

In diesem Newsletter:

Artikel:

- Mit einem Film das Menschliche pflegen

Berichte:

- Retreat in Sternenberg
- Ermächtigung Franziska Jinen
- Inject Humor – Wie man Dinge leichtnehmen kann – Retreat mit Moshe Cohen
- Eininji – das Leben im Zen Tempel in Rio

Infos:

- Angebote und Termine

Artikel



Jan Baumgartner (erster vorne, links) mit Team und Minensucher in Bosnien, 2018

Mit einem Film das Menschliche pflegen

Sabine Bartlewski

Welche Folgeerscheinungen gibt es auch noch zwanzig, dreißig Jahre nach einem Krieg? Überall sieht man Schilder mit Minenwarnung, aber du siehst niemanden da arbeiten, wer macht diese Arbeit? Wer kümmert sich darum, die verschollenen Menschen zu finden und ihnen ihre Identität zurückzugeben? Diese Fragen stellt sich der 32-Jährige Schweizer Filmemacher und Pflegefachmann Jan Baumgartner, der Bosnien als seine zweite Heimat ausgewählt hat. Er möchte diesen Prozess miterleben, diese Schritte nach dem Krieg, wie das Land

sich entwickelt oder nicht entwickelt. In den letzten sechzehn Jahren war er um die zwanzig Mal in Bosnien.

Der Bosnienkrieg von 1992 bis 1995 war der grausamste Krieg in Europa nach dem Zweiten Weltkrieg mit über 100.000 Toten. Auch geschah dort der einzige Völkermord in Europa nach 1945, als im Juli 1995 bis zu 8000 Knaben und Männer in der Stadt Srebrenica ermordet wurden. Bosnien-Herzegowina gilt als das am stärksten mit Minen kontaminierte Land in Europa. Um die 80.000 Landminen

sowie Kampfmittelrückstände sind immer noch eine Bedrohung, laut Schweizer Stiftung Welt ohne Minen (WoM). Das Thema Minenentschärfung, bzw die Menschen die diese Arbeit tun, sie waren die Protagonisten in **Talking Soil**, der erste Film von Jan Baumgartner über das Land. Nun ist er am zweiten Film, **Die DNA der Würde**, dieser handelt von den Forensikern, die mit ihrer Arbeit die Vergangenheit nicht anonym vergessen gehen lassen. Für Jan Baumgartner geht es um die Menschen, die Menschlichkeit, die Menschheit... viel mehr als um die Nationalitäten, Herkunft, Schuld, oder die Politik.

- Was verbindet deine zwei so unterschiedlichen Berufe?

- Beide Berufe erfordern sehr viel Menschenkenntnis, es geht immer darum, sich in den anderen hineinzuversetzen, ihn zu verstehen. Das ist in der Pflege genauso wie im Film, an beiden Orten muss man ständig neugierig sein, d.h., bei der Pflege muss ich neugierig sein, weil ich wissen muss, was verändert sich, wie verändert sich die Gesundheit, die Krankheit. Im Film darf ich neugierig sein, im Sinne, was machen die Menschen, was zeichnet sie aus, wie sehen sie die Welt. Dieser ständige Wandel und das Unwissen, ja die Ungewissheit was am nächsten Tag kommt, verbindet auch beides. Dann ist es auch so, dass ich mit der Pflege mein Geld verdiene, damit ich diese Projekte finanzieren und die Menschen dann im weiteren Sinne wahrnehmen kann mit ihren Ängsten und ihren Hoffnungen, egal ob sie meine Patienten oder meine Protagonisten sind.

Der Minenfilm *Talking Soil* hat Jan im Ganzen CH 40.000,- gekostet. Da der aktuelle Film ein Langfilm werden soll, wird dieses Projekt wohl geschätzte CHF 50.000,- bis CHF 60.000,- verschlingen. In der aktuellen Produktion *DNA der Würde* geht es um die Forensiker, die Wissenschaftler, die archäologische Feldarbeit und Hightech Laborarbeit entwickeln, um den gefundenen Knochen wieder eine Identität zurückzugeben, eine Geschichte, eine Familie und einen Grabstein. Aus Leidenschaft bis jetzt selbstfinanziert. Aber noch hat er Hoffnung, eine Förderung für die Postproduktion des Films zu kriegen, denn das ist v.a. der "teure Teil" des Films, wo Monate lang Schnitt, Sound design und Mischung, Farbkorrektur, Grafikarbeiten gemacht werden und noch die Festivaleinsendegebühren dazu kommen - der Plan ist eine Premiere am Sarajevo Filmfestival im August 2021, wenn alles gut klappt.

- Wie entsteht in dir der Film über ein Thema?

- Die meisten Themen die mich beschäftigen sind Themen die ich aufgegriffen habe durch persönliche Reiseerlebnisse, wo ich vorerst gereist bin

und in Berührung gekommen bin. Beim Minen-Film war es so, dass ich einmal einen Minenentschärfer in Kosovo getroffen habe, der mir von seiner Arbeit erzählt hat; das war vor mehr als zehn Jahren. Bei der Thematik mit den Forensikern war es so, dass ich in der Waldorfschule eine Abschlussarbeit über den Genozid in Srebrenica gemacht habe. Im Moment sind es Themen, die viel mit Krieg zu tun haben, weil ich es wichtig finde, über die Folgeerscheinungen zu sprechen. Das eine ist, dass ich mir Themen aussuche, die mich interessieren und wo ich persönlich viel lerne und darüber nachdenke. Das andere ist, dass man die Leute in den Fokus rückt, sie ein bisschen aus dem Schatten nimmt und über ihre Arbeit und ihr Tun mehr erfährt und weiß, weil sie etwas sehr starkes in der Gesellschaft leisten und dabei wenig Beachtung dafür finden.

