

## **Zeuge sein von Obdachlosigkeit oder Wie man nichts weiß und damit die Welt zu einem besseren Ort macht**

von Philippe Leduc

Hast du dich schon jemals unwohl gefühlt beim Anblick eines Obdachlosen? Ich schon und habe mich immer gefragt warum. Was ist dieses Unbehagen und was bedeutet es? Kürzlich hatte ich die Gelegenheit, diesen Fragen nachzugehen, als ich an einem Straßen Retreat teilnahm, das vom Shambhala Buddhist Centre in Ottawa organisiert wurde. Wir hatten kein Geld, Wäsche zum wechseln, Zahnbürsten, Handys, Tagebücher, Kameras oder Kreditkarten. Drei Tage lang aßen wir in Essensausgaben und schliefen im Freien. Die Idee war, dass wir anstelle von materieller Hilfe den Obdachlosen unsere Gesellschaft anbieten. Wir wollten Zeuge sein von Obdachlosigkeit und von uns selbst während wir uns in dieses ungewöhnliche Umfeld begaben. Diese Erfahrung öffnete mir die Augen, nicht nur für Obdachlosigkeit, sondern auch für die Beschaffenheit einiger meiner eigenen Ängste. Ich möchte gerne drei Lektionen mitteilen, die ich gelernt habe.

1. Menschen in Obdachlosenheimen sind wie du und ich

Am ersten Morgen standen wir bei Tagesanbruch auf und gingen zur Union Mission auf der Waller Street zum Frühstück. Dieser Ort hatte mich schon immer eingeschüchtert, wegen seiner dunkel drohenden, äußeren Erscheinung. Aber ich fand heraus, dass es nur die Fassade war,

denn innen drin wurde mir schnell klar, dass es dort keine Monster gab, sondern nur menschliche Wesen. Die Geschichten mögen sich unterscheiden aber die Gefühle und Bedürfnisse - Schutz, Liebe, Zugehörigkeit, Erfüllung - scheinen die Gleichen zu sein. Als ich den verschiedenen Geschichten zuhörte, konnte ich mich selbst sehen in jedem, mit dem ich sprach. Ein junger Mann zum Beispiel, erzählte mir von seiner Geschäftsidee und dass er den Eindruck hatte, von seinen Partnern übervorteilt worden zu sein und nun einfach kein Glück mehr hatte. Ich dachte: „Hm, bin das nicht ich, minus die Unterstützung meiner Familie und ein bisschen Glück?“

**Mir wurde klar, dass  
meine Befangenheit,  
Vertrauen oder Angst  
nichts zu tun haben  
mit dem, was andere  
denken oder nicht  
denken**

Wir sind nicht so unterschiedlich, ob wir auf der Straße leben oder in einem Haus. Zum Beispiel wollen wir alle dazugehören. Sehr auffällig an der Union Mission und Sheperds of Good Hope ist das Gefühl von Gemeinschaft unter den Menschen, die dort hingehen. Wir sahen dieselben Gesichter an beiden Orten zu verschiedenen Tageszeiten und es gab ein deutliches Gefühl von Zusammengehörigkeit unter vielen. Durch diese Beobachtung wurde mir selbst bewusst, wie stark ich mich in meinem eigenen Leben nach Gemeinschaft sehne, und dass alle menschlichen Wesen dieses Bedürfnis teilen. Mir wurde klar, dass der Unterschied zwischen einem

Obdachlosen und mir nur die Umstände betrifft. Wie mein Freund Adrian sagt: "Menschen ohne Dach über dem Kopf sind wie du und ich nur mit ein bisschen weniger Unterstützung und günstigen Gelegenheiten."

## 2. Wir schaffen unsere eigenen Ängste

Ich hatte mich nicht aufs Betteln gefreut aber ich wollte diese Erfahrung machen. Im Wesentlichen hatte ich Angst davor, mich zu erniedrigen und abgelehnt zu werden. Ich stand auf dem Gehsteig mit meinem Styroporbecher, neben McDonald's auf der George St. und bat die Leute höflich um etwas Kleingeld. Es war Samstagmorgen etwa 10:30 Uhr, ich hatte mich seit Donnerstag nicht gewaschen oder umgezogen, hatte zwei Nächte im Freien verbracht und mich seit einer Woche nicht rasiert. Am Anfang zitterte meine Stimme ein wenig, doch dann fand ich meinen Rhythmus und in der nächsten Stunde fragte ich jeden, der an mir vorbeilief. Es war anregend. Später verteilte ich die paar Dollar, die ich gesammelt hatte. Der faszinierende Aspekt war es, die Reaktionen der Leute zu beobachten und meine eigenen. Manche ignorierten mich, andere zuckten die Schultern oder sagten Nein, während wieder andere mir etwas Kleingeld gaben. Mir wurde bewusst, dass egal was die Leute taten, in meinem Kopf mein Monolog über Erniedrigung und Zurückweisung ablief. .

Das gleiche gilt für das Unbehagen, das ich in der Einleitung erwähnt hatte. Das Gefühl, das in mir aufwallt, kommt offensichtlich nicht von dem Mann auf der Straße, es sei denn er besitzt die seltene Fähigkeit, meine Gefühle mit seinen Gedanken zu kontrollieren. Das Unbehagen kommt einfach von dem, was ich mir sage, wenn ich ihn sehe. Vor ein paar Tagen sah ich jemanden auf dem Gehsteig sitzen und betteln und ich bemerkte, meine erste Reaktion war: "Oh je, bitte nicht" und ich spürte das übliche Zusammenziehen einhergehend mit Unwillen oder Angst. Obwohl das Retreat erst zehn Tage her war, spürte ich immer noch die Angst in mir, die Angst, genau wie diese Person zu sein und wohlmöglich an ihrer Stelle zu enden. Ich

befürchtete auch, er könne mir etwas wegnehmen. Ich spulte meinen inneren Film ab und Angst stieg in mir auf. Aber diese Angst kam nicht von dem Bettler, sondern von der Geschichte, die in meinem Kopf ablief. Ich produzierte diese Angst durch meine Wahrnehmung und Interpretation. Jemand anders könnte die gleiche Situation erleben aber ein anderes Drehbuch in seinem Kopf abspielen und eine andere Reaktion auslösen. Wir erschaffen unsere eigene Wirklichkeit.

