

FRÜHJAHR 2017

PEACEMAKER GEMEINSCHAFT SCHWEIZ
www.peacemaker.ch

Newsletter

April 2017

In diesem Newsletter:

- 1 Grusswort von Barbara Wegmüller
- 2 Beitrag von Orsolina Bundi
- 4 Bericht von Eve Marko
- 5 Hinweise zu unseren Angeboten

Grusswort von Barbara Wegmüller

Liebe Peacemaker, liebe Freundinnen und Freunde,

dieser Newsletter hätte schon vor drei Monaten zu euch kommen sollen. Doch das Leben kam dazwischen. Meine Mutter wohnt seit Oktober mit uns im Haus und braucht nun viel Betreuung. Im täglichen Sein mit ihr, in der Pflege lerne ich, dass Altwerden nichts ist für Feiglinge. Sie, die so viel für unsere Familie getan hat, die jederzeit Rat und Hilfe wusste, die aktiv und immer optimistisch war, ist nun angewiesen auf Hilfe. Dies fällt ihr oft nicht leicht. Es heisst loslassen von der Idee, vom Bild, das sie von sich selbst ja noch hat, um zu erfahren, dass der Körper und der Geist diesem Bild nicht mehr entsprechen. Loslassen vom Konzept wer ich bin und was ich kann....

So erging es mir auch mit dem Vorsatz, den Newsletter im Januar zu schreiben. Die Grippe, die mich wochenlang heimsuchte und die Pflege meiner Mutter machten es unmöglich. Für mich hiess es, Kräfte sorgsam einteilen, auf das Wesentliche zu fokussieren und alles andere loszulassen. Wir hatten in der Spiegel Sangha in den vergangenen Monaten zwei

schöne Tage der Besinnung. Für die 108 Tage Meditationspraxis haben sich 69 Menschen verpflichtet. Sie erhalten von mir nahezu täglich einen Text mit Bild per Email zur Unterstützung ihrer Praxis.

Im März verstarb Gertrude Strebel, eine Sangha Freundin. Wir haben sie mit der Zeremonie des Tor des süßen Nektars in der Sangha geehrt. Gertrud war ein so schöner Mensch, sie hat uns alle mit ihrem Mut und ihrer Liebe berührt.

Roland und ich werden in zehn Tagen nach Sarajewo reisen, zum Zeugnis Ablege Retreat in Bosnien. Roland wird als Arzt für die Teilnehmenden zur Verfügung stehen und ich werde als Spiritholderin dabei sein.

Seit über einem Jahr arbeite ich in wöchentlichen Internetkonferenzen, in einer internationalen Gruppe an der neuen Vision und der Ausgestaltung der zukünftigen Form der Zen Peacemaker International.

Das Netz von sozial engagierten, spirituell ausgerichteten Menschen weltweit ist gross geworden, es ist wichtig, dafür ein Gefäss zu gestalten, das die Bedürfnisse der einzelnen Mitglieder einbezieht und die grosse Bewegung nährt.

Im Juni wird das Zen Center in Los Angeles seinen 50. Geburtstag feiern. Ein Anlass zum Feiern von verpflichteter Dharmapraxis und der Entwicklung des Zen im Westen. Die Lehrer der White Plum Asangha freuen sich zusammen zu kommen und auch einige japanische Ehrengäste zu begrüßen. Wir freuen uns auch da dabei zu sein. Ich werde gerne im nächsten Newsletter darüber berichten.

Unser Lehrer Bernie Glassman hat sich nach seinem Schlaganfall vor über einem Jahr mit viel Entschlossenheit und unermüdlichem Training gut erholt. Er geht teilweise ohne Stock und kann seine rechte Hand wieder brauchen. Er spricht jeden Monat mit seinen Nachfolgern per Skype, der ehrliche, zutiefst menschliche Austausch mit ihm ist ein grosses Geschenk für uns. Zen ist Leben, das ganze Programm, Freude und Leid, Gesundheit und Krankheit, Leben und Tod. Praxis hilft uns dies anzunehmen und ja dazu zu sagen.

Bitte lest unten den Beitrag von Orsolina Bundi. Sie ist ein Mitglied des Zen Peacemaker Kreises in Bern und schreibt über ihre Praxis im Kreis und über ihre Meditationsgruppe. Den Bericht von Eve Marko hat Christa Spannbaauer übersetzt, für das Netzwerk Ethik Heute. Ich danke Christa ganz herzlich für die Erlaubnis, den Artikel in unserem Newsletter zu veröffentlichen und für all ihre wundervolle Arbeit.

