

Engagierte Praxis, Teil 3

Seelsorge: Eine Annäherung

ANDREAS HAGN

Buddhismus im Westen ist, gerechnet an den rund 2500 Jahren, seitdem er sich in Asien entwickeln konnte, noch ein sehr junges Pflänzchen. Aus meiner Sicht wird er im Westen nur dann nachhaltig Wurzeln schlagen, wenn unsere Praxis für die Gesellschaft spürbar wird, das heißt, wenn die Früchte der Praxis in unsere Gesellschaft diffundieren und sie durchdringen und somit erfahrbar werden.

Der Buddhismus hat sich, egal wo er hingekommen ist, an den gegebenen Möglichkeiten orientiert und darauf eingelassen. Zum Beispiel war das in China der Daoismus und der Konfuzianismus und in Tibet die Bön-Religion. Es existiert ja keine feste Form einer Doktrin, wir nehmen immer das auf, was wir vorfinden.

„Andocken“

In unserer westlichen, säkularen Gesellschaft wird Spiritualität über Religion geregelt, und um an die Gesellschaft „anzudocken“, ist dies die einfachste Möglichkeit. Innerhalb dieses Rahmens ist das „sich kümmern“ oder „sich um oder für jemanden zu sorgen“ mit dem institutionalisierten Begriff der „Seelsorge“ geregelt.

Die ÖBR ist, im Unterschied zur deutschen DBU, seit nunmehr 35 Jahren eine anerkannte Religionsgemeinschaft, und dies bringt viele Vorteile, eben diese, dass wir bereits an die gesellschaftlichen Strukturen „angedockt“ sind. Für unsere Gefangenenbegleitung bedeutet das, dass wir eines der wenigen Rechte von Gefängnisinsassen unterstützen können, nämlich, die freie Ausübung von Religion. Diese

erlauben, dass ich als beauftragter Gefangenseelsorger der ÖBR jederzeit einen Insassen im Gefängnis besuchen darf. Geregelt ist das international durch eine UNO-Resolution, die von fast allen Staaten der Welt anerkannt worden ist, aber leider noch immer nicht wirklich eingehalten wird. Diese Regelungen wurden erst vor kurzem durch die sogenannten Nelson Mandela Rules erweitert.

Dies alles sagt aber nichts darüber aus, wie weit Buddhismus nun eine Religion ist oder was Seelsorge für uns bedeutet! Dies sind nur die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen. Religion und auch Seelsorge sind im buddhistischen Kontext keine einfachen Begriffe, aber aus meiner Sicht haben sie Platz in unserer Lehre. Buddhas Absicht, mit der er diese Lehre begründet hat, war und ist, Leiden zu lindern.

Wir brauchen aber einen bestehenden Rahmen, mit dem wir an Institutionen andocken können. Schon das Wort Seelsorge ist ein schwieriger Begriff, da er aufgrund seiner Geschichte sehr belastet ist. Aus meiner langjährigen Erfahrung beschreibt aber kein anderes Wort in der deutschen Sprache besser – wie etwa Betreuung, Begleitung oder Fürsorge –, was wir tun.

>>



>> Im anglikanischen Sprachraum ist es einfacher. Das Wort „chaplancy“ weist nicht auf eine Begrifflichkeit wie Seele hin. Auch andere Bezeichnungen wie „Spiritual caregiver“ haben dort Platz gefunden. Außerdem ist, vor allem in den USA aufgrund der religiösen Pluralität, die Seelsorge viel stärker verankert. Es gibt für alle Religionsgemeinschaften einen Dachverband und bereits einige Ausbildungsmöglichkeiten für buddhistische Seelsorge in den verschiedensten Traditionen. Eine langfristige Vision wäre, Ähnliches auch im deutschsprachigen Raum zu verwirklichen.

„Erweitern“

Der institutionalisierte Begriff Seelsorge ist aus der allgemeinen Tyrannei des Rationalismus, der Empirik und des daraus zwanghaft entstehenden Resultats eines Erfolges herausgelöst. Er schwimmt als Insel auf einem Meer von Verständnis und Mitgefühl. Es geht dabei prinzipiell nicht darum, etwas zu erreichen, oder ein Ziel klar vor Augen zu haben und dieses mit täglichen evaluierten, empirisch erhobenen Zahlen und Einschätzungen zu bewerten und danach zu beurteilen, wie weit man noch vom Ziel entfernt ist.

