




# RUTH DENISON

## *Der lautlose Tanz des Lebens*

 Die Regisseurin Aleksandra Kumorek berichtet im Gespräch mit Ursula Richard über ihren neuen Film *Der lautlose Tanz des Lebens*, in dem sie die Meditationslehrerin Ruth Denison in deren letzten Lebensjahren auf sehr berührende Weise porträtiert.

**Wie bist du auf die Idee gekommen, einen Film über Ruth Denison zu machen? Kanntest du sie vorher persönlich?**

Zum ersten Mal begegnete ich Ruth Denison im Sommer 2010. Meine Dharma-Lehrerin Annabelle Zinser lud Ruth nach Deutschland ein, unter anderem auch in die „Quelle des Mitgefühls“, das buddhistische Zentrum, in dem ich seit Ende 2005 praktiziere. Ruth kam zu einigen Meditationsabenden und fing an, ihre Gehmeditation zu lehren, mit der ihr eigenen Genauigkeit in Bezug auf die Körperempfindungen: „Welche Aufgabe hat der kleine Zeh beim Gehen ...“ Das war für mich revolutionär! Es war „Liebe auf den ersten Blick“. Ich war begeistert von der Weisheit und Tiefe, die Ruth ausstrahlte und von ihrem umwerfenden Humor. Ruth war damals 88 Jahre alt, aber sie wirkte, als wäre sie gleichzeitig eine weise alte Frau und ein junges Mäd-

chen – zugleich 88 und 18 Jahre alt. Ich war verwundert, dass es noch keinen langen Dokumentarfilm über sie gab, und beschloss, einen Film über sie zu drehen. Im Winter 2010 besuchte ich Ruth zum ersten Mal in Dhamma Dena, ihrem Zentrum in der kalifornischen Mojave-Wüste – das war der Beginn eines langen Wüstenabenteuers ...

**Du hast Ruth in ihren letzten Lebensjahren auf diese Weise begleitet. Wie hast du sie da erlebt? Wie hat sie auf dich reagiert? Als was hat sie dich gesehen?**

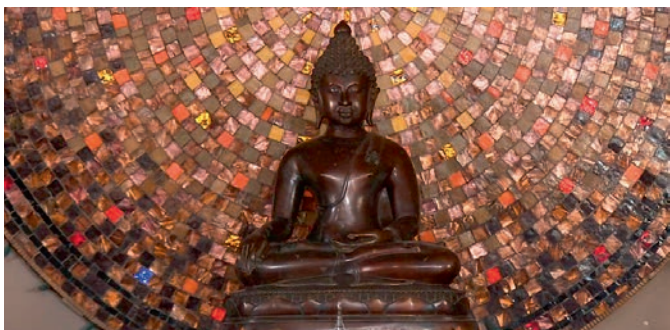
Ich fuhr über einen Zeitraum von fast vier Jahren mehrfach nach Dhamma Dena, es sind rund zwölf Monate, die ich insgesamt bei Ruth in der Wüste verbracht habe – eine sehr schöne, aber auch sehr herausfordernde Zeit. Ruth war „mit Haut und



In der Mojave-Wüste

Haaren“ Dharmalehrerin und immer für ihre Schülerinnen und Schüler da: Es konnte passieren, dass jemand sie um Mitternacht noch wegen eines Problems anrief und sie bis spät in die Nacht aufblieb, um zu helfen. Sie war voller Mitgefühl für alle fühlenden Wesen – gleichzeitig hatte sie auch ihre Ecken und Kanten. Sie konnte heftig am Ego ihrer Schülerinnen und Schüler rütteln und deren „rote Knöpfe“ drücken – nicht etwa, um sie zu ärgern, sondern um ihnen ein Aha-Erlebnis zu verschaffen, ganz so wie die Zen-Meister im alten Japan. Mit einer erwachten Lehrerin zusammen zu sein ist kein Zuckerschlecken, sondern ein Schleuderwaschgang für das eigene Ego, denn Dharmalehrende wollen uns schließlich „aufwecken“. So war auch ich für Ruth in erster Linie ihre Schülerin; dass ich einen Film über sie machte, war für sie eher nebensächlich.