- Wie wichtig ist deine Identifizierung mit den Protagonisten?

- In erster Linie habe ich eine starke Bewunderung für das, was sie tun, wo ich mich eigentlich sehr stark mit ihnen identifiziere. Ich investiere immer sehr viel Zeit, um die Menschen kennen zu lernen und so, dass auch sie mich kennen lernen. Eine Vertrauensbasis zu schaffen dauert oft Wochen, Monate, mit Begegnungen, die teilweise nur dazu da sind, um sich kennen zu lernen, ohne sonst irgendwie Profit zu suchen, sondern nur, um wirklich Zeit zusammen zu verbringen, einander vertrauen zu lernen, zu verstehen, wie man funktioniert. Der Protagonist muss merken, dass ich diese Informationen, die teilweise sehr intim und persönlich sind, nicht ausnütze. Daraus kann auch eine Freundschaft entstehen, die danach oft noch weiter gepflegt wird, und das ist mir auch wichtig. Bei den Minensuchern ist diese Freundschaft teilweise so eng geworden, dass es von ihrer Seite dann so ausgesehen hat, „dann hilfst du mir auch finanziell, weil es mir im Moment nicht so gut geht“, was ich dann natürlich ganz klar ablehnen muss. Also, es können plötzlich Erwartungen entstehen, wo man sich auch ganz klar distanzieren muss.

- Wie ist die Dynamik zwischen der einfühlsamen Nähe und der respektvollen Distanz zu den Protagonisten?

- Ich denke, Mitgefühl ist sehr wichtig für mich, denn das sind ja vor allem Leute, die mich faszinieren als Person, oder durch ihre Arbeit, durch ihre Lebensgeschichten. Doch gibt es eine Gratwanderung, wo ich mir immer wieder bewusst sein muss, ok, ich habe aber auch meine Haltung, ich muss da eine gewisse Distanz halten und wahrnehmen, weil ich im Endeffekt immer noch der Beobachter bin. Trotzdem verbringe ich oft mehr Zeit mit ihnen als mit Familie und mit Freunden, und deswegen ist man da schon sehr nahe.... Was ich mache ist, dass ich vor dem Interview mit den Leuten spreche und frage, ob es Dinge gibt, die für sie Tabu sind oder nicht. Und das entgegenkommende Vertrauen gibt mir eine riesen Informationsflut im idealen Fall. Oder ich erfahre sehr Persönliches, was dann wieder eine riesen Verantwortung für mich ist, wenn es um den Schnitt geht. Da geht es darum, wie zeige ich den Protagonisten, wie stelle ich ihn dar, welche Informationen, welche Interviews zeige ich von ihnen. Da habe ich eine riesen Macht und da muss ich mir bewusst sein, dass ich ihn nicht in das falsche Licht rücke oder nicht irgendwas verändere, das ihn als Mensch plötzlich anders darstellt. Ich muss ihn da schützen und sollte ihn nicht gefährden. Also, mit dem Film lenkt man auch, ich habe sozusagen eine gewisse Machtposition und kann das Ganze so ein bisschen lenken.

➤ Was bedeutet denn Identität, das Haupt-Thema in deinem neuen Film über die Forensiker?

- In Bezug auf unser aktuelles Projekt steckt Identität am Endeffekt in den Knochen, im besten Fall, wenn diese Probe mit einer Blutsprobe von Verwandten abgeglichen werden kann. Dieser Knochen hat noch ganz viele Informationen in sich, wenn man die DNA extrahiert, dann mit den Zellen endlich vordringt und zum Schluss irgendwie einen Strichcode hat, der im Computer verglichen werden kann mit Identitäten von Familienangehörigen. So nimmt der Mensch wieder ein Gesicht und eine Geschichte und wird wieder ein bisschen zum Leben erweckt. Bei der Arbeit der Forensiker bringt man sehr schnell die Identität mit einem Namen in Verbindung. Wenn ein Opfer gefunden wird, ist erst mal seine Identität auf einen Namen reduziert. Aber ich denke, Identität ist viel mehr, es ist, was uns als Menschen ausmacht. Identität ist einerseits die Kenntnis, wie wir uns als Menschen selber

wahrnehmen, was ist unsere Aufgabe, was sind unsere Rollen in der Gesellschaft; und andererseits ist Identität auch, wie die Gesellschaft einen sieht. Das ist ein Zusammenspiel, das sich ein Leben lang ändert. Letztendlich geht es darum, wer bin ich, was bin ich, was sind meine Anliegen, meine Rollen, meine Wünsche, das ist so ein ständiges Spurensuchen. Und oft ist es doch das Gegenteil, die Identität auf ein Stück Papier reduziert, sei es ein Pass, ein Ausweis, der sagen soll, wer bist du. Doch wenn jemand fragt, wer man ist und man den Ausweis zeigt, dann weiß dieses Gegenüber ja nichts von mir. Also, es ist eine schwierige Frage, was Identität ist, und auf eine Art ist es auch die zentrale Frage des Films.

