



Raum für spirituelle Wege
Zen und Kontemplation



Foto: Juanita Werner

*Wer weiß schon, ob ich morgen noch leben werde?
Wer erinnert sich noch an gestern?
Was wirklich wichtig ist, ist was ich in diesem Moment tue.
Meine Füße müssen hier so fest auf dem Boden stehen,
dass durch sie mein ganzer Leib in der Erde verankert ist.*
- Kôdô Savaki -

Liebe Freunde auf dem Zen- und Kontemplationsweg.

So drückt es Kôdô Savaki, japanischer Zenmeister (1880-1965), aus: die Haltung, die uns in den Augenblick, in das Eine, führt.

Die erste Lehrerin bei meiner spirituellen Suche, Mrs. Irina Tweedy, Mystikerin und Sufi-Lehrerin sagte es so:

*„Wer mit seinen Füßen fest auf der Erde steht,
kann auch mit seinem Kopf an den Himmel stoßen.“*
- Irina Tweedy -

Immer wieder ist es der Alltag, der uns den Weg zeigt, der uns hinweist auf das Grundlegende und seine Umsetzung einfordert. Da kommen unerwartete Einbrüche, Schicksalsschläge, die Diagnose einer schweren Erkrankung bei einem nahen Menschen – und ich merke, realisiere, dass ich ihn liebe, merke wie es mich schmerzt, uferlos.

Yamada Rôshi, der japanische Meister meines Lehrers Willigis Jäger, Kôun Rôshi, weist darauf hin:

Solange der Geist nicht in Übereinstimmung mit dem handelt, was er in der Wesensschau erfahren hat, wird das Erschaute nur zu noch mehr Wissen, und wir können es nicht in unser tägliches Leben integrieren. Ganz gleich wie wunderbar die ursprüngliche Erfahrung des Zusammenfalls von Selbst und Anderem gewesen sein mag, wenn wir nicht ein Leben leben können, wo Selbst und Anderes eins sind, ist das Erwachen nicht in unserer Persönlichkeit aufgegangen, und unser Charakter wird derselbe bleiben wie vorher. Können wir die Traurigkeit eines anderen nicht als unsere eigene, seine Freude nicht als unsere Freude erleben, können wir die Realität nicht leben, in der Selbstsucht und Altruismus ein und dasselbe sind; wir haben dann noch nicht jene Welt in uns aufgenommen, in der Selbst und Andere eins sind.

(Yamada Kôun Rôshi)

Sicherlich, und das ist das Wertvolle, sind es keine neuen Erkenntnisse. Die Zitate von Yamada Kôun Rôshi, Mrs. Tweedy und Kôdô Savaki, sie weisen auf dasselbe hin, wie der Finger, der auf den Mond zeigt: sie erinnern uns, geben Hinweise auf das, was wir ja eigentlich selbst zutiefst wissen, dass wir es in unser Bewusstsein holen, in die Präsenz, dass wir es leben. So kann es uns die Kraft geben, den Herausforderungen, die unseren Weg kreuzen, zu begegnen, ihnen nicht auszuweichen aber auch nicht in ihnen zu verharren, in dem Schmerz, den sie verursachen, indem ich hindurchgehe, nicht vorbeigehe.

Annehmen, was ist – so sagt es Dag Hammarskjöld, Generalsekretär der UNO in seinem spirituellen Tagebuch:

*Jeder Tag der erste-
Jeder Tag ein Leben.
Jeden Morgen soll die Schale unseres Lebens
hingehalten werden,
um aufzunehmen,
zu tragen
und zurückzugeben.
Leer hinhalten,
denn was vorher war,
soll sich nur spiegeln
in ihrer Klarheit,
ihrer Form,
ihrer Weite.
(Dag Hammarskjöld)*

Ich grüße euch herzlich und wünsche einen schönen wachen Sommer

Juanita