

Den Unterschied zwischen empirischem Ich und wahrem Selbst erfahren Buddhisten vor allem in der *Meditation*. In ihr sucht der Übende durch die oberflächlichen psychosomatischen Ich-Schichten zum tieferen wahren Selbst vorzudringen. Der angestrebte Durchbruch geschieht dann in der *Erleuchtung*.⁸³⁴ Besonders im *Zen* wird sie als eine Selbsterfahrung verstanden, bei der sich die Illusion des Ich-Komplexes auflöst und in die Schau des All-eins-Seins mündet, verbunden mit überwältigender Freude, tiefstem Frieden, völliger Sicherheit und restloser Befreiung von aller Furcht und allem Zweifel.

In der spirituellen Praxis sowohl des Christentums als auch des Buddhismus gilt es, nicht dem empirischen Ich verhaftet zu bleiben, sondern es auf das wahre Selbst hin zu übersteigen. Insbesondere gilt es, das egoistisch auf sich selbst bezogene Ich zugunsten des selbstlosen Selbst zu überwinden. Dieser Prozess wird in beiden Religionen als eine *Umkehr* und als ein *Durchbruch* aufgefasst. Weil sich der Mensch nicht in der eigentlichen Existenzlage befindet, muss sich seine Haltung zur Umwelt und mehr noch sein Ich-Bewusstsein grundlegend ändern, bedarf er der Umkehr. Der Zen-Buddhismus spricht diesbezüglich vom *großen Tod*, durch den allein der Mensch ins wahre Leben eingehen kann. Nur wer den großen Tod gestorben ist, kommt zu wahrem Leben und zu wahrer Freiheit.

Auch das Christentum kennt die Umkehr als ein *existentielles Sterben* des (egoistischen) Ich. Von Jesus selbst stammt das paradoxe Wort: „Wer sein Leben retten will, wird es verlieren; wer aber sein Leben um mein willen verliert, wird es gewinnen.“⁸³⁵ Für Paulus sind Christen bereits in ihrem Leben mit Christus gestorben, um wahrhaft mit ihm und in ihm zu leben.⁸³⁶ Besonders prägnant drückt er dieses Sterben und Leben in Christus in Gal 2,19f aus: „Ich bin mit Christus gekreuzigt worden; nicht mehr ich lebe, sondern Christus lebt in mir.“

Weltreligionen sind, so lässt sich zusammenfassen, auf dasselbe geistliche Ideal oder Ziel ausgerichtet. Versucht man es allgemein zu beschreiben, ließe sich sagen: Der Mensch soll seinen Egoismus überwinden beziehungsweise von ihm befreit werden und zu seinem wahren Selbst gelangen.

1.5 Der neue Mensch

Wie der *neue Mensch* beschaffen ist, zu dem sich der alte laut Neuem Testament entwickeln soll, lässt sich nach christlicher Überzeugung an *Jesus von Nazaret* ablesen, daran, wie er selbst gelebt hat und was er gepredigt hat. Da er wahrer Gott und wahrer Mensch war, war er auch der wahre Mensch, der Mensch, wie er von Gott gedacht ist, wie er sein soll.

Demnach widersteht der neue Mensch, sofern er hier auf Erden lebt, weltlichen Versuchungen zu Ansehen, Macht und Reichtum und treffen auf ihn die Seligpreisungen zu. Er ist arm vor Gott und trauert über das eigene Schicksal oder das Schicksal anderer, ganz allgemein über die Zustände in der Welt. Er ist sanftmütig, er hungert und dürstet

⁸³⁴ Das Erlebnis der Erleuchtung heißt im Zen-Buddhismus auf Japanisch *Satori* (wörtl.: „Verstehen“).

⁸³⁵ Mt 16,25.

⁸³⁶ Röm 6,8; Kol 2,20; 3,3; 2 Tim 2,11.

nach Gerechtigkeit, er ist barmherzig. Er ist rein im Herzen und stiftet Frieden. Er ist offen für den Geist.

Der neue Mensch zürnt niemandem, sieht niemanden und nichts mit der Absicht an, es zu begehrn und sich anzueignen. Er vergilt Böses nicht mit Bösem, vergibt allen die Schuld, verzeiht unbegrenzt. Er hält das Doppelgebot der Liebe, indem er Gott mit all seinen Kräften und den Nächsten wie sich selbst liebt. Er liebt alle, auch seine Feinde.

Er hat mit Mitleid mit den Elenden und Leidenden, hilft anderen in der Not. Er gibt den Hungrigen zu essen und den Durstigen zu trinken. Er nimmt Fremde bei sich auf, verschenkt Kleidung, besucht Kranke, geht zu Gefangenen. Er gibt anderen Nahrung nicht nur im wörtlichen, sondern auch im übertragenen Sinn. Er sorgt für seine Mitmenschen und wuchert ihretwegen mit seinen Talenten. Er hat Erbarmen mit anderen und hat für sich den Spruch verinnerlicht: Barmherzigkeit will ich, nicht Opfer! Er ermutigt andere zum Guten und stärkt ihr Vertrauen, nimmt ihnen die Angst, setzt sich für ihr Leben ein. Er hat ein Herz für die Kinder.

Der neue Mensch steht zu sich selbst und gibt nicht vor anderen an, tut nichts, nur um ihnen zu gefallen. Er erhöht sich nicht selbst vor den Menschen, sondern erniedrigt sich und ist der Diener aller. Er ist innerlich frei von Besitz und kann feiern und genießen. Er zerstreut nicht, sondern sammelt. Er hat einen Blick für das Reich Gottes und weiß die Zeichen der Zeit zu deuten. Er sucht zuerst dieses Reich. Er setzt alles auf diese eine Karte, auf die Karte der Liebe.

Er verkauft seine Seele nicht für irgendein irdisches Gut. Er ist klug wie die Schlangen und arglos wie die Tauben. Er ist wachsam. Er macht sich vor Gott klein wie ein Kind und erkennt in ihm die Wahrheit. Er vertraut auf ihn und hat keine Angst vor ihm. Er erfüllt seinen Willen.

Der neue Mensch ist wütend und traurig über Verstocktheit. Er setzt sich um des Menschen willen über Regeln und Gesetze hinweg. Er bekämpft das Böse nicht frühzeitig oder auf falsche Weise, sondern lässt das Unkraut mit dem Weizen wachsen. Er beendet Unrecht, wo es möglich ist, und ist willig, Unrecht zu erleiden, wo es unvermeidlich ist. Er nimmt sein Kreuz auf sich und ist bereit, sein Leben zu verlieren. Er scheut den Konflikt und die Konfrontation nicht.

Im künftigen Reich Gottes werden alle Menschen die entsprechenden Haltungen besitzen: Jede und jeder wird barmherzig sein, umfassend lieben, feiern und genießen.

