



ZenPuls

Impuls der Glassman-Lassalle Zen-Linie



Zeitlose Weisheit des Zen

Unter diesem Titel fanden vom 8.–11. September hundert Personen bei einer **internationalen Zen-Konferenz** im Lassalle-Haus zusammen. Fünf bedeutende Interpretinnen und Vertreter des Zen gaben in Referaten, zahlreichen Workshops und Panels umfassende Anregungen: Abt Muho Nölke aus Japan, Zen-Meisterin Doris Zölls, bekannt vom Benediktushof in Deutschland, Vanja Palmers, Zen-Priester und Gründer des Zentrums Felsentor auf der Rigi, Friederike Boissevain, Zen-Lehrerin, Onkologin und ärztliche Leiterin eines Hospizes in Norddeutschland sowie Paul Morgan-Somers aus England, spirituelle Persönlichkeit ausserhalb aller Traditionen. Ergänzt wurde die Tagung durch ein Kunstforum mit Zen-Lehrerin Kathrin Stotz und einem Musikvortrag von Mario Strebel.

Worum geht es im Zen? – das war die zentrale Frage in dieser Konferenz, und die Antworten waren von grosser Vielfalt und gleichzeitig von einer tiefen gemeinsamen Empfindung, die das unbeschreibliche Wesen des Zen anklingen liess. Worte können es nicht fassen, und die Gespräche darüber vermochten daher nicht mehr als Andeutungen zu vermitteln, so wie ein Finger, der auf den Mond zeigt. Und doch ist er zugleich dieses Wesen selbst, gerade wie Guteis Finger.

Zeitlose Weisheit ist keine Geschichte, stellte **Abt Muho** in seinem Referat fest. Sie weist über alle Erfahrungen hinaus in jenen unbeschreiblichen Bereich, der ungetrennt von den Erscheinungen alles ist. Im Zen wird er als Wesens- oder Buddhanatur bezeichnet. Und wenn sich Abt Muho fragte, ob Zen am Sterben sei – in Japan oder auch insgesamt – so meinte er, dass alles doch stets schon stürbe, auch während wir saubermachen und arbeiten, wie er es in seinen 18 Jahren als Abt des japanischen Soto-Klosters Antaiji täglich erlebte. Und ebenso

sterben auch die Konzepte, die wir von allem Möglichen haben. Satori sei hier und klopfe, doch meine man, dafür noch etwas tun zu müssen.

Friederike Boissevains Sicht auf Zen ist von ihrer ärztlichen Tätigkeit mit Sterbenden geprägt, und zugleich prägt Zen ihre Arbeit. Dabei geht es ihr ums Zusammenfügen: das Dunkle und das Helle, das Glatte und das Schruppelige, das Gesunde und das Kranke, das Extreme und das Normale, die Aussen- und die Innenwelt. An ihre Tür klopfe die Schicksalssymphonie. Dazu sage der Zen-Geist: «her damit», doch dann müsse man sich auch darum kümmern. In der Welt der Polarisierung sei das Lebensende das Egalisierende, und das Leben vom Ende her denkend werde das einzelne Element kostbar. Das Ende bringe ja ohnehin den Verlust der Rollen und aller Geschichten, so wie es im Zazen bereits zeitweilig geschehe. Sich hinsetzen, erwachen und handeln – ganz eins.

«Das grosse Geheimnis ist unergründlich – ich gelobe es zu verwirklichen» – ist **Vanja Palmers** Übersetzung des vierten buddhistischen Versprechens, und gleichzeitig plädiert er für die Begrenzung auf



Fortsetzung S. 2

Ende und Anfang

Alles hat seine Zeit. Manches dauert länger, manches weniger lang. Meine Kurstätigkeit in Bad Schönbrunn umfasst nun ein halbes Jahrhundert. Das ist lange und das ist genug. Mit dem Sesshin zum Jahreswechsel 2022/23 werde ich die Zen-Kurstätigkeit beenden. Wer die besondere, kraftvolle Atmosphäre, die nach wenigen Tagen in einem Sesshin entsteht, erlebt und schätzen gelernt hat, wird verstehen, dass dieser Abschied mir nicht nur leicht fällt.

