

Engagement, anders gesehen, Teil 1

ANDREAS HAGN

Es war schon lange mein Wunsch, den Segen meiner Praxis mit mehr Menschen zu teilen, daher als Gefangenenbegleiter (Gefangenen-Seelsorger) für die ÖBR tätig zu werden. Dabei kann ich ein Gespür für die buddhistische Praxis vermitteln. Bei einem Gespräch im ÖBR Sekretariat kam die Frage auf, wie dies mit meinem Brotberuf als Händler zusammenpasst. Daraus entstand die Idee für diese dreiteilige Artikelserie zum Thema Engagierter Buddhismus.

Um den Begriff der „Seelsorge“ und wie das alles zusammenpassen kann, geht es mehr im 3. Teil. Ich bitte also um Geduld, denn ich weiß, wie schwierig für manche dieser Begriff erscheint. Der 1. Teil geht um die Praxis des sozialen Engagements an und für sich und was das für uns bedeuten kann. Im 2. Teil geht es mehr um die Grundlagen.

Diese Artikelserie ist ein Versuch, einen für den Moment gültigen kurzen Abriss zu schaffen, wie Seelsorge mein Leben verändert hat und was sie im buddhistischen Sinne bedeuten könnte.

Im Diamantsutra heißt es: „... Und wenn die nicht zu zählende, unermessliche, unendlich große Anzahl der Wesen befreit ist, denken wir nicht, das auch nur ein einziges Wesen befreit ist.“ (Thich Nhat Than, „Das Diamantsutra“, edition steinrich)

Einer der Dharma-Vorfahren meiner Lehrlinie, Isan Dorsay Roshi, Gründer des Hartford Street Centers, das erste Aids-Hospiz in San Francisco, dessen Leben eindrucksvoll in dem Buch „Street Zen“ beschrieben wird, sagte einmal auf die Frage eines Journalisten, was er zum



engagierten Buddhismus sagen kann: „Ich weiß nichts über engagierten Buddhismus, ich weiß nur, wenn jemand hinfällt, helfe ich ihm auf.“

Eine sozial engagierte Praxis hat viele Ebenen und Facetten. Eine davon ist, dass wir so der Entwurzelung, die durch die immer stärker werdende Betonung der Selbstbezogenheit in unserer Gesellschaft entsteht, entgegenwirken können und dadurch vielleicht die Auswirkungen, das Leiden, lindern.

Eine andere, und für mich viel entscheidendere, ist: Wie können wir uns einen Raum schaffen, in dem wir unsere Übungen in eine alltägliche Situation bringen? Mein Lehrer, Ryuten Rosenblum Roshi, beginnt viele seiner Vorträge mit den Worten: „How can we enter each moment with anyone and anything, how can we open ourself?“ Diese Frage ist zu einer grundsätzlichen Intention meiner Praxis geworden. Wie können wir in unserem alltäglichen Leben, mit all seinen Anforderungen an uns, diesem Satz gerecht werden? Und wie

können wir dies in unser alltägliches Leben, in dem wir ständig gefordert sind, zu bewerten und zu beurteilen, integrieren?

In einer monastischen Praxis wird alles getan, um uns dieser Frage widmen zu können, um uns in jedem Moment unseres Seins, in dem was auftaucht, zu öffnen. Der Klosteralltag stellt die Bedingungen zur Verfügung, damit wir dieser Frage Raum geben können, ganz besonders in den intensiven Praxiszeiten wie bei einem Sesshin. Bei einem Sesshin verbringen wir traditionell 7 Tage gemeinsam im Schweigen, die meiste Zeit wird im Zendo (Meditationshalle) verbracht, mit gemeinsamen Zazen, aber auch die Mahlzeiten werden im Sitzen im Zendo eingenommen. Zwischendurch wird gemeinsam gearbeitet, wie Essen vorbereitet und das Haus und der Garten in Ordnung gehalten. Alles im Schweigen.