➤ Warum machst du Filme?

- Ja, das frage ich mich manchmal auch, wenn ich den ganzen Aufwand sehe...Ich habe eben früher viel fotografiert und wollte in die Richtung Kriegsjournalist, das war lange der Plan. Habe aber dann gemerkt, dass Viele bei ihrer Tätigkeit sterben, und Andere kämpfen in ihrem täglichen Leben nach den gemachten Erfahrungen sehr mit sich selbst. So habe ich gedacht, vielleicht gibt es noch eine andere Variante, über diese Themen zu sprechen, und da fand ich, mit Filmen kann man vielleicht noch etwas mehr bewegen als mit Fotografie. Du hast mehr Ebenen, du kannst die Sprache dazu nehmen, du hast das bewegte Bild. Und du kannst dich bei Dokumentarfilmen sehr intensiv mit gewissen Themen auseinandersetzen.



Lucas und Jan bei der Dreharbeit

➤ Was willst du mit deinen Filmen bei den Zuschauern erreichen?

- Es ist eine Illusion, wenn du denkst, mit dem Film ändert irgendwas, die Gesellschaft ändert sich oder die Leute kriegen weiß nicht was mit

durch den Film. Aber ich glaube, es gibt immer wieder einzelne Personen, die für sich persönlich etwas gewinnen können; und das ist es, was der Filmmacher sich erhofft, dass es ein paar wenige gibt, die für sich etwas mitnehmen können. Und ich glaube, irgendwas bleibt doch hängen, ob sie den Film gut oder schlecht finden, irgendeine Verbindung ist da. Für mich ist es das Ziel, dass der Protagonist sehr spürbar ist, also dass der Zuschauer dem Protagonisten sehr nahekommt; denn umso mehr er sich mit dem Schicksal des Protagonisten identifizieren kann, desto mehr berührt es ihn und desto mehr nimmt er auch etwas mit vom Film.

Wenn die Zuschauer ins Kino gehen und das Endergebnis auf der Leinwand sehen, um vielleicht etwas für ihr Leben mitzunehmen, wissen sie oft gar nicht,

wieviel Arbeit dahintersteckt, wie viele Menschen sich dem Projekt leidenschaftlich widmen, wie hier. Die *DNA der Würde*, ein Film von Jan Baumgartner, Lukas Nicolaus (Kamera), Daniel Asadi Faezi (Projektberater) und voraussichtlich Philip Hutter (Sound design und Mix), dann noch ein Grafiker, Übersetzer, Untertitel und die ganze Technik, Equipment, Studio, Schnitt... Und natürlich alle Protagonisten, die ihre Geschichte mit der Öffentlichkeit teilen, damit die Menschheit vielleicht ein wenig daraus lernen kann. Wer sich angesprochen fühlt und auch nur mit einer kleinen Summe für die Realisierung dieses Films beitragen möchte, kann sich mit Jan Baumgartner direkt in Verbindung setzen:

E-Mail: Jan-13@gmx.ch ■

Berichte

Wie man Dinge leichtnehmen kann – Workshop Heiliger Bimbam



Spielen beim Clown Workshop

Inject humor! Let your voice come out! Play with this feeling! Do it with lightness! Look for connection! Mit leicht ausgesprochenen oder gar getanzten Anweisungen erreichte Moshe Cohen in uns tiefste Befindlichkeiten, lockerte Hemmungen oder Ängste und ließ uns einfach damit spielen. Nicht jeder ist dafür vorbereitet, aber selbst das braucht nicht so ernst genommen zu werden, schließlich ist das Leben voller Überraschungen, die wir mit mehr Humor leichter akzeptieren können. Auch hier ging es um Loslassen, um das Lösen von allem was fest sitzt und mit Körpersprache sich selbst zum Ausdruck kommen zu lassen. Tolle Übung!

Wir waren achtzehn Teilnehmer(innen) am Workshop Heiliger BimBam vom 17. Bis 19.5.2019, der in Bern an der Tai Chi Schule Harmonische Drachen stattgefunden hat. Es war die Gelegenheit ein paar Werkzeuge zu lernen, die uns helfen, wie Bernie Glassman es tat, einfach die rote Nase aufzusetzen (oder auch dem Gegenüber!) und das Ganze nicht

zu ernst zu nehmen, sei es was es ist, den „heiligen Schabernack“ in uns zu erwecken.

