



Newsletter

Oktober 2020



In diesem Newsletter:

Nachruf zu Ehren von Hedwig Jenni.

- Ein paar Worte von Barbara Wegmüller zu ihrer Mutter
- Es geht immer weiter, Andenken von Sabine Bartlewski

Berichte:

- Bucherscheinung: Da Sein, von Thomas Lüchinger
- Achtsamkeit beim Namen nennen, von Undine Bißmeier
- Ein neuer Meditationsort in Wettingen
- Hausholder Koans – Buch und Praxis
- Das 25.Auschwitz Retreat in 2020 – erste online Version

Veranstaltungen: Online und gemeinsame Praxis ist auf der www.peacemaker.ch immer aktualisiert

Infos:

- Kontakte ZPO Sanghas

Nachruf für eine Peacemakerin

Meine Mutter hat mich in meinem ganzen Leben unterstützt und ermutigt. Sie war in unserer Grossfamilie ein verlässlicher ruhiger Pol, sie war immer mit Rat und Tat da, wenn etwas nötig war. Als wir im Jahr 2001 unsere Peacemaker Gemeinschaft CH gründeten, war sie eines unserer ersten Mitglieder. Wenn sich unser Zen Peacemaker Kreis traf, oder Tage der Besinnung stattfanden, kochte Mama oft für die ganze Gruppe, als ihre Praxis.

Mama genoss es PeacemakerInnen aus unserer Region, sowie internationale Besucher kennen zu lernen, mit ihnen auszutauschen. Sie freute sich immer sehr über all die netten Menschen, die bei uns ein und aus gingen.

Immer wieder hörte ich von ihr « Sag wenn du ein Projekt hast, wo Geld nötig ist...» Meistens wusste ich ein solches Projekt und so war sie auch eine grosszügige Sponsorin der Peacemaker Gemeinschaft CH.



*Moshe Coen, Piet Essens
und Hedwig Jenni*

Als Mama bettlägerig war, freute sie sich immer noch über Besuche. Unser Freund Moshe Cohen brachte ihr durchs offene Fenster ein Ständchen mit seiner Mundharmonika und erfreute sie mit Seifenblasenkunst. Als wir in unserem Haus an einem Projekt mit Piet Essens und Sue Schell arbeiteten, war Mama dankbares Publikum.

Ich möchte hier allen danken, die Mama in ihrem Leben Freude gebracht und ihr mit Wertschätzung begegnet sind. Ihre Liebe wird uns alle noch lange wärmen. Barbara Wegmüller

Es geht immer weiter...

Sabine Bartlewski



Ein Leben hat sich vollendet in Form „wie Hedwig Jenni“. Sie hat es immer in strahlender Dankbarkeit und Großzügigkeit mit offenem Herz gelebt und uns allen gezeigt, wie man den Bodhisattva Geist ausdrücken kann, auch ohne sich als Mönch zu kleiden oder zu predigen. Die Praxis im Alltag in Liebe zum Nächsten schenkte ihr im hohen Alter den Gnadens eines ruhigen Tod, umgeben von Zuneigung, Liebe,

Zärtlichkeit, Frieden, natürlich auch Schmerz aber in heimischer Gewissheit, zu Hause...

Frau Jenni, Hedi, Mama oder Omali, wie sie liebevoll bekannt war, spiegelte in der Spiegel Sangha durch ihre Tochter Barbara die sukzessiven Verwandlungen der Lebens-Umstände und Phasen. Ihr Da Sein erinnerte uns alle daran, wie das Leben schnell vergeht und dass wir es nicht verschwenden sollen. Ihr Haus verwandelte sich einst in das Zen Haus, ihr aktives Leben bei den Peacemakers verwandelte sich im Altern in ein tägliches Bedürfnis von Hilfe, Unterstützung und Pflege. So lehrte sie in den letzten Jahren alle die sie pflegen durften, wie zart und verletzlich das Leben ist und wie man es trotzdem dankbar und mit Freude akzeptieren kann. Die Peacemaker Schweiz und die Spiegel Sangha werden in ihrem Zen Haus Hedwig ewig bei sich haben, - vermissen werden wir nun die Anwesenheit und ihr Atem beim Meditieren durch das sorgsame Babyphone der töchterlichen Achtsamkeit. Wir gedenken ihr Leben in großer Dankbarkeit und hoffen uns von ihrer strahlenden Freude beleuchtet zu halten. Möge sie auf dem Weg der Heimreise von allen guten Geistern begleitet sein und in Verbundenheit sich lösen, auflösen... Wir verbleiben in Ehrerbietung mit der Aufgabe ihren schönen Rosengarten nun zu pflegen.