Wie können wir uns jedoch in unserem alltäglichen Leben, in unserer lauten Welt, einen Übungsraum schaffen, der diesen Praxiskörper trägt und erweitert?

>>

Alles ein Herz

*Möge ich ein Wächter sein für die, die schutzlos sind,
ein Führer für die, die auf dem Weg sind.*

*Für die, die das andere Ufer erreichen wollen,
möge ich ein Boot, ein Floß, eine Brücke sein.*

(Der Weg des Bodhisattva 3.18)

>> Wenn ich zum Beispiel als Seelsorger in ein Gefängnis gehe, verbringe ich viel Zeit damit, beim Toreinlass zu warten, bis alle Formalitäten erledigt sind. Dann auf einen Justizwachebeamten, der mich nach mitgebrachten Gegenständen untersucht und mich in den Seminarraum bringt, und dann warten, bis die Insassen gebracht werden, und so fort. Diese Zeit verbringe ich meist mit einer Achtsamkeitsübung, meinen Atem im Körper bemerken, oder einem Weisheitssatz wie: „Es gibt nichts zu tun, ich muss nirgendwo hin.“ In dieser Situation gibt es ja wirklich nichts zu tun, ich habe kein Ziel, ich muss nirgendwo hin.

Diese Weisheitssätze werden in unserer Lehrlinie besonders betont, es sind meist auf die Essenz gekürzte Koans, die uns helfen sollen, aus unserem Bewusstseins-Strom herauszutreten, ihn zu durchschneiden und so die Wirklichkeit zu sehen, wie sie ist, nicht unsere Vorstellung, wie wir uns ständig glauben machen wollen, wie sie ist. Eine Dekonstruktion unserer, von unserem Selbst konstruierten und somit vermeintlichen Wirklichkeit. Und wenn dann meine Gruppe mit mir im Raum ist, versuche ich mit einem kurzen Eröffnungsritual den gemeinsamen entstehenden Raum zu öffnen. Rituale sind im gemeinsamen Treffen von großer Bedeutung, sie können die Aufmerksamkeit auf den jetzigen Moment konzentrieren und so die Wahrnehmung aller Beteiligten schärfen auf das, was gerade ist.

Die Basis meines Tuns ist das Mitgefühl. Um dies zu erweitern, setze ich mit einer Übung für das zweite Brahmavihara, das unbegrenzte Mitgefühl, fort und versuche mich dafür zu öffnen und dieses auf das Zuhören zu erweitern. Ich unterlasse alles, was ich in ein Gespräch miteinbringen will, und höre nur zu. Jedes Wort, welches in mir aufsteigt, spreche ich einfach nicht aus. Ich versuche auch den

Sprachraum des Gegenübers wahrzunehmen, nicht nur seine Worte, um somit eine vielfältige, gemeinsame Entfaltung zu ermöglichen. Alle Antworten, Einwürfe und Ratschläge, die mir in den Sinn kommen, lasse ich wieder gehen.

Einmal ging diese Übung so weit, dass mein Gegenüber irgendwann still wurde, ihm die Worte richtig auszugehen schienen, und er dann plötzlich sagte: „Ach so hast du das gemeint!“ Ich hatte aber kein einziges Wort an ihn gerichtet.

Man kann die Übungen auf viele Ebenen ausdehnen, wie zum Beispiel auf das Hören. Es ist interessant, wie viele unterschiedliche Schlossgeräusche es in einem Gefängnis gibt, und noch faszinierender ist, was dabei in einem selbst aufsteigt und wie man damit umgeht. Zum Beispiel zu erkennen, was Freiheit wirklich bedeuten kann. Oder welche Klarheit der Weisheitssatz: „Not knowing is nearest“ (Dieser Satz stammt aus der Koan-Sammlung: „The book of serenity“, Fall Nr. 20, Thomas Cleary – deutsch: „Das Buch der heiteren Gelassenheit“) mit einem Gefängnisinsassen als Gegenüber bekommt.

Die Übungsmöglichkeiten lassen sich fast endlos fortsetzen.