Als Begründung für meine wohlüberlegte Entscheidung liesse sich Meister Kyorin zitieren. Einem Mönch, der nach dem Wesen des Zen fragt, antwortet er: «Vom langen Sitzen bin ich müde». Dieses Wort aus der Sammlung Hekiganroku und andere Koan habe ich Zen-Übenden im Dokusanraum zum Üben vorgelegt. In Zukunft mögen dies andere tun. Vor allem die Lehrenden unserer Zen-Linie. Sie sind bereit dazu und sie haben mein volles Vertrauen.

Für mich ist – so Gott will – der Weg noch nicht zu Ende. Im Rhythmus der vier Jahreszeiten bietet das Lassalle-Haus ab 2023 unter dem Titel «Tage mit Niklaus Brantschen» Zeiten an, die man als Einübung einer Kultur der Unterbrechung bezeichnen kann: frei werden von alten Mustern, den Alltagstrott hinter sich lassen, Neues wagen.

Niklaus Brantschen

niklausbrantschen.ch

Fortsetzung: Zeitlose Weisheit des Zen

das Machbare: nicht zu viel, nicht zu wenig. Die Tiere sind ihm dabei Dharma-Tore, die uns immer offen stehen, denn ihre Nähe zum Menschen sei grösser, als wir gemeinhin annehmen: «Schweine sind praktisch horizontale Menschen und wir vertikale Schweine». Sie vermögen uns in die Gegenwart zu bringen, weil sie selber stets dort sind. Und ebenso die Pflanzen, was immer sie in uns bewirken, wenn wir sie zu uns nehmen. Pilze, Früchte, Gemüse... Doch all dies sei kein Ersatz für Meditation.



Die Wirklichkeit ist nach **Doris Zölli** nicht das, was wir denken, denn diese ist paradox. Die Reflexion darüber könne gar so stark werden, dass sie das Erleben völlig überdecke. Fehlt aber die Unmittelbarkeit

des Erlebens, dann entstehe das Gefühl, nicht wirklich zu leben. Demgegenüber versuchten Koan, uns in die Lebendigkeit zu führen. Im Nicht, das dort wie im Herz-Sutra immer wieder Erwähnung findet, komme dabei nicht eine Verneinung zum Ausdruck, sondern vielmehr das Übersteigen der Dualität: Form und Nicht-Form als Eins. Darin gibt es auch keine Wahl, wie So-san es sagt: «Der höchste Weg ist nicht schwer, wenn Du nur nicht wählst». Nichts jenseits jeder Dualität. «Was aber bedeutet dies für mein normales Leben?», fragt sie sich.



Paul Morgan-Somers tiefe spirituelle Erfahrung, die ihn schon in jungen Jahren erreichte, zeigt viele Parallelen zu Zen, das die Leere in allen Erscheinungen und die Einheit jenseits aller Dualität sieht. «Alles singt

das Lied seiner eigenen Abwesenheit» – so drückte er es aus. Worte und Stille – nicht zwei, Sprecher und Zuhörende – nicht zwei. Wer die Unendlichkeit aufteilt, werde zum gebärenden, zum bewegenden und zum sterbenden Wesen. Da Wissen nur im Vergleich von zwei vorgängig getrennten Dingen erscheinen kann, gebe es kein absolutes Verstehen. Wie soll die Welle verstehen, dass sie der Ozean ist? Dass sie nur eine Erscheinung ist – ohne eigene Substanz? Für das Wissen und den Wissenden sei es nicht möglich, die eigene Abwesenheit zu sehen.

Alles in allem zeigte diese Zen-Konferenz, wie sich der Versuch des Verstehens an seiner eigenen Unmöglichkeit reibt, an der Unfassbarkeit eines proklamierten Geistes, an der Paradoxie dessen, was uns als Wirklichkeit erscheint. Zen wird nie fassbar sein, und wäre dies möglich, wäre es kein Zen. Wer im lebendigen Austausch der Sangha die eine Antwort suchte, konnte sie nicht finden, aber viele meinten zum Schluss, dass das Gesagte sie beschäftige. Gerade auch darin zeigt sich der Mond.

