziertes Verhältnis zu meinem Vater, der gebrochen aus dem Zweiten Weltkrieg zurückkehrte und nicht fähig war, das Erlebte zu verarbeiten. Traumatisiert bis an sein Lebensende war er nie in der Lage gewesen, über seine Erlebnisse zu sprechen, hatte alles in Alkohol ertränkt.

Dieses Buch ist mehr als ein biografisches Dokument, es ist ein Lehrbuch über verrohende Zusammenhänge und Tendenzen in unserer Gesellschaft, die wir nicht wahrhaben wollen. Es ist auch eine Pflichtlektüre für alle jungen Menschen, die sich ihre Zeit mit

Kriegsspielen am Computer vertreiben. Gleichzeitig ist es ein Buch über die Verarbeitung und Transformation solcher Gewalt-Traumata.

Für mich ist es eins der besten Bücher, das ich je gelesen habe, und es ist eine Ehre für mich, Claude AnShin Thomas persönlich zu kennen, einen Mann, der mir aus dem Herzen spricht, wenn er sagt, dass Gewaltlosigkeit die einzige Überlebenschance für unseren Planeten ist.

Februar 2008

*Robert Atzorn*

\* Titel der amerikanischen Originalausgabe (Anm. d. V.)

## Einleitung

## Gebet eines Soldaten

Im Alter von siebzehn Jahren trat ich in die U.S. Army ein und meldete mich freiwillig für den Dienst in Vietnam. Indem ich zu den Waffen griff, war ich direkt für das Töten von mehreren hundert Menschen verantwortlich, und das Töten hörte erst auf, als ich ehrenhaft entlassen und mit zahlreichen Orden, einschließlich einem Purple Heart, einem Verwundetenabzeichen, nach Hause geschickt worden war. Doch als ich die Granatsplitter meines Lebens wieder zusammenfügte und das Herz entdeckte, das durch den Krieg zerbrochen war, begriff ich, dass es kein gerechtfertigtes Töten gibt, keine Trennung zwischen guter und schlechter Gewalt und dass echte Moral oder Redlichkeit im Krieg nicht existiert. Krieg ist niemals moralisch. Er ist einfach ein Ausagieren von Leid. Handeln, das aus Leiden resultiert.

Dies zu begreifen und die erste buddhistische Richtlinie (zugleich das fünfte christliche Gebot) zu akzeptieren – nicht zu töten – erforderte einen langen Marsch, nicht nur durch Vietnam, durch Obdachlosigkeit, Heimatlosigkeit und Gefängnisse, sondern auch durch von Krieg in Mitleidenschaft gezogene Gebiete auf der ganzen Welt, von Bosnien bis Afghanistan, von Auschwitz bis Hiroshima.

Dieses Buch enthält Aufzeichnungen, die ich auf diesen Märschen niedergeschrieben habe; ich will damit versuchen weiterzugeben, was ich nicht nur in Klöstern, in denen ich unterwiesen wurde, gelernt habe, sondern auch in Schützengräben, auf der Straße und in

Heimen, wo ich die Einsicht des Buddha über die Wirklichkeit des Leidens als Wahrheit entdeckt habe. Wir alle streben nach Glück – nach dem, was gut, angenehm, richtig, von Dauer, freudvoll, harmonisch, befriedigend und einfach ist. Doch das Leben bringt oft Enttäuschung, Unzufriedenheit, Unvollkommenheit und Kummer mit sich. Und genau dieses Leiden führt uns zu Gewalt gegen uns und andere, und der einzige Weg, Gewalt ein für allemal zu beenden, besteht darin, sich mit diesem Leiden zu versöhnen. Dieser Weg, der Weg des Buddha, kann uns helfen, Leiden zu lindern und mit größerem Frieden in der Welt zu leben.

*Ich hoffe, dass dieses Buch denen von Nutzen sein wird,  
die von Gewalt betroffen sind  
und sich nach etwas anderem sehnen – Frieden.*

Ein jeder hat sein Vietnam. Eine jede hat ihren Krieg. Machen wir uns gemeinsam auf eine Pilgerreise, um diese Kriege zu beenden und wahrhaft in Frieden zu leben.

## Kapitel 1

# Die Saat des Krieges

Bitte stellen Sie sich vor, es regnet. Schließen Sie die Augen und beobachten Sie, welche Gefühle, Gedanken und Empfindungen sich einstellen, wenn Sie an Regen denken.

Ich bin jedes Mal im Krieg, wenn es regnet, berühre wieder den Krieg. Zwei Regenzeiten hindurch habe ich schwerste Kämpfe durchlebt. Während der Monsune in Vietnam hinterlassen die gewaltigen Wassermassen alles nass durchtränkt und schlammig. Wenn es heute regnet, gehe ich noch immer über Schlachtfelder voller junger Männer, die schreien und sterben. Ich sehe noch immer Baumreihen vor mir, die vom Napalm zersetzt werden. Ich höre noch immer siebzehnjährige Jungen nach ihren Müttern und Vätern und Freundinnen rufen. Erst danach gelange ich an den Ort, an dem es einfach nur regnet.