Sie hat den Film übrigens nie gesehen, denn sie starb drei Wochen nach den letzten Aufnahmen. Ich hatte jedoch die Möglichkeit, ihr einiges von dem Material zu zeigen, und sie war be-



Ruth in jungen Jahren

geistert: „Das hat ja Humor und Tiefe“, meinte sie. Darauf entgegnete ich: „Ruth, das ist genau der Grund, warum ich einen Film über dich drehe: Du hast Humor und Tiefe!“

***Man hat beim Betrachten des Films eigentlich nie den Eindruck, dass da eine Kamera zwischen ihr und dir oder auch dir und den anderen vor Ort war. Wie war das möglich?***

Mir war nach dem ersten Besuch in Dhamma Dena schnell klar, dass ich diesen Dokumentarfilm nicht auf die „klassische“ Weise, das heißt mit einem Kamerateam drehen konnte, denn das wäre in einem Meditationszentrum viel zu invasiv gewesen. Also drehte ich mit der kleinsten Profikamera, die ich bekommen konnte: Die Menschen haben die Kamera beim Drehen kaum wahrgenommen, so konnte ich Ruth und das Leben in Dhamma Dena auf eine sehr frische, unmittelbare und authentische Art und Weise einfangen.

***Was war, deiner Wahrnehmung nach, Ruths Antrieb, ihr Leben so zu führen, wie sie das tat?***

Jack Kornfield resümiert in dem Film Ruths Leben mit den Worten: „Du bist ein echter Bodhisattva.“ Das trifft es genau. Ruth erzählt in dem Film, wie sie nach dem Trauma der Gewalt und der Vergewaltigungen, die sie erlebt hatte, Gott das Versprechen gab: „Wenn ich das überlebe, werde ich ein ‚gutes Mädchen‘ sein.“ Genau dieses Versprechen hat sie eingelöst.

***Wie hat Ruth es geschafft, dieses Versprechen einzulösen?***

Sie war stets unendlich dankbar für alles, was das Leben ihr gegeben hatte, und – trotz ihres extravaganten Auftretens – auch



Dharmarad im Zendo



Ruth Denison mit Jack Kornfield

von einer großen Demut. Ihre Bereitschaft, andere Menschen zu unterstützen – auf allen Ebenen, sei es psychologisch, finanziell oder emotional – war fast grenzenlos. Egal wie müde sie war, wenn ein Schüler oder eine Schülerin sie wirklich brauchte, konnte sie bis tief in die Nacht für sie da sein, voller Energie und Elan. Selbst wenige Wochen vor ihrem Tod erlebte ich, wie sie mit einem Schüler sprach, dem sie zu helfen versuchte, obwohl sie damals schon sehr krank und zerbrechlich war.

#### **Was hat Ruth gelehrt?**

Ruth hatte ihren eigenen, unverwechselbaren Stil. Sie verband Elemente des „Sensory Awareness“ der deutschen Körpertherapeutin Charlotte Selver mit dem Vipassana-Ansatz des burmesischen Lehrers U Ba Khin. Ruth war besonders bekannt für ihre Körpermeditationen, in denen sie ihre Schülerinnen und Schüler auf einer ungeheuer feinen Ebene mit ihren eigenen Körperempfindungen in Kontakt brachte. Nach einer Meditation bei Ruth hatte man das Gefühl, den eigenen Körper zum ersten Mal wirklich vollkommen zu spüren. Ruth betonte oft, dass dies der Weg zum Erwachen sei: der Weg, der uns hilft, das nie endende Geplapper unseres Geistes zu beenden und „die Wirklichkeit so zu sehen, wie sie ist“.