Da Sein - Ein Buch über die fürsorgliche Begleitung von Menschen in der letzten Lebensphase

„Das Wichtigste bei der Fürsorge für sterbende Menschen, doch nicht nur für Sterbende, sondern auch für lebende Menschen, und auch bei Tieren, ist der Raum. Einfach nur Raum sein. Raum schaffen bedeutet, wie eine grosse Wiege zu werden, die alles aufnehmen kann. Wenn Studierende zu mir

kommen, die lernen möchten, Sterbende zu begleiten, erwarten sie von mir einen Katalog von Dingen, die man mit den Patienten machen kann. Ich sage ihnen dann, dass es bereits viele Menschen gibt, die mit ihnen und für sie die Dinge tun: Ärzte, Krankenschwestern, Physiotherapeuten, Verwandte. Die

Patienten sind also durchaus schon umgeben von Menschen, die viel tun. Was den meisten Patienten hingegen fehlt, sind Menschen, die ihnen Raum geben, die einfach nur für sie da sind. Denn wenn ich sterbe, möchte ich keinen Ja-Sager und kein Spiegelbild von mir selbst an meiner Seite. Da möchte ich einen Menschen, der wirklich bereit ist, zusammen mit mir er oder sie selbst zu sein.“

Mit diesen Gedanken des Psychiaters Dr. Alcio Braz aus Brasilien, legt der Herausgeber Thomas Lüchinger, zusammen mit palliative ostschweiz, mit dem Buch DA SEIN eine inspirierende Sammlung von Gesprächen vor, die er im Rahmen des gleichnamigen Dokumentarfilms mit Menschen aus dem Bereich von Palliative Care und Angehörigen geführt hat. Behutsam tauchen die Lesenden dabei, zusammen mit den Gesprächspartnern, in eine Welt ein, die mit Unsicherheit und Nichtwissen konfrontiert. Das Buch regt dazu an, sich der eigenen Gefühle zu stellen. Erst wenn es gelinge, so der Gesprächspartner Alcio Braz, Raum für uns selbst zu sein, mit allen Gefühlen, die dann kommen würden, sei es auch möglich, Raum für andere zu sein. Wenn dann die Patienten fühlen, dass die Begleitenden alle ihre Gefühle, die sie in diesem Moment erleben, annehmen können, beruhige das die Menschen im Sterbeprozess am meisten. Alcio Braz ist auch Zen Meister und leitet in Rio de Janeiro den Tempel Eininji, Affiliate der Zen Peacemaker International.

Der Herausgeber Thomas Lüchinger, Dokumentarfilmer und Buchautor (SCHRITTE DER ACHTSAMKEIT – eine Reise mit Thich Nhat Hanh; JOHLE UND WERCHER mit Peter Roth; PATHS OF LIFE), hat nach Abschluss des Dokumentarfilms BEING THERE – DA SEIN weitere Gespräche mit kompetenten Vertreterinnen und Vertretern der Palliative Care aus der Schweiz geführt. Das bilderreich illustrierte Buch, poetisch ergänzt durch Gedichte von Ursula Riklin-Lorenz, unterstützt nicht nur professionell in der

Pflege Tätige, sondern auch alle jene, die sich mit Fragen zum Leben und Sterben beschäftigen.