Moshe Cohen, der Bernie Glassman viele Jahre gelehrt und begleitet hat, reist in der Welt herum und verbreitet die Clown Kunst an Alle, weil Humor für jeden Menschen ein wertvolles Werkzeug ist. Er bekam zu seiner Ehre ein Rakusu, von Roshis Barbara Salaam und Roland Yakushi selbst genäht und wurde im Zen Haus am 18.5 zum „Closchi“ Guru des feinen Humors der Zen Peacemakers ermächtigt. Mit langer Vorplanung wurde schon der nächste Workshop in Bern mit dem Künstler festgelegt, es wird vom 5. bis 7. Juni 2020 stattfinden. Deshalb, wer diesen gerade verpasst hat oder noch Zeit zum lockern braucht, auf geht's, los - inject Humor und meldet euch an! ■



Moshe Cohen im Harmonischen Drachen Mai 2019

Ein Retreat in Stille zur Ermächtigung einer Gelübdelehrerin – „Preceptor“



Sternenberg, April 2019



Eve Marko ermächtigt Franziska Jinen in Sernenberg

“Die Tage in Sternenberg habe ich ganz intensiv erlebt und so sind sie immer noch ganz nahe bei mir und das ist schön.“ Diese Aussage einer Teilnehmerin auf einer Postkarte könnte bestimmt aus jedem Herzen der vielen Frauen die beim Retreat waren stammen. Das Retreat „Mit den Gelübden unterwegs - Spiritualität leben in einer säkularen Welt“ wurde von Roshi Eve Myonen Marko geleitet und fand vom 3. bis 7 April 2019 im Züricher Oberland statt, in Sternenberg. Fünfzehn Frauen und ein tapferer Mann - die säkulare Welt scheint wirklich den Frauen zugeordnet zu sein, damit wird Roshi Roland Yakushi wohl auch einverstanden sein.

Die Herzlichkeit hat sich in allem gezeigt: in der Organisation, in dem guten Essen, in der prachtvollen Landschaft, in der Vielfältigkeit des Wetters, in der Achtsamkeit des frühen Rundgangs von Rose und Franziska durch die Räumlichkeiten, um alle Buddhas zu ehren und mit schönen Rezitationen die Kerzen zu zünden. Auch liebevoll klingelte uns morgens pünktlich um 6:00 die Glocke aus dem Bett, und engagierte Jikidos hielten ständig Form und Leere des Zendo für alle warm. Die Anstrengung des täglichen langen Sitzens wurde durch die Hingabe von allen aufgelöst und das Sitzen wurde leicht. Das offene Herz von Roshi Eve hat eine Jede dazu eingeladen, sich ebenfalls zu enthüllen, und zusammen bündelten wir eine sagenhafte Energie, ja eine weibliche Energie, ohne Zweifel. Der sichere Dharma Container ließ auch den Tränen zum Ausdruck aller Emotionen wie Liebe, Trauer und Freude freie Bahn.

Die Kreisgespräche im offenen Austausch ergänzten täglich die schriftliche Übung des Morgens über ein bestimmtes Thema rund um die Gelübde und machten sie sehr lebensnah. Höhepunkt der Schreibübung war die Aufgabe, das Gedicht von Shitou

Xiqian, „Song of the Grass Roof Hermitage“ (Gesang der Grasdach-Einsiedelei) aus eigener Perspektive umzuschreiben. Am Abend vollendete Roshi Eve das Thema im Dharma Talk, was so über drei verschiedene Ebenen in uns eindringen konnte. Die persönlichen Knoten dazu konnten im Dokusan privat mit der Zen Meisterin aufgelockert werden. Sonst herrschte Stille, achtsame Stille, verbindende Stille, respektvolle Stille, das Üben einer Stille, die alles aufnimmt, wie es ist. Alles war eine achtsame und ehrenvolle Vorbereitung für die Ermächtigung von Franziska Jinen als Lehrerin der Gelübde, ein Schritt in ihrem Leben, um dem Leben aller Lebewesen Güte zu schenken.

Eine schöne Zeremonie am letzten Tag des Retreats, wurde Schritt für Schritt für alle erklärt, um die Symbolik verständlich zu machen. Mit dem Mantel von Buddha Vairocana gab Roshi Eve Marko an Franziska Jinen die Gelübde ab. Vairocana Buddha stellt den Mittelpunkt des Mandalas dar, die formlose Mitte, die ermöglicht, dass alles entsteht. Franziska erhielt von Roshi Roland Yakushi ermunternde Hinweise zur Bedeutung dieses Weges - eine Rolle der älteren anwesenden Preceptors. So wie er, Roshi Eve und Roshi Barbara Salaam, ist nun auch Franziska Jinen eine der Gelübde Lehrerinnen, die auf dem von Bernie Glassman gegründeten Pfad für Gelübdelehrer – Preceptors, ausgebildet wurde. Sie schrieb alle Namen der Blutlinie seit Shakyamuni Buddha auf eine Seidenrolle, auf der nun auch ihr Name steht, und sie erhielt ein neues gold-gelbes Rakusu, mit dem sie ab nun Jukai (Zeremonie der Bodhisattva-Gelübde) geben kann und Menschen auf dem Weg der Gelübde begleiten darf. Die Zen Peacemakers gewinnen somit in der Schweiz noch einen wichtigen Stützpunkt, um Menschen zu dienen. ■

Gerne folge ich der Einladung, etwas über mich zu erzählen.