#### **Du hast Ruth vorhin als eine erwachte Frau bezeichnet. Worin drückte sich für dich ihr Erwachtsein aus?**

Ruths Erwachtheit teilte sich auf vielen Ebenen mit, aber vor allem in ihrer Liebe zu allen fühlenden Wesen: nicht nur zu den Menschen, denen sie mit unermüdlicher Energie half, sondern

auch in ihrer Liebe zu Tieren und Pflanzen. Ruth hatte die Fähigkeit, alle Wesen bedingungslos zu lieben, seien sie noch so klein oder scheinbar unbedeutend.

#### ***In deinem Film geht es auch um ihre Ehe mit Henry, die ja auch daran zerbrach, dass sie autorisiert wurde zu lehren, was ihm trotz all seiner Bemühungen nie gelang.***

Die Ehe mit Henry zerbrach insofern nicht, da Ruth bis zum Schluss für Henry da war und ihn – als er an Demenz erkrankte – zu sich nach Dhamma Dena holte und bis zu seinem Tode pflegte. Allerdings hatten Ruth und Henry keine Ehe mehr in einem herkömmlichen Sinne, als Ruth Lehrerin wurde und praktisch rund um die Uhr in Europa und den USA unterwegs war, um zu unterrichten. Henrys Verhältnis zum Erfolg seiner Frau war ambivalent: Einerseits war er stolz auf Ruth und ermutigte sie; andererseits konnte er es – soweit ich es aus Ruths Erzählungen mitbekam – nicht verkraften, dass seine Frau „weiter gekommen war“ als er. Ruth war ja zu einer Zeit schon enorm emanzipiert, als hier in Deutschland die Frauen ihren Mann noch um Erlaubnis fragen mussten, wenn sie außerhalb des Hauses arbeiten wollten. Sie war nicht nur als buddhistische Lehrerin eine Pionierin, sondern auch in ihrer emanzipierten, unabhängigen Art als Frau.

***Ruth hat vielen Menschen helfen können, die große psychische Probleme oder sogar traumatische Erfahrungen hatten. Das wird ja auch in dem Film angesprochen. Wodurch vermochte sie das, und wie hat sie das konkret getan?***

Ruth hatte die Fähigkeit, auch Menschen, die als „aussichtslose Fälle“ galten und als solche abgestempelt wurden, zu helfen, da sie selbst durch sehr traumatische Erlebnisse hindurchgegangen war und gewissermaßen aus ihrer eigenen Erfahrung heraus unterrichtete und handelte. Zentral bei ihrer Methode war die Arbeit mit den körperlichen Empfindungen: Wenn der Geist „durchdreht“, ist es die Rückkehr zu den körperlichen Empfindungen, die ihn wieder in den Körper – und somit in die Realität – zurückbringt und wieder stabilisieren kann.

***Am Ende ihres Lebens soll Ruth auch dement gewesen sein. Wie ist sie damit zurechtgekommen?***

Ich persönlich hatte nicht den Eindruck, dass Ruth dement war. Sie war sehr zerbrechlich, doch ich war erstaunt, zu welcher großen Klarheit und Tiefe sie selbst wenige Wochen vor ihrem Tod in den Gesprächen, die wir miteinander führten, fähig war.

***Kannst du sagen, inwieweit dich die intensive Begegnung mit Ruth verändert hat – auch deine Arbeit als Filmemacherin?***

Die Zeit mit Ruth wird mir als eine der intensivsten und schönsten meines Lebens in Erinnerung bleiben. Vieles, was für mich vorher Theorie war, ist zur lebendigen, gelebten Praxis geworden. So habe ich beispielsweise begriffen, welchen Schaden wir damit anrichten, dass wir uns mit bestimmten Positionen oder Handlungen identifizieren. Dieses „Das bin ich“, „Das ist meine Meinung“ lässt erst das Unglück entstehen, das wir ja alle vermeiden wollen. Glück entsteht, wenn wir in der Lage sind, unsere starren Haltungen und Identifikationen loszulassen. Ruths große Begabung als Lehrerin bestand darin, ihre Schüler und Schülerinnen mit genau dieser Starrheit zu konfrontieren – das war sehr unbequem, aber zutiefst wertvoll.

