

DOWNTOWN



Haemin Sunim ging in die USA, um Film zu studieren. Dann entschied er sich anders.

„Ich war schon in sehr jungen Jahren an den großen, existentiellen Fragen interessiert: Wer bin ich – und was passiert, wenn ich sterbe“, sagt Haemin Sunim. „Es war als wäre ich mitten in einem Film namens ‚Menschliches Leben‘ aufgewacht und wunderte mich, warum ich ihn schaute.“ Also geht Sunim den Fragen auf den Grund, widmet sich den Weltreligionen, schließlich findet er eine innere Heimat im Buddhismus. Den will er aber nicht nur studieren. Sondern erfahren. Dafür kehrt er in seine Heimat Süd-Korea zurück.

Mittlerweile hat der Mönch eine weltweite Fangemeinde, die sich in unzähligen Follower-Zahlen ausdrückt – und in millionenfach verkauften Büchern. Mit seinem Werk „Die schönen Dinge siehst du nur, wenn du langsam gehst“ kommt er nun nach Frankfurt. Eine Sammlung von kurzen Geschichten, Anekdoten und Weisheiten, die man am Besten auch langsam konsumiert – jeden Abend und jeden Morgen einen Satz, der den Alltagsstress wieder in die richtige Perspektive rückt.

Wie findet der Mönch seine innere Ruhe – jetzt wo ein Trubel an Aufmerksamkeit um ihn herum aufbrandet? „Seit ich mich für meinen Weg entschieden haben, genieße ich das alles, selbst wenn es hektisch wird. Außerdem fühle ich mich mit den Menschen verbunden, die zu meinen Lesungen kommen und das macht mich glücklich und dankbar.“ Und dann fügt er noch hinzu, dass mittlerweile mehrere Mitarbeiter für ihn arbeiten. „Ohne ihre Hilfe, könnte ich meine Arbeit nicht effizient angehen.“

Sein Ziel sei es, die Buddha-Natur der Menschen zu erwecken und ihnen inneren Frieden zu geben. Sich mit anderen zu verbinden, anderen zu helfen und sie zu heilen, liege der menschlichen Natur zugrunde. „Wenn wir jemanden leiden sehen, ist unsere automatische Antwort, ihm oder ihr zu helfen.“ Und wer anderen helfe, der finde auch näher zu sich selbst. Letztlich geht es also um die vielbeschworene Achtsamkeit, ein Wort, das einen wahren Siegeszug westliche Städte angetreten hat. Was es bedeutet, bringt einem Sunim auf sehr lebensnahe, charmante und augenzwinkernde Weise bei – und nicht dogmatisch, regelüberformt oder gar zwingend. Die wichtigste Regel ist ohnehin ganz einfach: Die schönen Dinge siehst du nur, wenn du langsam gehst.

Haemin Sunim: Die schönen Dinge siehst du nur, wenn du langsam gehst, Scorpio Verlag, 18 Euro

Vortrag: 22.9., 19.30 Uhr, 21,55 Euro; Workshop: 23.9., 10–17 Uhr, 120 Euro, Finkenhofstr. 17, Tickets: www.frankfurter-ring.de; 10.10., 9:30 Uhr, Buchmesse: Business Club Conference

Langsam gehen

Die Weisheiten des Mönchs Haemin Sunim machen weltweit Furore. Jetzt kommt er mit seinem Buch nach Frankfurt – und das gleich zweimal.

Text: Nils Bermer, Foto: Jo Sehyen