

## KONTRAPUNKT:

# „Hilf dir selbst, sonst hilft dir ein Ehrenamtlicher!“

VON PAUL S. SCHWERDT

**W**enn man nicht seine eigene Verwirrung untersucht, kann man ein Scharlatan in der Verkleidung eines Dharma-Praktizierenden werden. Aus diesem Grunde immer in die eigene Verwirrung zu schauen und sie dann aufzugeben ist die Praxis des Bodhisattva. („Das Handeln eines Bodhisattva“, Ngulchu Thogme Sangpo, Vers 31).

Zentral im Buddhismus ist die Realisierung des Allverbundenseins allen Lebens, so dass unser Handeln dem Handeln eines Bodhisattvas gleicht: Der Zenmeister Dōgen sagt, das Handeln eines Bodhisattvas ist gleich dem, der nachts während des Schlafens nach einem Kissen greift, d.h. zwischen Wahrnehmen und Handeln passt kein Haar, es ist nicht getrennt voneinander.

Worte, Konzepte und Titel vermögen immer wieder erstaunliche Scheren in unseren Köpfen zu schaffen. Gefährlich mag es werden, wenn wir ihnen zudem noch Schleifchen verleihen. Die Idee „Engagierter Buddhismus“ lädt dazu ein. Der Begriff „Engagierter Buddhismus“ ist im Trend, und ja, es ist gut, wenn auch Buddhisten entdecken, dass es jenseits von Klangschale und Sitzkissen etwas zu tun gibt. Wenn sie spüren, dass Meditation, Spiritualität, Buddhismus ein 24-Stunden-Programm ist – dass es das Leben selbst ist!

Da tut es gut, dass man sich mit dem Engagierten Buddhismus verbunden fühlt, besser noch, wenn man sich zusammenschließt, eine mobile Suppenküche organisiert, Obdachlosen bei der Wohnungssuche hilft... Nur: In Deutschland haben wir längst ein komplexes System verschiedenster Dienstanbieter im Versorgungs- und psychosozialen Bereich, weshalb sich z.B. amerikanische Vorbilder mancher Initiativen nicht übertragen lassen.

In der bundesdeutschen Junkie-Szene fällt es oft schwer, sich zu entscheiden, zu welchem der verschiedenen Anbieter man denn heute zum Mittagessen geht. Schon vor über zehn Jahren entwarf eine Obdachlosengruppe eine Postkarte, auf der ein Mauergraffiti abgebildet war: „Hilf dir selbst, sonst hilft dir ein Ehrenamtlicher oder Sozialarbeiter!“

Geht es wirklich darum, dass man sich neben der regelmäßigen wöchentlichen Meditationsgruppe nun auch hier und da in der neuen „Aktionsgruppe für Engagierten Buddhismus“ zusammenfindet oder vielleicht gar ein Retreat in der nahe gelegenen Methadonvergabestelle plant? Das eigene neurotische Ego mag sich dann ja vielleicht ein wenig besser fühlen, aber ging es nicht eigentlich um das Ganze? Ging es nicht um die anderen Leidenden?

So ist die Schere im Kopf unsere gedankliche Trennung zwischen uns und den anderen, den „Betroffenen“. Die Bezeichnung „Engagierter Buddhismus“ mag hier zum dekorativen Schleifchen werden, das die Schere schmückt und ihr damit vielleicht sogar noch größere Daseinsberechtigung verleiht. Engagierter Buddhismus beginnt hier und jetzt, in unserem alltäglichen Leben. Und hier kann in jedem Augenblick Heilung stattfinden, sobald wir uns nicht mehr als getrennt erfahren. Dies zu realisieren und umzusetzen mag denn auch u.a. Inhalt spiritueller Praxis und Schulung sein, auch im Buddhismus.



PAUL SHOJU SCHWERDT (\*1956), ordinerter zen-buddhistischer Lehrer des Bambushain-Sangha, DDQT-anerkannter Taijiquan- und Qigong-Ausbilder und Psychotherapeut.