Nun wünsche ich euch allen eine gute und frohe Frühlingszeit,

Barbara Wegmüller ■

Beitrag von Orsolina Bundi

**Die Kunst des Lebens zeigt sich darin
dankbar zu sein
und sich darüber zu freuen
was wir sehen können
und nicht darüber zu klagen
was im Dunkeln
und Ungewissen ist
Freuen wir uns
über das kleine Licht
das wir in uns tragen
das wir in Händen halten
und das wir in die Welt senden**

Henri Nouwen

Das Gedicht von einem Schriftsteller, das mich vor 17 Jahren im Herzen berührte, bewog mich unseren Dorfpfarrer zu fragen, ob es möglich wäre in unserer christlichen Dorfkirche eine «Stille Stunde» anzubieten. Einfach eine Stunde sitzen und still sein. Keine christliche Andacht, keine Gebetsstunde. Eine Stunde für interessierte Menschen, die gemeinsam still sein möchten und in sich hinein hören möchten. Nichts tun, da sein, zusammen still sein. Eine Stille Stunde für «Nichtchristen» und Christen in unserem Dorf.

Sollen wir die Einladung «Stille Stunde» nennen? Sollen wir die Einladung «Meditation» nennen? Was ist Meditation? Möchten wir zusammen forschen, fühlen, verstehen?

Möchten wir einander treffen und sehen, wie wir einen spirituellen Weg erleben? Möchten wir voneinander erfahren, wie wir im anderen Alltag unterwegs sind? Möchten wir voneinander die Motivation zum stillen Sitzen wissen? Möchten wir uns über den Frieden in der Welt austauschen? Möchten wir erfahren wie und wo unser soziales Engagement ist? Wozu wollen wir zusammen still sitzen?

Und ... Gibt es dafür interessierte Menschen im Dorf?

Es gibt sie. Die Gruppe ist vor 17 Jahren entstanden. Die Meisten sind noch heute dabei. Unser ältestes Mitglied legt sich gerne hin, damit das Meditieren mühelos sein kann. Decken und Kissen bringt jedes selber mit. Die meisten Teilnehmenden sitzen still und aufrecht. Der Atem fließt möglichst mühelos. Wenn jemand nicht kommen kann, dann braucht es keine Abmeldung. Die Abende sollen möglichst frei und unkompliziert sein.

Am Anfang vor 17 Jahren habe ich mich verpflichtet möglichst lückenlos anwesend zu sein. Dies ist bis zum heutigen Tag mit wenigen Ausnahmen gelungen. In diesem Sinne bin ich im Verlauf der Jahre Ansprechperson geblieben und habe jeweils die Jahresplanung auf Papier festgehalten. Das weiße beschriebene Blatt wurde zu einer Art «Neujahrskarte». Ein kleiner aufgeklebter goldener Stern neben einem Gedicht und den Daten war die Einladung für die «Stillen Stunden» ins weitere Jahr.

Meditieren im Alltag und unsere gemeinsamen Kreis-Treffen alle 3 Wochen sind ein Bedürfnis geworden. Einige sind aus dem Dorf weggezogen, andere sind anderen Interessen gefolgt. Fünf Freunde sind im Kreis seit dem Beginn der «Stillen Stunde» dabei.

Zur Zeit meditieren wir in einer Gruppe von zehn Interessierten. Das Verbindende und Wesentliche unseres Kreises ist das Zusammensein in der Meditation.

ZEN-Meditation, wie es Bernie Glassman lehrt, ist mir persönlich sehr wertvoll geworden.

Diese «offene, nicht dogmatische Struktur» fließt inzwischen in unsere Meditationsabende ein.

Von allen Mitgliedern der Gruppe wird diese einfache, klare Form geschätzt.

Inzwischen ist es so, dass ich mich im Einvernehmen der Gruppe für die Gestaltung der Abende verantworte.

Inzwischen bin ich eine ZEN-Peacemakerin geworden und lerne von Franziska und Barbara, meiner ZEN-Lehrerin, und ich lerne von unserer Gruppe der ZEN-Peacemaker, in der wir uns ca. alle 2 Monate einen Tag zum gemeinsamen Meditieren und Austausch im Kreisgespräch treffen.

Das eigene Lernen und meine Erfahrungen damit, bringe ich an den Meditationsabenden in kurzem Gespräch und einem Tee der Gruppe nahe. Bei den Treffen sprechen wir auch über Aktuelles, was die Kreismitglieder in ihrem Lebensalltag beschäftigt.