Franziska Jinen

Das Retreat in Sternenbergr mit meiner Zen-Lehrerin Roshi Eve Myonen Marko vom 3. bis 7. April 2019 war für mich eine tiefgreifende Erfahrung und der Höhepunkt eines Studienzyklus, der dem Retreat vorangegangen war. So hatte ich Anfang 2018 mit einer Gruppe von sieben Personen in St. Gallen begonnen, die Grundsätze (Gelübde) der Zen Peacemakers zu studieren. Jeden Monat hatten wir einem Grundsatz gewidmet, mit dem wir in unserem Alltag unterwegs waren, unterstützt durch Texte verschiedener Zen Meister*innen und einer Einführung durch mich. In den anschliessenden Treffen haben wir uns in Kreisgesprächen über unser Erleben ausgetauscht. Nach Abschluss dieses einjährigen Zyklus kam Roshi Eve Marko im April 2019 in die Schweiz, um mich im Rahmen des Retreats in Sternenbergr als Gelübde-Lehrerin (Preceptor) zu ermächtigen; das bedeutet, die Gelübde auf Menschen zu übertragen, die in einer öffentlichen Zeremonie bekräftigen, dass sie sich in ihrer inneren Haltung und äusseren Lebensgestaltung nach den buddhistischen Gelübden der Zen Peacemakers ausrichten wollen (Jukai = Gelübde empfangen, Zuflucht nehmen). Diese Preceptor-Zeremonie bildete den Abschluss des Retreats, das ebenfalls den Zen Peacemaker Gelübden gewidmet war und den Namen trug „Mit den Gelübden unterwegs – Spiritualität leben in einer säkularen Welt.“ Da ich das Retreat organisierte und auch täglich meine persönlichen Vorbereitungen für die Preceptor-Zeremonie machte, war es für mich eine sehr bewegte Zeit. Die mitfühlende Unterstützung, die Stille und die Achtsamkeit, mit der alle Teilnehmenden präsent waren, sowie die liebevolle spirituelle Leitung durch Roshi Eve waren eine strömende Quelle der Nahrung für Herz und Geist.

Spiritualität leben in einer säkularen Welt: Dieses Thema ist für mich ein tiefes Herzensanliegen: Was bedeutet Spiritualität für mich? Wie kann ich der Spiritualität in meinem ganz gewöhnlichen Alltag nachspüren, meiner inneren Verbindung mit dem, was weit grösser ist als ich selbst, und wie kann ich ihr Ausdruck verleihen? Was ist dieses „Grössere“? Gott? Einheit? Leere? Bereits in meiner

Gymnasialzeit in St. Gallen hatte ich damit begonnen, mich aktiv mit diesen Fragen auseinanderzusetzen. Dann folgte eine intensive Lebensphase mit Studium, Familiengründung – inzwischen bin ich Grossmutter! – und Beruf in Bern. Im Jahr 1991, einer Zeit der persönlichen Krise, lernte ich den spirituellen Lehrer und Heiler Hiroshi Nozaki ken-nen. Bis zu seinem Tod im Jahr 2006 war ich mit ihm in tiefer Freundschaft verbunden, und ich organisierte für ihn während vieler Jahre Meditationsangebote in Bern. Diese führte ich nach seinem Tod weiter. Zur Zen-Praxis fand ich erstmals 1999 im Lassalle-Haus (Edlibach/CH), und im Jahr 2004 begann ich mit formellen Zen-Studien bei Roshi Pia Gyger († 2014). In Ergänzung dazu beteiligte ich mich ab 2007 an den Kreis-Zen Gruppen, die Barbara und Roland Wegmüller (heute beide Roshis) in Bern gegründet und geleitet hatten, sowie an Retreats mit den Roshis Bernie Glassman († 2018) und Eve Marko (Mass./USA). Nach dem Rücktritt von Roshi Pia Gyger hatte ich das Glück, meine formellen Zen-Studien ab 2012 mit Roshi Eve Marko weiterführen zu können. Sie erteilte mir im Jahr 2017 einen „Lehrauftrag“, indem sie mich als Dharma-Halterin der Zen-Linie ermächtigte.

Nachdem ich bereits einige Jahre als Richterin am Bundesverwaltungsgericht in Bern gearbeitet hatte, wurde im Jahr 2012 das gesamte Gericht aufgrund eines Parlamentsbeschlusses von Bern in meine Heimatstadt St. Gallen versetzt. So kam es, dass auch ich mich wieder in St. Gallen ansiedelte und hier ein Zendo für meine Meditationsangebote einrichtete. Mit den Jahren wurde mein Wunsch immer stärker, mich noch intensiver und aktiver den Zen-Studien und -Lehren sowie weiterem sozialem Engagement widmen zu können. Schliesslich beschloss ich, auf Ende 2018, mit 62 Jahren, als Richterin zurückzutreten. Dies eröffnete mir die Gelegenheit, im ersten Quartal 2019 Studientage mit Roshi Eve in Massachusetts zu verbringen und am Gedenk Anlass für ihren verstorbenen Ehemann Roshi Bernie Glassman in Yonkers/New York teilzunehmen. Anschliessend weilte ich für einen Monat im Zen Center Los Angeles (ZCLA). Das ZCLA ist das Gründungszentrum der White Plum Zen-Linie, zu der die Zen Peacemaker-Linie gehört, und das anhin von den Roshis Taizan Maezumi, Bernie Glassman und Egyoku Nakao geleitet wurde. Roshi Egyoku ermöglichte mir in grosszügiger Weise, am Gemeinschaftsleben des ZCLA teilzunehmen und in die beeindruckende Organisation des Zentrums Einblick zu nehmen.

Nun wieder in St. Gallen, freue ich mich, mit grösserer Freiheit meine Angebote an Zen-Meditationen und Kreisen ausbauen und Menschen auf ihrem spirituellen Weg begleiten zu dürfen.

