

# WIR BRAUCHEN AKTIVES MITGEFÜHL

VON BHIKKHU BODHI

Die Krise unserer Zeit erfordert, dass Weisheit und Mitgefühl gemeinsam eine immanente, transformative Kraft annehmen, die unserem kollektiven Leben eine neue Richtung geben kann. Den Schlüssel zu dieser Transformation nenne ich „verantwortungsvolles Mitgefühl“, „Mitgefühl in Verantwortung“ oder „aktives Mitgefühl“. Dies ist ein Mitgefühl, das sich nicht darauf beschränkt, anderen passiv Gutes zu wünschen, sondern das mutig die notwendigen Schritte unternimmt, um ihnen zu helfen, ihr Leiden zu beseitigen und ihnen reales Glück zu bringen. Es ist ein Mitgefühl, gespeist von der Stimme des Gewissens, das uns ständig daran erinnert, dass zu viele unserer Mitwesen – Menschen und Tiere gleichermaßen – zu Unrecht zu einem Leben im Elend verdammt sind. Das Mitgefühl in Verantwortung mischt sich mutig aktiv und ohne Angst in die Politik, die Wirtschaft und in soziale Programme ein.

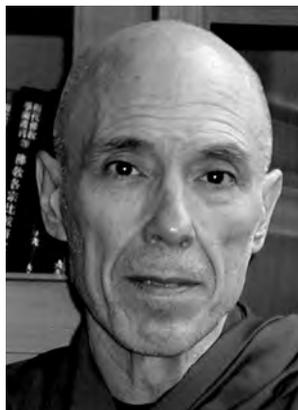
Sich diesem aktiven Mitgefühl hinzugeben ist ein entschiedenes Bekenntnis zur eigenen Verantwortung dafür, das Leben auf der Erde zu verwandeln. Wenn wir tief im Inneren spüren, dass andere nicht grundsätzlich verschieden von uns sind, dann wandelt sich unser Leben fundamental. Dann leben wir nicht für unsere eigenen, in egozentrischem Begehren wurzelnden Ziele, sondern für das Wohlergehen und Glück des Ganzen. Inspiriert von einer weiten und tiefen Vision unseres eigentlichen Potenzials, arbeiten wir unerschrocken an einer Gemeinschaft, die der sozialen Gerechtigkeit und dem Frieden verpflichtet ist und andere Formen von Leben achtet.

Um von einem nur kontemplativ ausgerichteten Mitgefühl auf aktives Mitgefühl umzuschalten, müssen wir eine persönliche Berufung finden, eine Aufgabe, die uns befähigt, die Welt zum Besseren zu verändern. Wie finden wir diese Aufgabe? Dazu können Sie folgende Methode aus-

probieren: Zu Beginn praktizieren Sie etwa 20 oder 30 Minuten lang die übliche Meditation des Mitgefühls. Dann konzentrieren Sie sich auf einige der großen Probleme, mit denen die Menschheit heute konfrontiert ist. Denken Sie kurz über diese Probleme nach, und seien Sie sich bewusst, wie Sie dazu stehen. Sie können diese Übung über mehrere Tage wiederholen. An einem bestimmten Punkt werden Sie merken, dass eines dieser Probleme Ihr Herz mehr berührt als die anderen. Sie haben dann das Thema gefunden, dem Sie Ihre Zeit und Energie widmen sollten.

Die Ausweitung des Mitgefühls kann den nächsten entscheidenden Schritt in der Evolution des Buddhismus und der menschlichen Spiritualität in ihren weiteren Dimensionen markieren. Ich sehe das als ein gemeinsames Bestreben, das über die einzelnen Glaubensstraditionen hinaus geht. Ich bin überzeugt: Wenn die menschliche Spiritualität sich auf die nächsthöhere Ebene bewegen soll, dann muss sie die scharfen Dualismen auflösen, die in den älteren spirituellen Traditionen vorherrschen: die zwischen weltlichem Leben und Welttranszendenz, zwischen äußerer Aktivität und innerem Frieden, zwischen Kosmos und Ewigkeit, Gott und Schöpfung.

Statt das eine zugunsten des anderen abzuwerten, erfordert das Voranschreiten zu einer vollständigeren Ebene der Spiritualität – zu einer, die unserem heutigen Verständnis vom Leben und vom Universum entspricht – Integration und nicht Trennung. Wir müssen der Verwirklichung der erwachten Wahrheit im historischen und kosmischen Erleben der Menschheit konkrete Form geben. Unsere Aufgabe ist es, diese Wahrheit in einer Weise in die Tat umzusetzen, dass sie zum Wohl der Menschheit und des Universums beiträgt.



Bhikkhu Bodhi ist ein buddhistischer Mönch und Gelehrter der Theravāda-Schule, vor allem bekannt durch seine Übersetzungen von Texten des Pāli-Kanons. 2008 gründete er die Organisation Buddhist Global Relief: [www.buddhistglobalrelief.org/](http://www.buddhistglobalrelief.org/) Der Text stammt aus dem gerade erschienenen Buch: *Achtsamkeit – Ein buddhistisches Konzept erobert die Wissenschaft*. Mit freundlicher Genehmigung des Verlags Hans Huber, Bern 2012.