In Ermangelung eines besseren Wortes schlage ich vor, diese Erfahrungen »Erinnerungsblitze« zu nennen. Es handelt sich dabei um das Wiedererleben von Erfahrungen, die ich noch nicht verarbeitet habe. Es kann passieren, dass ich in einem Lebensmittelladen eine Dose Gemüse aus dem Regal nehmen will und plötzlich von der Angst überwältigt werde, dass die Dose eine getarnte Sprengstoffladung enthält. Verstandesmäßig weiß ich, dass das nicht so ist, aber ich habe ein Jahr lang in einer Umgebung gelebt, in der es so war – und bis zum heutigen Tag bin ich nicht in der Lage, diese Erfahrung in ihrer ganzen Tiefe wirklich zu verarbeiten.

Dies ist nicht nur meine Geschichte. Sie wiederholt sich jeden Tag überall auf der Welt. Jeden Tag durchleben Menschen ihre Kriegserlebnisse und ihre Kindheitstraumata aufs Neue.

Bevor wir an einen Ort des Friedens gelangen, müssen wir mit unserem Leiden in Berührung kommen – wir müssen es umarmen und halten. Das habe ich in den letzten Jahren gelernt. Während der langen Jahre davor habe ich einzig gelernt, wie man Krieg führt.

## **Lernen, Krieg zu führen**

Während der ersten siebzehn Jahre meines Lebens habe ich die Saat der Gewalt in mir gewässert. Nichts, was ich erlebte, sagte mir, dass Krieg nicht in Ordnung sei. Krieg war überall. Ich wuchs in einer Kleinstadt in Pennsylvania auf. Mein Vater hatte wie die meisten Männer im Ort am Zweiten Weltkrieg teilgenommen. Wenn die Männer über den Krieg sprachen, sagten sie nicht die Wahrheit. Weil sie nicht in der Lage waren, die Saat des Leidens zu berühren, die der Krieg tief in sie hineingelegt hatte, sprachen sie über ihn wie über ein großartiges Abenteuer. So wurde es an mich weitergegeben.

Als ich siebzehn wurde und mein Vater mir vorschlug, Soldat zu werden, hinterfragte ich dieses Ansinnen nicht. Ich wusste auch nicht viel über Politik; Politik spielte keine Rolle in meinem Leben. Heute weiß ich, warum politisches Interesse wichtig ist: Wir müssen wissen, was in der Welt vorgeht, denn was immer geschieht, hat seine Auswirkungen auf jeden von uns.

Mein Vater und die Männer und Frauen seiner Generation waren von Illusion und Verleugnung erfüllt; sie waren nicht in der Lage, Zugang zu der Wirklichkeit ihrer Erfahrungen zu finden. Das wurde weder bei ihnen noch bei mir auf irgendeine Weise gefördert. Doch während des Krieges in Vietnam geschah etwas Ungewöhnliches, etwas, das es vielen von uns unmöglich machte, die Kriegsrealität zu verleugnen.

Ich habe mich freiwillig für den Einsatz in Vietnam gemeldet, weil ich es für richtig hielt. Ich wusste nichts von der Natur des Krieges oder der Natur der Gewalt. Drei Tage nach meiner Ankunft in Vietnam begann ich zu begreifen. Es war irrsinnig. Ich kann es nicht genau beschreiben. Ich konnte und kann es schmecken und riechen und die Leere in den Augen aller um mich herum sehen. Es war, als befände ich mich in einem surrealistischen Horrorfilm. Während ich auf den Befehl wartete, der mich einer Einheit zuweisen würde, verbrachte ich meine ersten drei Tage in Vietnam damit, Tausende

von verdorbenen Schokoriegeln in einem Vorratslager zu vernichten. Außerdem konfiszierte ich – das ist der militärische Ausdruck für stehlen – mit Unterstützung des diensthabenden Unteroffiziers eine Halskette aus gezüchteten Mikimoto-Perlen – eine Anschaffung, die meine finanziellen Mittel bei weitem überstiegen hätte. Zwei Tage später brachte ich die Kette zurück, denn ich wusste, dass es unrecht war, zu stehlen.

Während der Grundausbildung lehrte man mich zu hassen. Auf dem Schießstand schossen wir auf Zielscheiben, die Menschen darstellten. Wir lernten, MENSCHEN zu töten. Das ist die Aufgabe des Militärs. Nach den Schießübungen waren wir angehalten, unsere Waffen einzusammeln und zu einer Pyramide aufzustellen. Als ich mich anschickte, mein Gewehr dazuzustellen, ließ ich es fallen. Der Ausbilder, ein Oberfeldwebel, brüllte los, dass ich schlampig mit meinem Gewehr umgehe und dass mein Gewehr das Allerwichtigste in meinem Leben sei, denn von ihm hänge ab, ob ich überlebte oder starb.