In Gassho und grosser Dankbarkeit,
Franziska Jinen Schneider ■

Zwischen Nirvana und Samsara in einem Zen Kloster an der Copacabana

Acht Monate wohnte und erlebte ich den Alltag im Zen Kloster Eininji – Templo do Cuidado Amoroso Eterno (Tempel der ewig liebevollen Achtsamkeit) Hier erzähle ich im Rückblick. – Sabine Bartlewski



Eininji Tempel



Es herrscht für ein paar Minuten Stille während ich mit einem Lappen die Spüle trockne, so dass auch kein einziger Wasserfleck zu sehen ist, damit sie so glänzt wie ein Spiegel, so klar wie mein Geist in diesem Moment sein sollte. Übung. Jede Geste im Zen Kloster Eininji war die Gelegenheit zur Übung. Egal ob die laute Musik der Nachbarschaft gleich wieder loslegt und die ganze Nacht durchhält, den Rhythmus einzuhalten ist Disziplin und nun ist Zeit zum Schlafen, letzter Akt, saubere Spüle für den nächsten Tag.

Am Morgen schlägt um 06:45 Uhr der hölzerne Han, zweimal mittel, einmal schwach, einmal stark. Dann sekundenzählend mit genauen Pausen und Stärken, ruft der Holz Gong die Leute zur Morgenmeditation. Wir sind vier Resident-Schüler die im Kloster wohnen und unser Leiter Eido Soho Sensei wohnt in der Nähe und kommt ein paar Minuten vor Beginn um 7:00 Uhr. Manchmal aber tönen die Schüsse der Polizei gegen die Drogendealer viel lauter und noch vor dem Han. Oft treffen Querschüsse Unschuldige des Armenviertels, während der Gong unser Herz treffen soll. Es kommen eventuell noch andere Leute, deshalb muss um 6:30 Uhr das Tor geöffnet werden, wenn da gerade Frieden herrscht. Vor dem Haus muss der Müll früh entfernt sein, auch wenn auf der anderen Straßenseite sich der Müll von der ganzen Nachbarschaft häuft und häuft. Auch der Eingang des alten Hauses, heute Kloster, muss um die Uhrzeit bereits gefegt sein.

Die Aufgaben werden wochenweise aufgeteilt. Wir sitzen 30 Minuten und dann rezitieren wir das Herz-sutra mit einer kurzen Morgenzeremonie, in der

jeder eine Funktion hat und alle Rollen üben kann. Jikido, Akolyth, Densho, Doan, Gesang, Trommel, Zeremonie Leiter. Danach gehen alle in die Küche, wo kurz für den Buddha, Schützer des Dharma rezitiert wird, mit der Bitte, dass Harmonie innerhalb und außerhalb der Sangha herrscht und die Erinnerung, dass unsere Arbeit frei vom Ego und ohne jede Erwartung von Resultaten durchgeführt wird. Damit den Tag zu beginnen hat einen großen Einfluss auf den Tagesablauf, wo auch immer, und beeinflusst die Einstellung gegenüber den Herausforderungen die über den Tag auf uns zukommen. Es hilft, das Nicht-Wissen zu akzeptieren, flexibel Dinge so anzunehmen wie sie sind und einfach zu handeln ohne sich vorher von irgendetwas überzeugen zu müssen. Es hilft auch, in sich selbst die Harmonie zu suchen und zu halten, besonders wenn alles um einen herum so scheint als könnte es das Ende der Welt sein.

Während einige in der Küche das Frühstück vorbereiten, gehen die anderen die Soji Arbeit im Zendo machen, alles in Stille, in handelnder Meditation. Da haben wir die Gelegenheit die Dinge nicht nach unseren Urteilen zu tun, sondern so wie sie gezeigt wurden und können uns in diesem Tun und im nicht-Wissen mit allen Dingen vereinen: mit dem Besen, dem Staubsauger, dem Lappen, dem Staub, oder mit dem Wischen der sauberen Fläche Eins-Sein. Vor dem Betreten des Zendos werden jedes Mal die Hausschuhe - in Rio sind es Flip-Flops - sorgfältig in das Regal getan. Ja, auch wenn man gerade nur kurz ein Schritt herein geht um den Besen zu holen, schließlich kann man den Besen nicht holen

ohne einzutreten und kann nicht reingehen, wenn man die Schuhe nicht auszieht und kann die Schuhe nicht ausziehen ohne sie sorgfältig an ihren Platz zu tun. So sind der Weg und die Übung. Alles ist eine und dieselbe Handlung. „Unsere Meinung über die Dinge stört uns die Dinge so zu sehen, wie sie sind“, lernte ich von Sensei Alcio Eido Soho. Außer den Dharma Talks ist er auch verantwortlich für die Kurse in Eininji und bildet Meditationsleiter aus, Dharma Lehrer und Sterbebegleiter. Neben seiner Leitungsfunktion als Mönch im Tempel ist er auch Psychiater und hat eine Praxis. Eininji ist ein freies Kloster der Mahayana Zen Buddhismus in der Soto Shu Linie, aber nicht als offizielles Mitglied, sondern unabhängig. Es wird Jukai angeboten und jeder ist frei die Bodhisatva Gelübde abzulegen oder auch nicht.