Dieter Wartenweiler

Zen-Kurse im Lassalle-Haus

Sesshin / Zazenkai 2023

Zazenkai mit Jürgen Lembke

Z52 | 13.01.–15.01.23

Flexibles Sesshin mit Peter Widmer

Z21 | 22.01.–27.01.23

Zazenkai mit Kathrin Stotz

Z38 | 03.02.–05.02.23

Sesshin mit Hans-Walter Hoppensack

Z03 | 12.02.–18.02.23

Sesshin mit Marcel Steiner

Z08 | 26.02.–04.03.23

Zazenkai mit Marcel Steiner

Z12 | 04.03.–05.03.23

Sesshin mit Dieter Wartenweiler

Z17 | 23.04.–29.04.23

Zazen-Tage 2023

mit Lisbeth Granacher, Klaus-Peter Wichmann

18.02. | 29.04. | 04.06. | 16.09. | 11.11.

jeweils 9.45–16 Uhr

Tage mit Niklaus Brantschen 2023

mit Niklaus Brantschen

19.–23.03. | 18.–22.06. | 17.–21.09. | 17.–21.12

jeweils 18–13 Uhr

Körper, Geist & Zazen 2023

Traumarbeit, luzides Träumen und Zazen

mit Peter Widmer

Z26 | 05.02.–10.02.23

BodyZen (BBAT und Zazen)

mit Marcel Steiner, Beat Streuli

Z15 | 06.03.–09.03.23

Sanftes Yoga und Zazen

mit Marcel Steiner, Lucia Sidler

Z14 | 07.05.–12.05.23

Metta-Meditation und Zazen

mit Peter Widmer

Z28 | 28.05.–02.06.23

Im Zen-Jahreskurs

Nachdem ich den Zen-Einführungskurs besucht, spürte ich einen Drang, den Zen-Weg weiterzugehen. Dabei ist mir der Zen-Jahreskurs wie zugefallen.

Als Kursleiterin hielt die Zen-Lehrerin Kathrin Stotz in jeder der vier Einheiten einen Vortrag mit Informationen über die Entstehungsgeschichte des Zen, und sie erläuterte Sutren, welche eine Basis des Zen bilden. Dies brachte die Teilnehmenden auch mit ihrer je eigenen Geschichte in Kontakt, welche sie erzählen und anhand von Fragen weiter vertiefen konnten. Die Atmosphäre in der Gruppe war dabei so gut, dass dies auch im Plenum möglich war. Bei mir zeigten sich bald existenzielle Fragen wie: «Wer bin ich?» oder «Wo gehe ich hin?». Darin gaben mir die Einzelgespräche mit der Zen-Lehrerin Orientierung, und die Gruppe erlebte ich als tragend und als tröstend. In der

gemeinsamen Beschäftigung mit Lebensfragen zeigte sich auch, dass alle auf einem Weg innerer Auseinandersetzung waren. So freute ich mich stets auf das nächste Zusammentreffen und auf den Erfahrungsaustausch in der Sangha.

In den einzelnen Kurseinheiten praktizierten wir stets auch Zazen – das schweigende Sitzen auf dem Kissen. Dies führte ich zuhause weiter, und dabei begleitete mich die Unbeständigkeit meiner Gefühle und Gedanken. Doch zwischendurch schimmerte eine grosse Stille durch. Wenngleich meine existenziellen Fragen nicht mehr vordergründig sind, bleibt mir vieles in anderer Weise unfassbar. Dies aber erfahre ich zugleich in grosser Lebendigkeit. Und zwischendurch zeigt sich die Stille nun auch im Alltag.

Elena Wunderlin

Dank an Ursula

Zen Assistenzlehrerin Ursula Popp beendet im Herbst 2022 ihre Lehrtätigkeit im Bereich Zen im Lassalle-Haus. Sie hat sich seit einigen Jahren im Aufbau und der Leitung der monatlichen Zazen-Tage und beim wöchentlichen Zazen im Lassalle-Haus engagiert, gestaltete zahlreiche Zen-Einführungskurse und wirkte bei vielen Veranstaltungen mit. Ursula liess sich von ihrer langen Zen-Schulung, ihren Erfahrungen mit den Traditionen der indianischen Kultur und einer tiefen Naturverbundenheit leiten. Durch ihre Tätigkeit als Erwachsenenbildnerin und die vielen in den USA verbrachten Jahre, wo sie eine eigene Cranio-Sacral-Schule gründete und als chinesische Medizinerin wirkte, brachte sie frischen Wind und neue Ideen in unser Lehrenden-Team. Weiterhin zu erreichen ist sie unter ursulapopp.ch
Kathrin Stotz