Vor der Meditation ist es uns ein Anliegen, für jene Menschen eine Widmung zu machen, denen wir unsere gemeinsame Meditationskraft schenken möchten. Nach der Meditation ist das Zusammensein beim Tee und Gespräch nicht allzu lange.

Das Still-sein ist für den Abend zentral. Wenn ein Thema mehr Aufmerksamkeit braucht, so nehmen wir es in unser eigenes tägliches Meditieren mit oder treffen uns im Dorf ausserhalb des Meditationsabends für ein weiteres Gespräch. Die Verantwortung, die ich in der Gruppe übernehme, zeigt sich in der einfachen Art, möglichst immer anwesend zu sein, den Raum herzurichten, die Kerze anzuzünden und einen ausgewählten Text zu lesen, der uns in die Meditation führt.

Den Klang der Klangschale schlägt bei den Treffen jedesmal ein anders Mitglied.

Jedes Einzelne von uns hat in den vergangenen Jahren nach eigenem Interesse Meditationskurse besucht. (Vipassana, christliche ZEN-Praxis, andere Meditationspraxis)

Wenn wir zusammen kommen ist der Ablauf jedoch immer noch ähnlich wie vor 17 Jahren und im Sinne des ZEN, wie es Bernie Glassman lehrt. Einfach. Ein Kerzenlicht, ein Text, ein Klang, Stillsitzen, gemeinsame Meditation. Wir sitzen still und aufrecht für 20 Minuten, dann gehen wir achtsam im Kreis. Dreimal wiederholen wir das

Sitzen von 20 Minuten und das achtsame Gehen. Die Hölzchen führen uns ins Gehen und später vom Gehen ins Sitzen. Der Klang führt uns ins stille Sitzen. Diese einfache Form hat sich für unsere Gruppe bewährt. Die einfache Form ermöglicht es, die «Meditations-Leitung» auch an andere Kreisteilnehmende zu übergeben und somit ein Fortbestehen der Gruppe zu gewährleisten. Ein gemeinsames stilles Da Sein. Und... die Meditationskraft in Dankbarkeit der Welt und uns schenken. Und mit den Worten einer Dichterin:

Nicht müde werden

**sondern dem Wunder
leise wie einem Vogel
die Hand hinhalten.**

Hilde Domin

Orsolina Bundi im Januar 2017 ■

Bericht von Eve Marko

MAKE AMERICA KIND AGAIN! - Eve Marko über die Sorgen der Latinos

Trumps Ankündigung, massenhaft illegale Einwanderer abzuschieben, hat unter den Latinos in den USA Angst ausgelöst. Die Amerikanerin Eve Marko berichtet von Netzwerken und Initiativen, die Menschen zu schützen, die schon so lange in den USA leben.

«Bei euch gibt es doch nur Kühe und Schafe», sagen Städter gerne, wenn sie in unsere ländliche Gegend im County Franklin kommen.

Ja, es stimmt schon: Menschen sind hier eher rar. Bis zum 21. Januar dieses Jahres hatte ich selbst keine Ahnung, wie viele von uns hier leben. Bis sich an diesem denkwürdigen Tag der landesweiten Frauenmärsche 3000 Frauen, Männer und Kinder in der kleinen Stadt Green-

ville versammelten, um gegen Trumps Ernennung zum Präsidenten zu demonstrieren. Gestern blickte ich erneut erstaunt in die Gesichter von mehr als 200 Leuten, die zur Versammlung



Eve Marko

der von Bernie Sanders gegründeten Bürgerinitiative «Continuing Political Revolution» zusammengekommen waren. Viele waren zum ersten Mal hier.

Sie waren empört und zutiefst beunruhigt von

den Dekreten, die Trump in den ersten Wochen seiner Amtszeit verfasst hatte. Besonders von seiner Ankündigung der massenhaften Abschiebung von illegalen Einwanderern. Denn auch in unserer kleinen Stadt leben viele Latinos. Die meisten flohen als Jugendliche aus Guatemala vor Hunger und Armut und leben nun schon seit zwanzig Jahren bei uns. Illegal. Ohne Pass. Nahezu unsichtbar.

