



Verantwortung leben - Mit zärtlicher Umarmung

Ich hab's gern ganzheitlich. Damit kam ich beim ÖBR Symposium am 4. und 5. April voll auf meine Kosten.

DR. ULRIKE PASTNER

Willst du eine Veranstaltung in allen Schichten kennenlernen, kann ich dir den Zugang als „Helferlein“ empfehlen. Im Team der HelferInnen siehst du, wie Martin und Johanna die Organisation professionell vorbereitet haben, erlebst mit, wie Irene und Lorenz liebevoll den Ikebana-Blumenschmuck gestalten und kannst die ersten ReferentInnen noch ganz unaufgeregt begrüßen. Als Helferin bist du hautnah dabei, wie sich die Atmosphäre Schritt für Schritt aufbaut. Mehr noch – du kannst sie mitgestalten.

Da ist rückblickend ein Film in meinem Geist, in dem das Event wie im Zeitraffer aus dem Nichts entsteht. Wie auf dem leeren Platz inmitten des Wiener Uni Campus ein Auto anhält und die erste Schachtel ausgeladen wird. Wie das Licht im Hörsaal C1 angeht, der erste Plakatständer, der erste Tisch aufgestellt wird. Wie die ersten Gäste eintreffen und das Ereignis langsam anschwillt zu einem lebhaften pulsierenden Organismus. Wie in einem gefüllten Hörsaal die Impulse der ReferentInnen von einem wachen Publikum aufgenommen und honoriert werden, in den Pausen das Gehörte lebhaft diskutiert, geplaudert und gelacht wird... Bis das Treffen am Ende des zweiten Tags wieder ausklingt, die Menschen nach den Workshops und dem letzten Podium begeistert applaudieren, sich noch zu einer Gehmeditations-Schlange versammeln und alles wieder ruhiger wird. Die buddhistische Fahne wird eingerollt, Schachteln wieder ein-

gepackt, der letzte Tisch abgebaut. Schließlich wird das Licht im Hörsaal C1 wieder gelöscht, und alles sieht aus wie zuvor. Doch es sieht nur so aus...

Viele Samen sind gelegt, viele Ideen in die Welt getragen, wichtige Anstöße zu Veränderungen gegeben. Der Unterschied setzt sich fort in den Köpfen und Herzen der weit mehr als 300 BesucherInnen. Moderatorin Heidi Aichinger, diese wunderbar zarte starke Person, nannte es ein selten diszipliniertes und wertschätzendes Publikum, das sich hier zu einer der 30-Jahr-Feiern der ÖBR zusammengefunden hat. Die Stimmung war wirklich besonders, der Geist ein guter.

Ein Höhepunkt – sicher nicht nur für mich – war das große „achtsame Umarmen.“ Eine Frau aus dem Publikum hatte in ihrer Wortmeldung mehr „Zärtlichkeit“ eingefordert, woraufhin Erika Erber die achtsame Umarmung vorschlug und sich in der Folge spontan mehr als 300 Menschen in die Arme fielen. Was für ein Ereignis! Dessen Wirkung vermutlich genau so stark anhält wie die der spannenden Vorträge.

Ich will gar nicht versuchen, die Fülle der Referate und Workshops wiederzugeben. Ein paar Splitter sollen erinnern bzw. Lust machen aufs Nachsinnieren. „Zu einer verantwortlichen Antwort über das SELBST gelangen, im JETZT – als dem Schnittpunkt von Zeitlosigkeit und Zeit“ oder „Dem Leben anvertrauen gleich dem Wasser beim Schwimmen-Lernen“ waren Aussagen des großen



Erika Erber und Bruder David Steindl-Rast

Foto: Thule Jug

Weisen David Steindl-Rast. – Vanja Palmers brachte uns schwierige Themen wie Umweltzerstörung, Tierfabriken und Überbevölkerung näher. – Spannend war Erika Erbers Unterfangen, Scharmers Modell des Presencing mit Meister Rinzais Ochsen Geschichte zu erweitern. – Bhante Seelawansa plädierte für gegenseitige Achtung anstatt Verantwortung zu tragen. Daran erinnernd, dass jeder Mensch das Recht auf eigene Antworten habe. – Gregory Forgues brachte Einblicke in die Gesar Tradition und gab zu bedenken, dass Samsara nicht zu reparieren ist – wiewohl wir Achtsamkeit und Mitgefühl entwickeln können. – Die Gedanken nicht zum Stillstand bringen, sondern darauf reiten, will Karl Brodbeck, und bringt mit seinen tiefgründigen Betrachtungen seine ökonomischen KollegInnen sicher ins Schwitzen. – „ALI – Achtsam-Lächeln-Innehalten“ war eine der vielen innovativen und konkret anwendbaren Achtsamkeitsanker von Kai Romhardt, der mit dem von ihm vorgestellten Netzwerk „Achtsame Wirtschaft“ sicher noch von sich hören lassen wird. – Schließlich gab es von Hans Kaufmann noch eine „Präsentation mit Hund“ und Erfahrungen zur Verbindung von Achtsamkeit und Psychotherapie. Genauso wie manche Worte der ReferentInnen

„auf der Bühne“ berührten mich die kleinen Begegnungen in den Pausen. Wie viele nette Menschen habe ich in den letzten 10 Jahren meiner buddhistischen Praxis bereits kennengelernt! Mir wurde bewusst, wie da in meinem Freundes- und Bekanntenkreis eine stärkende Gemeinschaft von Gleichgesinnten herangewachsen ist, die meine wichtigsten Ziele und Sehnsüchte teilt. Das stärkt. Und auch die neuen Kontakte dieser zwei Tage sind mir in warmer Erinnerung. Besonders schön die abschließenden achtsamen Umarmungen mit Genette, Dorian, Roland, Sylvia und Ursula vom HelferInnenteam.

Ich denke, die Zeit ist reif. Nachdem die buddhistische Praxis für mich in den letzten 10 Jahren ein psychologisches Projekt von „Selbsterkenntnis auf dem Kissen“ gewesen ist, ist es nun an der Zeit, das Projekt auszuweiten auf ein politisches und gesellschaftliches Veränderungsvorhaben: „Verantwortung Leben“ eben.

Somit komme ich zum gleichen Resümee wie Gerhard Weissgrab in seinen abschließenden Worten: Lasst uns unsere verwirrten Geister sammeln und die Dinge gemeinsam auf den Boden bringen.