Es gibt kein richtig und kein falsch machen, es gibt die Weise wie es in Eininji oder wie es woanders gemacht wird. Die Weise etwas zu tun soll dazu dienen, dass man aufhört dauernd sich von den Warum-Fragen aufhalten zu lassen. Einfach handeln und sein Ego überwinden. Schließlich ist Eininji ein Ort zum Üben, die Welt außerhalb gibt dem Ego Raum genug, ja, sogar zu viel. Jeder Resident Schüler hat seine Funktion, jede Rolle hat genaue Vorschriften, jede Vorschrift hat genaue Angaben, die in den sorgfältig erarbeiteten Anweisungsheften nachgesehen werden können. Man kann nachschauen wie jedes Instrument gespielt wird, wie jeder Raum geputzt werden soll, was täglich gemacht werden muss, was wöchentlich, was monatlich und was jährlich zu tun ist in jeder Ecke. Jedes Objekt wohnt an einem bestimmten Platz im Haus und jedes Tun ist erst vollendet, wenn das gebrauchte Objekt wieder zu Hause ist. Das kann rigid klingen, dennoch ist die achtsame Pflege des Tempels dynamisch und in ständiger Entwicklung und Änderung. Und dennoch füllt erstaunlicherweise die Stille der Praxis den Sangha Raum mit der Singularität eines Jeden. Es ist wie ein Tanz, wo jeder wichtig ist um die Choreographie des Ganzen zum Ausdruck zu bringen. Alles geschieht in Stille, besonders in der Woche nach dem Fusatsu, da gilt es nur die funktionelle Kommunikation zu halten, was viel schwieriger ist als das absolute Schweigen, muss man doch in sich selbst urteilen was wirklich gesagt werden muss und wann man schweigen kann. Eine verbindende Stille.

Toiletten putzen ist genauso wichtig wie den Altar zu reinigen, genauso wichtig wie kochen, genauso wichtig wie sitzen oder die Tiere pflegen. Zazen ist Achtsamkeit - wie soll man ein achtsamer Mensch sein und große achtsame Handlungen vorhaben, oder über Achtsamkeit reden, wenn man den Stuhl nicht achtsam rücken kann oder sein eigenes Zimmer nicht sauber halten kann, oder sein Bett nach dem Aufstehen nicht richtet? Wie sollen wir mit

Mitgefühl in der Welt handeln, während wir mit Nachbarn, Partnern, Kollegen, Mitbewohnern oder Familie keine Geduld haben, nicht zuhören und unachtsam mit ihnen umgehen? Deshalb brauchen wir das Üben und deshalb wird Eininji als Ort für die Praxis gepflegt. Die Sangha ist ein Container indem alle Teilnehmer die Form halten und gestalten, die in sich die Leere zum Ausdruck kommen lässt. Damit das so funktioniert, werden Rituale und Zeremonien wie ein Tanz zusammen durchgeführt und jede Geste hat seinen Sinn. Und wenn es keinen Sinn hat, ist der Sinn einfach die Achtsamkeit in dem Moment. Es ist nicht immer leicht die Konzentration und Disziplin zu halten, wenn dauernd das Geschrei von Straßenverkäufern, Hupen, Bus Bremsen und Getümmel unser Hirn wie ein Kiosako schlägt. Die Stille muss von innen kommen...



Han Klang ruft zum Zazen

Warum gehen wir mit dem linken Fuß zuerst in den Zendo? Da kann man sagen, weil es die Seite des Herzens ist, oder einfach, damit wir aufpassen und achtsam reingehen und nicht irgendwie. Auch deshalb gehen wir dann mit dem rechten Fuß raus, achtsam. Wenn die Anfänger nicht wissen wie es läuft, das ist gar nicht schlimm, sie dürfen immer dazu kommen, obwohl es extra Tage für Anfänger gibt, an denen alles erklärt wird und jede Frage gestellt werden kann. An den anderen Tagen können sie einfach nachahmen, schauen wie die anderen es machen und gleich machen. Das übt sehr die Achtsamkeit, das Nachahmen! Und fängt nicht jedes Lernen mit dem Nachmachen an? Was dann aus dem Gelernten und aus der im Körper aufgenommenen Übung ein Jeder in seinem Leben macht, das steht ihm selber vor. Unser Ego bringt uns nach Eininji in den Zendo und setzt uns auf das Kissen. Beim Rausgehen lassen wir unseren veränderten Geist unser Leben verändern oder auch nicht. Und wenn unser Leben sich verändert, verändert sich auch ein kleines bisschen die Welt. Eininji, das zwischen der touristischen Copacabana und der Favela liegt, wird uns immer an Form und Leere, an Leben und Tod, an

Samsara und Nirvana erinnern und an wie das alles Eins ist mit uns... das mag nicht immer so gut klappen, aber genau deshalb sollten wir immer üben, denn wichtig ist nicht unbedingt was wir dadurch erreichen, sondern die Absicht die uns bewegt. „Zen ist kein leichter Weg, auch nicht der richtige, du

musst einfach schauen, ob es für dich funktioniert und wenn nicht, dann suche das was für dich funktioniert, was aus dir einen besseren Menschen macht“, so hören wir oft und immer wieder im Dharma Talk.