Der Mythenforscher Joseph Campbell sagte: „Mit einem Ziel ist es so, wie wenn man eine Leiter an eine Hauswand stellt, hinaufsteigt, und wenn man oben ist bemerkt, dass dies die falsche Hausmauer war.“

Wer dennoch mit klar definierten Zielen an dieses „sich kümmern“ herangeht, wird schnell eines Besseren belehrt. Wir Menschen funktionieren nicht rational, auch wenn wir ständig versuchen, uns dies glaubhaft zu machen. Alleine diese Sichtweise produziert bei vielen Menschen einen enormen Druck und führt zu vielen Krisen.

Vor allem in diesen Krisensituationen ist die Seelsorge besonders anerkannt. Wir werden krank, müssen dem Unvermeidlichen, dem Tod, ins Auge sehen, liegen im Krankenhaus oder im Hospiz. Wir haben Alkohol- oder Drogenthemen, werden obdachlos oder landen, aus welchen Gründen auch immer, im Gefängnis. Hier wird es besonders klar, dass vordefinierte Ziele oft wenig bringen, und gerade deswegen ist Seelsorge in diesen Bereichen so akzeptiert.

Seelsorge ist mehr, kann unseren aufgeklärten Blick erweitern, unser Feld vergrößern, kann einen Überblick auf das vollkommene Wesen der Situation geben. Vor nur ca. 150

„Wenn wir dem Grundanliegen des Buddha beipflichten, das Leiden zu beenden, müssen wir dann nicht auch seine gesellschaftlichen Ursachen verstehen und angehen? Müssen wir nicht, wenn wir Ertrinkende aus dem Wasser ziehen, auch darüber nachdenken, warum eine wachsende Zahl von Menschen unterzugehen droht? Wer oder was stürzt sie ins Meer?“

David R. Loy, „Erleuchtung, Evolution, Ethik – ein neuer buddhistischer Pfad“, steinrich Verlag

Jahren hat die wissenschaftliche Psychologie begonnen, sich um die Sorgen der Menschen zu kümmern. Zuvor hat jede große Religion der Welt Methoden und vor allem Übungen entwickelt, die diese Kümmernisse auf irgendeine Art und Weise transzendierten. Seien es die Sufis im Islam, die Kabbala bei den Juden, die Mystiker bei den Christen oder eben das Abidharma im Buddhismus, verbunden mit der yogischen Kultur in Indien und den Kulturen, die im jeweiligem Land, in dem der Buddhismus Verbreitung fand, vorgefunden wurden. Zum Beispiel „die innere Alchemie“ der Daoisten im chinesischen Chan. In all diesen, teilweise über Jahrtausende entwickelten spirituellen Übungen ist die selbstorganisierte Form einer Transzendierung und damit verbundenen Befreiung vom eigenen inneren Leiden, der eigenen Beschränktheit, möglich.

Die westliche Psychologie hat einen anderen Zugang entwickelt und kümmert sich vor allem um das Ego. Ein Dharma-Freund von mir, selbst Psychoanalytiker, sagt immer: „Wie soll man ein Ego verlieren, wenn man noch gar kein entwickeltes Ego hat?“

Aber Spiritualität hat in der Psychologie keinen Platz. Ein eingetragener Psychologe, der spirituelle Praktiken ausführt, wird entweder

aus seinem Berufsverband ausgeschlossen oder mit Strafen belegt. Ich kenne einen von mir hoch geschätzten Psychotherapeuten, der die Strafen Jahr für Jahr über sich ergehen lässt.

Aber somit schließt die Psychologie einen wesentlichen Teil, wenn nicht den wesentlichsten Teil unseres Lebens aus. In der Zen-Tradition sprechen wir über diesen Bereich gern mit dem Begriff „Nichtwissen“. Und dieser Begriff geht weit, aber wirklich unendlich, unvorstellbar weit über den Begriff des Unbewussten hinaus! Diesem „Nichtwissen“ näher zu kommen ist eine Ebene, die wir im Zazen üben. Der Gründer des Soto Zen, Dogen Zenji, spricht vom „Nichtdenken denken“.