Der Typ war einsfüfundneunzig groß, ich hingegen bin nur gut einssiebzig. Er baute sich vor mir auf, seine Brust wölbte sich vor meinem Gesicht, und er erdolchte mich fast mit dem Finger. Dann holte er seinen Penis heraus und pinkelte mich an, vor aller Augen. Ich durfte mich zwei Tage lang nicht waschen. Ich war so tief beschämt, dass ich an das Ausmaß meiner Gefühle nicht im Entferntesten zu rühren vermochte. Ich verspürte nichts als Zorn. Ich konnte es dem Oberfeldwebel nicht heimzahlen, denn dann hätte man mich in den Bau geschickt. Also habe ich meinen Zorn auf DEN FEIND gerichtet. Der Feind war jeder, der anders war als ich, jeder, der kein amerikanischer Soldat war. Diese Konditionierung, diese Entmenschlichung, ist notwendig, um ein guter Soldat zu werden. Ein guter Soldat kann sich dem Feind nicht verbunden fühlen. Soldaten werden darauf getrimmt, alles andere und jeden anderen als bedrohlich, gefährlich und potenziell tödlich wahrzunehmen. Du entmenschlichst den Feind. Du entmenschlichst dich selbst. Von diesem Zeitpunkt an ging eine Veränderung mit mir vor, die schlimme Konsequenzen haben sollte.

Meine Militärausbildung lehrte mich, ein ganzes Volk zu entmenschlichen. Es wurde nicht unterschieden zwischen dem Vietkong, der regulären vietnamesischen Armee und der allgemeinen vietnamesischen Bevölkerung. Doch wäre ich durch mein früheres

Leben nicht auf die Militärausbildung vorbereitet gewesen, dann hätte diese Art Unterweisung nicht funktioniert. Als junger Mann wurde ich ermutigt, zu kämpfen, voller Voreingenommenheit zu sein und nationalistisch zu denken. Ich lernte, dass man Probleme durch Gewaltanwendung löst. Im Falle eines Konflikts gewinnt der Stärkere. So lernte ich es von meiner Mutter, von meinem Vater, von meinen Lehrerinnen und Lehrern und von meinen Freunden.

Als ich sechs Jahre alt war, lebte ich mit meinen Eltern in einem Apartment in einer ganz gewöhnlichen amerikanischen Gemeinde im nordwestlichen Pennsylvania. Mein Vater war Lehrer, und meine Mutter machte anderer Leute Wäsche, ging putzen und jobbte manchmal als Kellnerin oder Barfrau, um Geld dazuzuverdienen. Eines Tages wollte ich Fahrrad fahren, aber meine Mutter erlaubte es mir nicht. Ich fing an zu quengeln. Daraufhin gab mir meine Mutter einen Schubs, und ich flog mitsamt meinem Fahrrad die Treppe hinunter – zwanzig Stufen. Ich habe keine Ahnung, wieso ich mir keine ernsthaften Verletzungen zuzog. Vielleicht weil Kinder geschmeidig sind. Aber sie lernen auch entsprechend ihrer Umgebung.

Meine Mutter hat oft Gewalt angewendet. Einmal hat sie mir die Hand in den Nacken gelegt, mich herumgerissen und mein Gesicht an die Wand gedrückt – ohne ersichtlichen Grund. Anschließend hat sie mir gesagt, wenn ich ein besserer Mensch wäre, müsste sie mich nicht so behandeln. Ich lernte, keinen Schmerz zu empfinden und niemandem zu trauen, besonders Autoritätspersonen nicht.

In der Stadt, in der ich lebte, gab es einen See, und im Frühjahr stieg der Wasserpegel wegen der Schneeschmelze ziemlich an. Als ich etwa acht Jahre alt war, ging ich eines Tages hinaus, um zu spielen. Ich hatte ein Paar neue Turnschuhe bekommen, die noch ein sehr sauberes, klares Profil besaßen, und ich sollte spätestens um vier Uhr wieder zu Hause sein. Doch was weiß ein Kind schon von der Zeit? Als ich um vier Uhr nicht zu Hause war, geriet mein Vater in Sorge und machte sich auf die Suche nach mir. Er ging zum See hinunter und fand kleine Fußspuren, die zum Wasser führten, aber nicht mehr zurück. Die Fußspuren wiesen ein Profil auf wie das meiner neuen Turnschuhe. Mein Vater dachte, ich sei in den See gefallen, und der Gedanke, ich könne ertrunken sein, erfüllte ihn mit großer Furcht. Er eilte nach Hause, und als er ankam, war ich bereits dort.