



Luise Reddemann & Sylvia Wetzel

Mögen alle Wesen glücklich sein Mitgefühl und Gerechtigkeit neu entdecken

★★★★

Patmos 2017 · 183 Seiten · 18,00 · 978-3-8436-0996-8

Das Buch hat zwei Autorinnen, die sich dem Themenkreis auf verschiedene Weise nähern. Luise Reddemann ist Fachärztin für psychotherapeutische Medizin und Honorarprofessorin für Psychotraumatologie und Medizinische Psychologie und geht davon aus, dass Gerechtigkeitserfahrungen die Voraussetzung sind, Mitgefühl zu entwickeln. Sylvia Wetzel ist buddhistische Meditationslehrerin; bei Wikipedia wird sie als buddhistische Feministin bezeichnet. Ihr Ansatz ist genau umgekehrt und besagt, dass Mitgefühl die Voraussetzung für Gerechtigkeit sei.

Auf jeden Fall bedingen Mitgefühl und Gerechtigkeit einander, wenn Gerechtigkeit nicht einfach ein Schema und Mitgefühl eine emotionale Aufwallung sein sollen, sondern vielmehr mithelfen zu bewirken, dass „alle Wesen glücklich sein mögen“.

Mitgefühl und Gerechtigkeit neu entdecken, das impliziert, dass diese doch eigentlich allgemein anerkannten und angestrebten Werte irgendwie in Misskredit oder in Vergessenheit geraten sind. Die Autorinnen sprechen in diesem Zusammenhang von den vielen Flüchtlingen, von sozialer Ungleichheit, von der Industrialisierung in der Medizin und in anderen helfenden Berufen.

Von Gerechtigkeit lässt sich am besten reden, wenn man Ungerechtigkeiten benennt. Denn eigentlich sollte ja die Gerechtigkeit das Normale sein, auf jeden Fall ist das Bedürfnis danach „natürlich“, wie Luise Reddemann sagt. Gleichwohl verortet sie Gerechtigkeitssinn am ehesten im Buddhismus. Das erstaunt, handelt es sich dabei doch um das Feld von Sylvia Wetzel, die wiederum des Öfteren Weisheiten aus dem Christentum zitiert. Man fragt sich aber betroffen, wie es denn um die Nächstenliebe im Christentum bestellt ist, von der z.B. der Autor Manfred Lütz sagt, das Christentum habe überhaupt die Nächstenliebe erst erfunden. Geht es dabei manchmal mehr um das eigene Seelenheil als um wirkliche Liebe zum Nächsten?



In ihrem Kapitel zum Thema Gerechtigkeit spannt Luise Reddemann einen Bogen von Michael Kohlhaas (der in diesem Zusammenhang immer wieder gerne zitiert wird, aber kaum zuvor im Ganzen gelesen wurde, so dass ihm auch vom Leser wenig Gerechtigkeit zukommt!), über Märcheninterpretationen bis hin zu von ihr so genannten „gesamt-gesellschaftlichen neoliberalen Ungerechtigkeiten“.

Im Zusammenhang von Mitgefühl ist auch vom Mitleid die Rede, das hier zwar nicht als herablassend entwürdigt wird, aber doch als nicht erstrebenswert, denn beim Mitleid seien es nun zwei, die leiden.

Damit, genauso wie mit dem Begriff Mitgefühl mit sich selbst, habe ich persönlich meine Schwierigkeiten. Aber vielleicht sind sie nur sprachlicher Natur? Gefühl ist doch ein ziemlich neutraler Begriff, denn es gibt ja nicht nur traurige und schmerzliche Gefühle, sondern auch viele positive. Man kann sich ja schließlich auch mit jemandem freuen oder Rührung teilen. Aber wenn jemand leidet, kann mein Mitgefühl letztlich doch nur Mitleid sein.

Und Mitgefühl mit mir selbst erscheint mir wie eine Tautologie. Es gilt, die eigenen Gefühle wahr- und ernst zu nehmen und mit ihnen gut umzugehen, aber mit mir selbst Mitgefühl zu haben, da müsste ich ja irgendwie neben mir stehen.

Was Sylvia Wetzel vor allem zum Mitgefühl aus dem Buddhismus schöpft, steht in keinem Gegensatz zum Christentum. Was dort als Gebot oder Verbot postuliert wird, wird im Buddhismus als Übung formuliert, wie manches – einfach mal mit anderen Worten und weniger drohend ausgedrückt – Werte „neu entdecken“ lässt. Zum Glück kommt Sylvia Wetzel dabei mit wenig buddhistischem Vokabular aus, das in vielen Büchern, auch Einführungen in den Buddhismus, sehr im Wege stehen kann.

Sie gibt dem Leser (die beiden Feministinnen würden jetzt sagen: und der Leserin!) viele Übungen mit auf den Weg, die Gerechtigkeit und Mitgefühl nicht unbedingt direkt stärken, aber die eigene Wahrnehmung, die eigene Position positiv verändern können.

Der Themenkreis wird von den Autorinnen, die beide viele andere Bücher publiziert haben, nicht erschöpfend behandelt, sondern wirft viele weiterführende Fragen auf und bringt einen zum Nachdenken.

Abschließend möchte ich noch sagen, dass mit „alle Wesen“ keineswegs nur Menschen gemeint sind, ja nicht einmal nur die Tiere miteinschließt, sondern die ganze Natur.

Das Taschenbuch ist nicht mal eben schnell zu lesen, sondern man muss sich schon darauf einlassen – und Gerechtigkeitssinn und Mitgefühl sollten bis zu einem gewissen Grad schon vorhanden sein.