

Brief aus der Eremitage

Nach 2014 wohne ich nun zum zweitenmal für eine Woche in der Eremitage der Zisterzienserabtei Notre Dame de Senanque in der Provence.

Es sind stille Tage hier, in denen ich mich ganz der Übung der Achtsamkeit, dem Stillen Sitzen und achtsamen Gehen widmen kann. In der Regel nehme ich einmal täglich an einer der sieben Gebetszeiten der Mönche in der Abteikirche teil. Ich versorge mich selbst, koche einfache, leckere

Gerichte, lese in einigen Büchern und verbringe ansonsten viel Zeit damit, nichts zu tun. Da lasse ich das konkret werden, was Meister Linji so sehr empfiehlt. Dabei mache ich die Erfahrung, dass ich die innere Lebendigkeit, all diese Gedanken und Gefühle und sonstigen inneren Bewegungen viel klarer wahrnehme, als wenn ich ständig beschäftigt bin.

Rings um das alte Steinhaus stehen einige hohe Zypressen. Das läßt mich an die Geschichte mit Meister Joshu denken.

„Einmal fragte ihn ein Praktizierender: Was bedeutet es, dass Bodhidharma nach China kam? Er hob die Hand, zeigte nach draußen und sagte: Die Zypresse im Hof.“ (Jing Hui S.51)

Diese Antwort zeugt von seiner Kunst, die Dinge ganz klar und einfach zu sehen und darzulegen. Jetzt, in diesem Augenblick, ist alles da. Die Zypresse im Hof. Siehst du es nicht?

Unweit der Eremitage ragt eine mächtige Felswand empor. An manchen Stellen ist der graue Fels von orangenen Flechten gefärbt. Dieser Felsen ist wie ein Klangkörper, in dem das Rauschen des Windes, die Schreie der Vögel und anderer Tiere, aber auch das Dröhnen der in der Ferne vorbeifahrenden Autos und Motorräder widerhallen. Vor allem morgens und abends, wenn keine Touristen mehr im Tal der Senanque sind, nur noch die 7 Mönche, ein paar Hausgäste und ich in der abseits gelegenen Eremitage, wenn also wirkliche Stille und nur Natur zu hören ist, dann liebe ich es, auf die Felswand zu schauen – einfach so. Dann erlebe ich: Alles ist da.



Die Voraussetzungen für Zazen in der alten Kapelle der Eremitage sind gut. Aber jeder Tag hier ist anders. So eine „Eremitenwoche“ hat eine eigene Dynamik. Sie umfasst Zustände tiefer Sammlung, begleitet von innerem Frieden und Glück. Ebenso gibt es Zeiten, wo Unruhe, unnötiges Denken, seltsame Träumereien und Phantasien und auch Emotionen sich melden.

Heute führte ich ein Gespräch mit einem der Mönche. Ich erzählte ihm, dass ich Zen praktiziere. Da fiel ein Wermutstropfen in das klare Quellwasser meiner Eremitentage. Seine Reaktion war sehr verhalten. Ich glaube, Zen ist für ihn fragwürdig und er gab mir zu verstehen: „Unser Meister ist Jesus Christus“. Damit meinte er uns als Christen. Ja, dass lasse ich für mich gelten, aber ich weiß auch, dass es noch andere Meister gibt.

Später nahm ich in der Abteikirche an der Feier des „Herz-Jesu-Festes“ im Jahr der Barmherzigkeit teil. Wie sehr wurde mir da bewusst, dass dieses Herz des Meisters Jesus für alle Menschen, für alle Lebewesen, für alles, was Sein hat, geöffnet ist. Und noch etwas wurde mir besonders bewusst: Zen hat ganz wesentlich mit dem Herzen zu tun. Das geht eindeutig aus den Maximen des Zen hervor, wie sie der zeitgenössische chinesische Chan-Meister Jing Hui in einem Vortrag zu der Frage „Was ist Chan?“* benennt:

„Eine besondere Überlieferung außerhalb der orthodoxen Lehre,
sich nicht auf Schrift und Worte stützen,
sich direkt auf den Herzgeist des Menschen richten,
das eigene Wesen erkennen und Buddha werden.“ (Jing Hui S.36 f)

Der Tag endet wie jeder Tag im Kloster mit der Komplet, dem Nachtgebet der Mönche. Ganz zum Schluss wird die Glocke geläutet: Erst dreimal drei Schläge, dann neun Schläge. Ohne Worte. Stille.

Morgen fahre ich nach Hause. Der Alltag wartet. Das ist mein Zen.

Eremitage St.Gregoir, Juni 2016

Bruno Liesenfeld

*Chan ist das chinesische Wort für Zen.

Literatur: Jing Hui, Die Tore des Chan-Buddhismus, Theseus-Verlag 2010