***Wie waren die Produktionsbedingungen bei diesem Film? Hast du Förderungen dafür bekommen?***

Die Finanzierung dieses Films war eine Mischung zwischen Filmförderung, Fernsehbeiträgen und Crowdfunding. Normalerweise kann es zwei, drei Jahre dauern, bis die Finanzierung für einen Kinofilm abgeschlossen ist. Wäre ich diesen Weg gegangen, wäre der Film nicht entstanden, denn die Dreharbeiten waren ein Kampf gegen die Zeit. Es war klar, dass Ruth in einem sehr hohen Alter war und jederzeit sterben konnte. Deshalb war es die richtige Entscheidung, auch hier nicht den „klassischen“ Weg zu gehen. Letztlich waren sowohl die Dreharbeiten als auch die Finanzierung des Films sehr unkonventionell – so wie Ruth eben auch.

***Wie bist du auf den sehr poetischen Titel für den Film gekommen?***

„Der lautlose Tanz des Lebens“ ist ein buddhistischer Begriff, der die wechselseitige Verbundenheit allen Lebens beschreibt.

***Der Film ist ja bisher auf einigen Festivals gelaufen. Wie war die Resonanz? Wie haben Menschen, die Ruth nie persönlich kennengelernt haben, auf den Film reagiert?***

Der Film stößt auf eine große Begeisterung beim Publikum, selbst Menschen, die sonst spirituell gar nicht interessiert sind, fühlen sich durch den Film sehr angesprochen. In den vielen Publikumsdiskussionen, die ich bisher hatte, waren es vor allem drei Punkte, die ich als Feedback bekam: Die Menschen haben das Gefühl, durch den Film Ruth Denison als Lehrerin kennenzulernen. Der Film gibt ihnen – durch die Bandbreite der Themen, die angesprochen werden – die Möglichkeit, sich selbst und ihre eigenen Themen zu reflektieren. Und last but not least: Die Zuschauer genießen die ruhige, meditative Qualität des Films, die ihnen das Gefühl vermittelt, gewissermaßen „im Retreat“ mit Ruth in der Mojave-Wüste zu sein.

***Wie geht es nun weiter? Wird es den Film auch mal auf DVD geben?***

Ich hoffe, dass der Film auf weiteren Festivals läuft und ich einen Kinoverleiher für ihn finde. Er wird auch auf ARTE gesendet (der Sendetermin steht noch nicht fest). Ergänzend zum Film wird es eine Webseite geben: Ich werde rund 60 bis 70 Stunden aus den gut 200 Stunden Material, die ich gedreht habe, auf die Website [www.ruth-denison.com](http://www.ruth-denison.com) stellen: Ruths Vorträge, geleitete Meditationen, Alltagssituationen, Feiern und so weiter. Es wird auch eine DVD geben. Alle diese Infos werden spätestens zum Jahresende auf der Website verfügbar sein.

***Hast du weitere Pläne für Filmprojekte in einem buddhistischen oder spirituellen Kontext?***

Ich plane gegenwärtig keinen explizit buddhistischen Film, aber das Dharma fließt in alle meine Arbeiten ein, manchmal direkt, manchmal eher „durch die Hintertür“. 🌸



**Aleksandra Kumorek** ist Autorin, Regisseurin und Produzentin von Spiel- und Dokumentarfilmen. Ihr Spielfilm „Die Überflüssigen“ (ZDF Das kleine Fernsehspiel), erhielt den Prix Genève Europe Writing Bursary der European Broadcasting Union. Der Dokumentarfilm „Die Eroberung der

inneren Freiheit“ wurde bei der DOK Leipzig mit dem Preis der Jugendjury ausgezeichnet und war als bester abendfüllender Dokumentarfilm beim PRIX EUROPA 2011 nominiert. Sie praktiziert seit 2006 in der „Quelle des Mitgefühls“ in Berlin in der Tradition von Thich Nhat Hanh und ist seit 2012 Mitglied des Intersein-Ordens.