

Die Würde des Menschen ist unantastbar

- heißt es im ersten Artikel des Grundgesetzes der Bundesrepublik.

Schön und gut. Nur muss diese von jedem von uns zunächst einmal entdeckt und nicht nur behauptet werden. Ein längerer Prozess meditativer Übung ist hierzu erforderlich.

Denn oft kommen wir uns wie ein Lackkübel vor, der über und über mit angetrockneten Lackresten bekleistert ist, und glauben, der verkrustete Lack sei der Kübel selbst

- weil wir wieder einmal das Wahre Selbst mit dem vorstellend-diskriminierenden Denken verwechseln.

Dieser so genannte Lack unserer Illusionen löst sich erst dann langsam oder eventuell auch plötzlich auf, wenn es wirklich still wird in uns. Und wir entdecken einen inneren Zustand, den wir bislang nicht kannten und erst recht nicht in Worte fassen können. Manche von uns nennen ihn Versenkung oder auch Samadhi

- unpassende Bezeichnungen für den, der es nicht erlebt hat, und auch für denjenigen nur relativ passend, der es erlebt.

Selbst bedeutungsschwangere Worte wie Wahres Selbst oder Buddha-Natur treffen nicht „des Pudels Kern“. Deshalb spricht man im Buddhismus vom Selbst als dem „Nicht-Selbst“. Bodhidharma, der erste Patriarch des Zen-Buddhismus, vom chinesischen Kaiser gefragt, wer er sei, gab zur Antwort: „Weiß nicht.“

Staunend stehen wir mit Hochachtung vor unserer eigenen Natur, die wir achtsam wahrnehmen, obwohl sie uns gleichzeitig verborgen bleibt.

Das Wort `Aufmerksamkeit´ wird im Niederländischen mit `Aandacht´ wiedergegeben, nahe verwandt mit unserem deutschen Wort `Andacht´.

Diese Art von Achtsamkeit beherzigend erfahren wir, dass wir *tatsächlich im Innersten unantastbar* sind. Geistliche Würdenträger sind wir alle, nicht nur Personen mit religiösen Titeln.

Das bisher Gesagte gilt nicht nur für unsere eigene Würde. Bei intensivem meditierendem Verweilen weitet sich der Horizont. `Ich´ und `Du´ bzw. `Ich´ und `die Anderen´ sind keine getrennten Realitäten mehr, die misstrauisch in Konkurrenz und Wettbewerb zueinander stehen.

In einem Zen-Seminar zu Frankfurt äußerte Baker Roshi: „Ich habe keine Freunde, weil ich keine Feinde habe.“ Das kommt dem Wort von Bodhidharma nahe: „Nichts Heiliges (das heißt auch: nichts Unheiliges) – Offene Weite“.

Des Öfteren höre ich Bedenkenträger sagen: „Aber man muss sich doch schützen!“ Zugegeben, auch ich habe einen Haustürschlüssel. Nur stieg der Dieb in das Fenster ein, es war allerdings sein Pech, das Geld nicht zu finden.

In der konkreten Situation darf bzw. muss man selbstverständlich Grenzen aufzeigen, vor allem, wenn andere geschädigt werden, jedoch ohne Angst und Zorn. Sonst geht die eigene Würde „baden“ und die der anderen wird angetastet und verletzt.

Es ist wie beim Verhalten von Mensch und Hund. Nur Ängstliche von uns werden gebissen, dal auch der Hund Angst hat, meistens.

Und noch darüber hinaus geht es nicht nur um das Verhältnis von Mensch zu Mensch. Bei einer achtsamen Lebensweise entdecken wir, dass unsere Lebensmöglichkeit abhängig ist von jedem Schluck Wasser, von jedem Stück Brot, von Luft und Erde, im weitesten Sinne vom gesamten Kosmos.

Dessen bewusst steigen Ehrfurcht und Dankbarkeit in uns auf und wir entdecken, dass die Würde der gesamten Natur zu schützen ist
- und nicht nur die der Menschen allein.

Aus: Sangha-Brief 2-2012