Somit sehe ich diese Form des sich um sich selbst und andere zu kümmern als eine große Bereicherung und Erweiterung der Psychologie. Aber ganz im Sinne von: Einfach unsere Praxis mit dem, was uns umgibt, zu teilen, aus der Erfahrung der wechselseitigen Bedingtheit heraus. Wenn wir in unserer Praxis beginnen, für uns selbst zu sorgen, beginnen, uns innerlich zu nähren, dann beginnen wir auch ganz von selbst, uns um andere zu sorgen. Und dabei gibt es nichts zu erreichen und wir müssen nirgendwo hin!

>>

„Shine in one corner of the world. That's enough. Not the whole world. Just make it clear where you are.“

„Eine Ecke der Welt zu erhellen, das ist genug. Nicht die ganze Welt. Kläre für dich, wo du stehst.“

Shunryu Suzuki Roshi

>> „Entfalten“

Der institutionelle Begriff Seelsorge beschreibt in keinster Weise, was wir tun! Unsere Praxis zu beschreiben, ist eigentlich nicht wirklich möglich, schon gar nicht mit so wenigen Worten wie in diesem Text. Aber wir können sie prinzipiell vielleicht als eine Art der Erforschung unseres Geistes beschreiben. Im Zen sprechen wir gerne von der eigenen Klärung vor der weißen Wand.

Wir erkennen mit der Zeit immer mehr, dass wir unsere Wirklichkeit konstruieren. Wir üben uns darin zu erkennen, zu bemerken, wie sie zusammengesetzt wird, wie wir aus einzelnen Bausteinen unsere vermeintlich geglaubte Wirklichkeit generieren. Aber was konstruiert und erbaut wird, kann man auch dekonstruieren und einreißen. Und so können wir beginnen, unser bewusstes Erleben aus dem zu schöpfen, was gerade ist. Emergenz bezeichnet in der Chemie einen Prozess, bei dem aus zwei ganz unterschiedlichen Stoffen in einer Reaktion ein ganz neuer Stoff entsteht. Umgelegt auf das Schöpfen aus dem augenblicklichen Moment heißt dies, sich in Koemergenz mit unserer Umwelt zu verbinden und somit das Hier und Jetzt zu erleben. Es entsteht ein vollkommen neuer Moment ohne Vorher und Nachher.

Bei einem meiner Gespräche im Gefängnis wurde ich von einem Insassen gefragt, wie es denn sei, wenn wir alles dekonstruieren, und

er meinte so etwas wie: „Da bleibt ja nichts mehr übrig, ja dann verschwindet sogar das Glück.“

Und das trifft genau den Punkt! Verlassen von allem, ja sogar vom Glück! Wenn da nichts mehr ist und wir nur mehr in der momentanen Verbindung leben, kann unsere wahre Natur zum Vorschein treten und nicht mehr unser geglaubtes Glück oder Unglück bestimmen unser Leben, sondern pure Glückseligkeit taucht auf. Es ist ein großes Missverständnis unserer Zeit, dass wir Glück mit Glückseligkeit verwechseln. In den alten chinesischen Chan-Schriften wird davon gesprochen, dass der Eimer den Boden verliert, und wenn wir unseren Boden verlieren, unsere Grenzen auf Unbegrenztheit erweitern, dann können wir einen Raum öffnen, der eine gegenseitige, vollständige Entfaltung ermöglicht.

Egal wie wir dieses Teilen der Praxis auch bezeichnen, wichtig ist, dass wir MIT jemandem, von Herz zu Herz, etwas machen, nicht FÜR jemanden. Dies ist eine fundamentale Unterscheidung, und wenn wir uns auf diese Art in die Gemeinschaft einbringen, wird ES körperlich mit anderen erfahrbar.

Egal ob wir uns um Gefängnisinsassen, Obdachlose oder Flüchtlinge kümmern oder als Lesepate in einer Schule tätig sind, in der Hospizbewegung oder im Krankenhaus. Die Kümmernisse sind unbegrenzt. ■