



Raum für spirituelle Wege
Zen und Kontemplation



Foto: Julian Röder

„Du mußt das Leben nicht verstehen,
dann wird es werden wie ein Fest.
Und lass Dir jeden Tag geschehen
so wie ein Kind im Weitergehen von jedem Wehen
sich viele Blüten schenken lässt.“

Rainer Maria Rilke

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,
liebe Mitglieder und Freund:innen des Raumes für spirituelle Wege.

Die Natur lässt uns in Festtagsstimmung kommen, so erleben wir es gerade manchmal, wenn es so üppig und verschwenderisch grünt und blüht. Da können wir für Momente das „verstehen müssen“ lassen und uns ganz dem Augenblick hingeben. Rilke weist in seinem Gedicht auf mehr als nur auf den Moment in der Natur hin. Es geht um das Leben, um unser ganzes Sein. Es „verstehen“ zu wollen, danach sind wir immer wieder auf der Suche. Und doch gehört zu unserer Übung auch sich dem Leben anzuvertrauen und hinzugeben, eben jeden Tag geschehen zu lassen, auch ohne ihn zu verstehen.

„Das Wichtigste ist, diesen Augenblick ganz und gar zu leben – präsent zu bleiben in jeder Begegnung und jeder Situation“

Willigis Worte weisen uns darauf hin, in jedem Augenblick präsent zu sein. Zur Präsenz gehört das offen sein, die Bereitschaft sich dem Augenblick anzuvertrauen und ihn nicht gleich mit unseren Vorstellungen und Gedanken verstehen zu wollen.

Manches verstehen wir im Nachhinein, manches bleibt unverstanden in unserem Leben, und doch können wir uns dem Leben weiter öffnen, immer wieder ganz präsent sein und uns dem Leben anvertrauen.

Hingabe an den Augenblick und jeden Tag geschehen lassen - das ist in Willigis Satz enthalten und auch bei Rilke im Gedicht. Auf unseren Übungswegen, Zen und Kontemplation, geht es ja darum, nicht an unseren ständigen Gedanken und Gefühlen festzuhalten, nicht zu bewerten und uns wach und offen dem zu überlassen, was gerade dieser Augenblick ist.

Dieses Ja zum Leben jetzt schwingt für mich im Gedicht von Rilke mit, macht möglich es zum Fest werden zu lassen. Mit all dem Schmerz, der Trauer, der Schwere, der Angst, der Zweifel, der Schwäche, der Peinlichkeit kann das Leben zum Fest werden.

Das Leben als Fest zu erleben, solche Momente wünsche ich uns allen, möge uns diese Jahreszeit in der Natur dabei helfen.

Mit herzlichen Grüßen
Ulrike