Alcio Braz Eido Soho
Barbara Salaam
Sabine Bartlewski

Am 25.5. 2019 war Alcio Eido Soho Sensei im Zen Haus zu Besuch und wir haben den Film „Being There“ von Thomas Lüchinger mit der Spiegel Sangha und Zen Kreis Bern gemeinsam gesehen und besprochen. Bei der Gelegenheit wurde für den Tempel Eininji gespendet, wofür die Sangha in Rio sich sehr bedankt. ■

Einmal fragt ein Mönch den Zen Meister Joshu:
Bitte zeige mir den Weg!
Joshu fragte: Hast du Deinen Reis schon gegessen?
Ja, den habe ich schon gegessen.
Joshu: Dann geh und wasch Deine Schale!

Infos

Veranstaltungen 2019

Bitte finden sie wiederkehrende Angebote der Peacemaker Sanghas auf den Webseiten:

www.peacemaker.ch

<https://www.peacemaker.ch/angebot/>

■ **ZPO TAGE DER BESINNUNG 2019 (Praxistag für alle offen. Zazen und Kreisgespräch)**
Im Zen Haus - jeweils von 9.30 - 14.00 – nächste Termine: 24. Juli, 28. Oktober, 30. November
Anmeldung telefonisch oder per E-Mail (031 972 24 29) <http://www.peacemaker.ch/kontakt/>
Auch Neugierige sind herzlich eingeladen. Im Zen Haus an der Zumbachstr. 28A im Spiegel, Bern.
Bitte bringt etwas vegetarisches zum Essen und Teilen am Mittagsbuffet mit.

■ **Praxistag Prajnaparamita mit Annalis Prendina am 6. Juli 2019 (Anmeldung noch möglich)**
Praxis der „Grossen Mutter“ aus dem Thibetischen Buddhismus
Im Zen Haus - Zen Peacemakers
Zumbachstrasse 28
CH 3095 Spiegel bei Bern
Anmeldung und Infos :
<https://www.peacemaker.ch>

■ **Strassenretreat in Bremen 8.-11. August 2019 (ausgebucht!)**

■ **Zen Peacemaker Retreat im Seminarhaus Engl 7.-12. Oktober (Anmeldung noch möglich)**
Mit Roshi Barbara Salaam Wegmüller
Anmeldung und Info: <http://www.seminarhaus-engl.de/>

■ **Zeugnisablege Retreat in Auschwitz/Polen 4.-9. November 2019 (Anmeldung noch möglich)**
Anmeldung und Info:
<https://zenpeacemakers.org/programs/auschwitz-birkenau-bearing-witness-retreat/>

Sanghas, ZPO Angebote

Spiegel-Sangha

Zumbachstr. 28, 3095 Spiegel b. Bern – Kontakt: Barbara Salaam Wegmüller, Telefon 031 972 24 29 – immer Donnerstag, 20.00 h – ausserdem gibt es zZ im Zendo zwei mal täglich eine halbe Stunde Zazen Übung, (stilles Sitzen), morgens um 7:30 und abends um 20:00 Uhr. Jeder kann kommen, aber bitte vorher kurz Bescheid geben
<https://www.peacemaker.ch>

Aaren Zendo, Bern

Am Läuferplatz 6, 3011 Bern – Kontakt: Roland Yakushi Wegmüller, Telefon 031 972 24 29 – Montag, Mittwoch morgens 7.30 - 8.00 h und Donnerstag, 12.45 - 13.45 h

Meditation in Bern

Kramgasse 68 –Yoga-Raum Ruth Walker, Kontakt: Lilo Spahr, Telefon 079 711 96 94 – mittwochs, 20.30 – 22.00 Uhr, vierzehntäglich - nächste Termine nachfragen. lilo.spahr@lorraine.ch

Kreis-Zen Gruppe Bern

Läuferplatz 6, 3011 Bern; ca. alle 6 Wochen samstags 10:00-18:00h. Kontakt: Franziska Jinen Schneider, franziska@zenpeacemakers.org, Tel. 031 961 27 01

Reflexion über die Drei Grundsätze und die Drei Kostbarkeiten, Hirtenstrasse 6, 9008 St. Gallen; von Juni bis Dezember 2019, jeweils 1 Freitagabend pro Monat. Kontakt: Franziska Jinen Schneider, franziska@zenpeacemakers.org, Tel. 031 961 27 01

Meditation in St. Gallen

Hirtenstr. 6, 9008 St. Gallen; Montag, 19:30h bis 20:30h, am letzten Montag des Monats jeweils mit Dharma-Talk bis 21:00h. Kontakt: Franziska Jinen Schneider, franziska@zenpeacemakers.org, Tel. 031 961 27 01

Meditation in Aarau

Sarva – Schule für Yoga und Zen, Adelbändli 2, 5000 Aarau – Kontakt: Sara Kokyo Wildi, Telefon 062 823 55 70. Wöchentlich: Dienstag bis Donnerstag, vierzehntäglich auch Freitag und Samstag, diverse Anfangszeiten. (www.sarva.ch)

Meditation in Zürich

Via Zen Zürich, Hardeggstrasse 15, 8049 Zürich – Kontakt: Jorge Koho Mello & Marga Daien Oppliger

■ Unseren Dank an Franziska Schneider und Stefan Nomade für das Korrekturlesen der Texte!