Das Buch DA SEIN erscheint im November 2020 und bringt uns Gespräche zur Inspiration zum fürsorglichen Umgang mit Sterbenden, mit:
Katharina Linsi, Geschäftsführerin palliative ostschweiz
Dr. Alcio Braz, Psychiater und Zen Meister, Brasilien
Frank Ostaseski, Autor und Lehrer für Palliative Care, USA
Joan Halifax, Autorin und Lehrerin für Palliative Care, USA
Elisabeth Würmli, freiwillige Sterbebegleiterin, Schweiz
Dr. Daniel Büche, Palliativmediziner, Schweiz
Mark Riklin, Angehöriger, Schweiz

Mit dem Herzen das Leiden hören und Zeugnis ablegen

(Erfahrungsbericht von der Aktion „Beim Namen nennen“ von Undine Nami Bißmeier)

Mit dem Herzen zu hören ist manchmal gar nicht so einfach.

Wenn wir unser Herz öffnen für das, was ist.

Was ist denn?

Was hören wir?

Worte, Fakten, Geschichten. Und damit erfahren wir Schicksale und Emotionen.

Emotionen der anderen. Und unsere Emotionen, die durch Schicksale und Geschichten ausgelöst werden. Unser Herz kann sich öffnen und weit werden für die Emotionen der Anderen. Und auch

für unsere Emotionen. Unser Herz hat die Fähigkeit mitzufühlen.

Wir hören die Geschichten mit dem Herzen und haben teil daran. Werden Teil davon. Sind nicht mehr getrennt von den Menschen und ihren Schicksalen.

Mit dem Herzen hören. Das sind ja eigentlich zwei Organe: das Herz und das Ohr.

Der Bodhisattva Avalokiteshvara konnte sehr gut mit dem Herzen hören. Er konnte die Schreie der Welt hören.

In der Nacht vom 20./21.6.2020 habe ich 8 Stunden lang mit meinem Herzohr den Fakten und Geschichten unzähliger auf der Flucht verstorbener Menschen gelauscht. Auch die Roshis Barbara und Roland Wegmüller sind anwesend. Als Vertreter der Peacemaker Schweiz sind sie Mitorganisatoren der Veranstaltung. Bei der Aktion „Beim Namen nennen“ in der Heiliggeistkirche in Bern wurden 24 Stunden lang Namen und Umstände des Todes von auf der Flucht Verstorbenen gelesen. Ich habe nur 8 Stunden mit meinem Herzohr zugehört. Von 22:00 Uhr bis zum nächsten Morgen 6:00 Uhr. Und habe mit meiner Müdigkeit, Ratlosigkeit, Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit, Schmerzen vom langen Sitzen in der Kirchenbank und Traurigkeit Zeugnis abgelegt. Habe mit meinem Dasein Zeugnis abgelegt.

Nach 10 Minuten halte ich es fast schon nicht mehr aus. Es ist auch so eine große Diskrepanz zwischen dem Lärm und der Fröhlichkeit der feiernden Menschen auf dem Bahnhofsvorplatz und der Tragödie der Fluchtgeschichten in der Kirche.

Als wären es zwei Wirklichkeiten.

Aber dies ist nur eine Welt ist, in der vieles gleichzeitig geschieht. Und mein Herzohr hört Sterben auf der Flucht. Und später in sicheren Ländern durch Traumatisierung und Folgeschäden durch die Flucht. UND es hört gleichzeitig Party hier und jetzt. Leid und Freude gleichzeitig.

Eine koaneske Spannung, die ich versucht habe zu ertragen. Was aber ist die Lösung?

Kann mein Herzohr ein Katalysator sein?

Es ist schwer auszuhalten.

Muss ich das lösen? Ertragen? Transformieren? Aushalten? „Aussitzen“, wie wir im Zen sagen?

Und wenn ich das muss, kann ich das überhaupt? Habe ich die Kraft und die Fähigkeit dazu?