Eine weitere Ebene in dieser Übungsform des sozialen Engagements ist, dass man anfängt, die Lehre zu transportieren, in Gruppen oder auch in Einzelgesprächen zu kommunizieren und somit ganz neue Bezüge zu ihr bekommt. Die Fragen von Praktizierenden, die hier auf einen zukommen, erlebt man so nicht in der klösterlichen Tradition. Es geht mehr darum, zu erkennen, was es im jetzigen Moment braucht, um jeden Einzelnen zu unterstützen, welche geschickten Mittel helfen.

Hier eine kleine Anekdote, die die alltägliche Situation gut widerspiegelt: Jedes Gefängnis hat so seine eigenen Abläufe, und

*Take me to the alley,
take me to the afflicted ones,
take me to the lonely ones
that somehow lost their ways ...
(Gregory Porter, „Take me to the alley“)*



die Organisation einer Gruppe ist immer wieder eine besondere Herausforderung, da sich die Bedingungen auch ständig ändern. Als ich zum ersten Gruppentreffen in einer neuen Anstalt war, hat mich die zuständige Wache gefragt, ob sie auch per Hausanlage eine Durchsage machen solle, und ich bejahte dies. Zwei Minuten später war aus den Lautsprechern zu hören: „Der buddhistische Gottesdienst beginnt in 5 Minuten im Seminarsaal 2.“

Der Raum, der sich in all diesen Ebenen für eine achtsame Wahrnehmung öffnet, ist groß und bietet die Chance, sich dabei vollständig dem widmen zu können, was da aufsteigt in unserem „Mind“. In unserer Lehrlinie übersetzten wir das Wort „mind“ nicht ins Deutsche, da der Begriff Geist nicht ausdrücken kann, was „mind“ ausdrückt. Eigentlich ist ja auch das Wort „mind“ schon eine nicht ausreichende Übersetzung. Das japanische Wort dafür „shin“ bedeutet so was wie „Herz – Geist“, und im Sanskrit gibt es für das Wort

„chitta“, das auch Herz und Geist einschließt, über 40 Unterscheidungen.

Unsere Ideen, Vorstellungen, Vorurteile, Annahmen, Widerstände und vor allem die damit verbundenen Emotionen wie Angst, Wut, Trauer, Sehnsucht und so fort. Das Spüren der dazugehörigen Energie in diesem geschützten Rahmen ist vielleicht das größte Geschenk, das diese Form der Praxis einem geben kann. Darüber wird es mehr im nächsten Teil meiner Artikelserie gehen.

Das gleichzeitige Erleben all dieser Ebenen kann dazu führen, dass mit der Zeit der Übungs- und der Alltagsraum ineinander verschwimmen und sich die Grenzen immer mehr auflösen und durchlässig werden. Die Übungen finden in ganz alltäglichen Situationen statt, zum Beispiel mit einem Justizwachebeamten in einem Lift fahren, der das dringende Bedürfnis hat, mir von seinen Erfahrungen in Thailand in einem buddhistischen Kloster zu erzählen. Oder einfach nur in einem Besucherraum zu warten und durch das Fenster den Kinderlärm vom Spielplatz nebenan zu hören.

Durch diese Vermischung wurde mit der Zeit mein Gewahrseins-Atemkörper in meinem Alltag immer spürbarer und stärker. Der Zugang zu diesem Raum in mir wurde durchlässiger und die Brücke dorthin stabiler. ■

ANDREAS HAGN

Andreas Hagn, ÖBR Gefangenenbegleiter und Koordinator der „Brücke – Gefangenenbegleitung der ÖBR“ sowie Seelsorger für die Vinzirast betrachtet Mitgefühl und geschickte Mittel als wesentliche Zugänge für seine ehrenamtliche Tätigkeit. Mehr auf www.hagn.or.at. In seinem Brotberuf betreibt er die Unternehmung www.plantago.at, eine Handelsgesellschaft für schöne Dinge.