



Foto: Juanita Werner

Die Blätter fallen, fallen wie von weit –
Als welken in den Himmeln ferne Gärten.
Sie fallen mit verneinender Gebärde.
Und in den Nächten fällt die schwere Erde
aus allen Sternen in die Einsamkeit.
Wir alle fallen – diese Hand da fällt
Und sieh dir andre an: es ist in Allen.
Und doch ist Einer, welcher dieses Fallen
unendlich sanft in seinen Händen hält.

– Rainer Maria Rilke –

Liebe Weggefährt:innen und Freund:innen des Raums für spirituelle Wege

Dieses von Rilke gezeichnete Bild über die Vergänglichkeit, das Werden und Vergehen, von dem mein Lehrer Willigis Jäger so oft sprach, zeigt in seiner schönen Sprache auf, dass auch wir ein Teil dieses Prozesses sind, zur Natur gehörend, eine Ausformung, die sich über viele Jahrtausende entwickelt hat – es führt uns kein Weg daran vorbei.

Alter – (schwere) Krankheit und Tod sind die Wegmarken. Ganz plötzlich tauchen sie auf, besetzen uns, sichtbar, fühlbar – kommen nicht langsam und fast unbemerkt, so dass wir an ihnen vorbeischaun könnten.

Wie damit umgehen? Den Kopf in den Sand stecken – das geht irgendwann nicht mehr. Dann würden wir die Dinge „...nicht so sehen wie sie sind“ – dies eine wichtige Essenz der Zen-Lehre – denn eine Frage ist: hilft mir Zen in dieser Umbruchzeit, die unvermittelt auftaucht und uns in tiefe Zweifel, Ängste und Verzagtheit, stürzen kann?

Vor kurzem musste ich nach einer Operation mit unerwarteten Komplikationen über viele Wochen in einem Rollstuhl sitzen, wusste nicht, ob sich das noch einmal ändern würde oder ich den Rest meines Lebens auf ihn angewiesen wäre. Ich hatte große Angst.

Zu meinem Glück wurde ich in ein strammes Übungsprogramm der Reha eingebunden so dass ich in den Moment hinein gezwungen wurde. Denn, dieses System, in dem ich – eben, gezwungener Massen, lange Zeit leben musste, konnte ich nicht beeinflussen, musste mich also von Situation zu Situation, von Moment zu Moment hinein begeben.

Abends sank ich umgehend in Tiefschlaf, noch befördert durch starke Medikamente – so blieb kein Raum, keine Kraft, um zu grübeln, zu hadern – es passierte einfach von Augenblick zu Augenblick.

Die lange Zeit dort – empfand ich im Nachhinein wie einen einzigen langen Tag, an dem ich vom Wachwerden bis zum Einschlafen das ‚Programm‘ lebte, das mir aufgegeben war. Tun, nur immer wieder ins Tun gehen.

Ein langer Tag – immer nur ein Augenblick. Jetzt.

Ich grüße euch herzlich und wünsche noch sommerliche Tage Juanita