Wer ohne Führerschein fährt, kann abgeschoben werden. Heute traf ich mich mit Miranda, die aus Guatemala stammt. Sie ist die wichtigste Kontaktperson der illegalen Latinos. Sie erzählte mir von der schrecklichen Angst, die nun in der Community umgeht. Täglich erhält sie viele Anrufe von Menschen, die fürchten, von ihren Familien getrennt und abgeschoben zu werden. «Mein zehnjähriger Sohn blickte mich gestern mit großen Augen an und fragte: «Mama, werden sie mir meine Freunde wegnehmen?», so Miranda. – «Wie können wir euch denn am besten helfen?», fragte ich.

«Was wir dringend brauchen sind Transportmöglichkeiten für die Schulkinder. Fast alle Latinos, die illegal hier sind, leben in der Stadt, weil sie dort arbeiten. Die Schulbusse sind aber nur für die Kinder vom Land. In den Städten fahren die Eltern daher ihre Kinder mit dem Auto zur Schule. Latinos haben aber keinen amerikani-

schen Führerschein. Und wenn sie ohne Führerschein aufgegriffen werden, droht ihnen nicht nur Gefängnis, sie müssen jetzt damit rechnen, abgeschoben zu werden und ihre Familien nie mehr wiederzusehen.»

«Würde die Polizei das denn tatsächlich tun?», wollte ich wissen. – «Die Polizei von Greenville wahrscheinlich nicht. Der Polizeichef kam kürzlich zu einem unserer Treffen und versicherte uns, dass er auf unserer Seite ist. Greenville ist eine «Sanctuary City», eine der Zufluchtsstädte für illegale Einwanderer. Er versprach uns, dass Polizisten auch in Zukunft niemanden auf der Straße anhalten werden, um nach der Aufenthaltsgenehmigung zu fragen, ganz gleich, was in Washington entschieden wird.

Wenn sie jedoch jemanden ohne Führerschein bei einer Verkehrskontrolle aufgreifen, müssten sie trotzdem handeln. Und welche Konsequenzen dies haben würde, kann momentan niemand absehen. Er riet uns dazu, Greenville auf keinen Fall zu verlassen. Denn außerhalb der Sanctuary Cities drohen uns Kontrollen, Razzien und Abschiebung. Seine Worte waren für uns sehr hilfreich. Doch beruhigt sind wir trotzdem nicht. Und vor allem unsere Kinder sind völlig verängstigt.»

Mehr als einmal unterbrach sie sich während unseres Gesprächs, blickte mich an und wiederholte fassungslos: «Wie konnte dies nur geschehen? Das hier ist doch Amerika!» Und dann erzählte sie von den Verstecken, die nun überall eingerichtet würden, um Menschen beim Untertauchen zu helfen. Auch auf unserer gestrigen Versammlung waren Netzwerke und Einsatzgruppen gebildet worden für den Fall, dass Razzien gegen Einwanderer durchgeführt würden. Schnell hatten sich Leute bereiterklärt, ihre Häuser als Unterschlupf bereitzustellen.

Ein katholischer Priester erklärte, dass seine Kirche den Verfolgten immer offen stehe und dass er dafür notfalls auch ins Gefängnis ginge.

Mit dem hiesigen Polizeichef habe er bereits

über die Rechtslage gesprochen und dieser hatte ihm gesagt: «Solange die Leute in ihrer Kirche Kirchenlieder singen, sind sie legal. Sobald sie aber mit dem Singen aufhören, sind sie illegal. Sorgen Sie also dafür, dass die Leute niemals aufhören zu singen»

Wenn das so ist, dann lasst uns von nun an gemeinsam singen! Und lasst uns einander beistehen und mutig füreinander eintreten!»

Eve Marko, aus dem Englischen übersetzt von Christa Spannbauer

Quelle:

Netzwerk Ethik Heute - Portal für achtsames Leben

Link: <https://ethik-heute.org/>



[Hinweise zu unseren Angeboten](#)

Bitte finden sie unsere Angebote zu Meditationen, Zen Kreisen und Retreats auf der Webseite www.peacemaker.ch

Zen Peacemaker Retreat

«Das grosse Mahl unseres Lebens»

im Seminarhaus Engl in Deutschland

9.10.-14.10. 2017

mit Barbara Salaam Wegmüller

Co Leitung, Piet Essens

GiGong, Bettina Hofer

Info & Anmeldung:

<http://www.seminarhaus-engl.de>

Zen Peacemakers Retreat in Auschwitz/ Polen

6.-11. November 2017

Info und Anmeldung:

<http://zenpeacemakers.org/2017-zen-peacemakers-auschwitz-birkenau-bearing-witness-retreat/>