## 3. Die Wirklichkeit ist immer frischer als unsere Vorstellung davon

Bevor ich die Union Mission betrat, hatte ich einige Vorurteile darüber, die Angst in mir hervorriefen. Auf einer bestimmten Ebene in meinem Hirn dachte ich: „Ich weiß etwas über diesen Ort, er ist voll von Menschen, die von ihrem Weg abgekommen sind. Hier gibt es Krankheiten und harte Drogen. Hier sind unberechenbare Menschen, die mich verletzen könnten. Dies ist ein gefährlicher Ort.“ So klang der Film in meinem Geist, als ich am ersten Morgen durch die Tür schritt. Diese Vorstellungen stammen offensichtlich nicht von der gegenwärtigen Erfahrung, sondern aus der Vergangenheit. Mein Körper mag sich in der Gegenwart bewegen aber meine Gedanken stecken in der Vergangenheit fest!

So geht es jedes Mal, wenn du denkst, du weißt etwas über die Wirklichkeit, bevor es passiert. Es ist, als ob unsere Vorurteile die Wirklichkeit am Eintreten hindern, indem sie unseren Geist besetzen. Wenn du denkst, du weißt etwas über die Wirklichkeit, nimmst du eigentlich nur ein Konzept aus der Vergangenheit und überlagerst damit die Gegenwart. Seit mir das bewusst wurde, bemühte ich mich, jedes Mal, die Urteile, die ich in mir aufsteigen sah, aufzulösen. Als ich meinen inneren Film über die Mission anhielt, öffnete ich mich für die echte Mission im gegenwärtigen Moment und die Wirklichkeit war viel weniger beängstigend als meine Vorstellung. Die Wirklichkeit ist immer frischer als unser Konzept davon!

Am zweiten Morgen, es war gegen 6:30 Uhr, als wir in einem kleinen Park darauf

warteten, dass die Mission öffnen würde, kam ein zerzauster etwa 25-jähriger junger Mann auf mich zu und bat mich um eine Zigarette. Ich hörte ein paar Szenen aus meinem inneren Film, die an die Oberfläche drängten, doch ich beschloss, sie zu ignorieren und stattdessen nichts zu wissen und im Moment zu sein. Ich öffnete mich der Gegenwart und hatte ein zehnminütiges Gespräch mit diesem jungen Mann darüber, was er und was wir vorhatten. Ich fühlte mich frei, denn ich war nicht belastet von meinen üblichen Etiketten und Urteilen.

Das Retreat nannte sich "Zeuge sein von Obdachlosigkeit" und ich denke, dass die Obdachlosigkeit, auf die es sich bezieht, nicht nur körperlich, sondern auch geistig ist. Es bedeutet mehr als kein Dach über dem Kopf zu haben. Es bedeutet dem Nichtwissen-wer-wir-sind und Worum-es-im-Leben-geht ins Angesicht zu schauen, anders gesagt, keine „Obdach“ zu haben, in der man sich verstecken kann. Jedes Mal, wenn wir etwas mit einem Etikett versehen (einschließlich uns selbst), verschließen wir es in einem Kasten und trennen uns von dem Geheimnis des gegenwärtigen Augenblicks. Wir treten heraus aus dem, was *gerade jetzt* passiert, hinein in unseren Kopf, in dem sich beständig die Vergangenheit wieder abspielt und die Zukunft vorweggenommen wird. Nicht wissen bedeutet, die einzige Wirklichkeit zu ehren, die es gibt: unser Erleben des gegenwärtigen Augenblicks. Es ist das Befreiendste das wir tun können, weil

es uns von unserer Geschichte über das Leben ins Leben selbst bringt.

Am Freitagnachmittag warteten wir neben dem Rideau Centre auf der Mackenzie Bridge, da stand ein Mädchen ein paar Meter neben mir und rauchte. Sofort verurteilte ich sie, weil sie rauchte, weil sie Übergewicht hatte und ich die Kleider nicht mochte, die sie trug. Ich beobachtete mich, wie ich diese Person mit einer Handvoll Etiketten bewarf, bevor ich nur blinzeln konnte. Dann entschied ich, meine Gedanken fallen zu lassen und stattdessen nichts zu wissen. Sobald ich dies tat, öffnete ich mich, und meine Einstellung ihr gegenüber und auch mir selbst wurde viel freundlicher. Das Rätsel des gegenwärtigen Moments war wiederhergestellt und ich fühlte mich viel besser dadurch!

#### Fazit

Ich habe einiges gelernt während dieses Retreats. Erstens: Menschen, die Obdachlosenheime besuchen, sind nicht sehr anders als ich. Zweitens: ich erschaffe meine Wirklichkeit. Und Drittens: ich bin viel glücklicher, wenn ich meine Beurteilung zurückhalte und stattdessen in Nichtwissen verweile. Man braucht kein Strassen Retreat, um diese Lektionen zu üben. Ich lade euch ein, euren Geist als Zuschauer zu betrachten, eure eigenen Drehbücher zu sehen und euch für einen Moment zu entscheiden, nichts zu wissen. Die Welt wird sogleich ein besserer Ort.