Ich weiß es nicht. Ich weiß es die ganze Nacht lang nicht.

Ich höre immer wieder, wie das Sterben geschieht: Ertrinken im Mittelmeer vor unterschiedlichen Ländern. Ertrinken oder Erfrieren im Fluss Evros. Suizide in den Aufnahmelagern Europas, manchmal nach Jahren des Aufenthaltes nach dem Erhalt des Ablehnungsbescheids. Babies, die einfach so über Bord geworfen werden. Erfrorene Menschen, die von Flugzeugen herunterfallen, auf denen sie sich außen festgehalten haben. Erstickte Menschen in Laderäumen von Transportfahrzeugen...

Eine Zeit lang versuche ich zu formulieren, was der Kern dieses tödlichen Leidens ist, dem ich

wieder und wieder lausche. Mein Herzohr meint, Verzweiflung auszumachen. Als Grund für die Flucht, als Ursache für die Fluchtfolgen und die Suizide, die daraus entstehen.

Dann wieder höre ich Grausamkeit und Unmenschlichkeit im Herkunftsland und hier in Europa als Auslöser für das Sterben.

Die Chroniken reihen sich Jahr um Jahr. Tag um Tag. Es geht schon so lange. Und es wird nicht aufhören. Es scheint hoffnungslos zu sein.

Mein Herzohr hört meine eigene Verzweiflung angesichts dieser Hoffnungslosigkeit.

Es gibt Momente, da wäre ich lieber taub und herzlos.

Um die Verzweiflung und das Leid nicht zu hören, das durch die Schicksale der verstorbenen Flüchtlinge spürbar wird. Um die Grausamkeit der Welt nicht wahrzunehmen, die dem Sterben emotionslos zusieht. Um die Grausamkeit der Welt nicht zu sehen, die Fluchtursachen nicht bekämpft, sondern fördert. Um die Grausamkeit der Welt nicht zu sehen, die Waffen verkauft, damit Kriege geführt werden.



Heiliggeistkirche mit Namen-Zettel rundum

Aber ich bleibe wach, höre weiter mit offenem Herzen zu.

Mir wird klar: Ich kann überhaupt nichts ändern, ich kann dieses sinnlose Sterben der Flüchtlinge nicht verhindern. Alles, was ich tun kann, ist meine Ohren, meine Augen und mein Herz für die Leidenden öffnen - und für die, die Leid zufügen. Mit dem Zuhören bezeuge ich das, was ist. Ich werde eins, mit denen die leiden und die leiden lassen.

In Einheit mit Avalokiteshvara.

In Einheit mit Buddha, Dharma, Sangha.

Zahllos sind die Lebewesen. Ich gelobe sie vom Leid zu befreien.

Ein Video von der Aktion 2019:

https://www.youtube.com/watch?v=ixC83_4jOq4

Meditieren in Wettingen

Eröffnungsveranstaltung - Zendo Wettingen



Dorfstrasse 53 - 5430 Wettingen (AG)

Soto Zen & Zen Peacemaker



Pfarrkirche Sankt Sebastian

Es gibt drei Ansätze die allen Religionen gemeinsam sind : „das Böse vermeiden, das Gute tun, das Gute für andere tun“. So könnte das Anstreben zum Frieden in der Welt verwirklicht werden und Menschen auf verschiedenen spirituellen Wegen zusammenbringen, eine Gemeinschaft bilden, ja und warum nicht sogar eine Wohngemeinschaft beginnen! In einem alten Pfarrhaus der Kirche Sankt Sebastian in Wettingen, werden christliche und buddhistische Werte respektiert und die Gemeinsamkeit als Herausforderung für eine spirituelle Praxis im Alltag gelebt. Der Traum von Markus Heil wird nun mit Koho Sensei, Marge Daien, Jürgen Lembke Hoshi und seiner Partnerin Julia umgesetzt, mit allen Herausforderungen die das bedeuten kann. Zusammen führen sie den Rebbeg Zendo in Wettingen.

Aus Zufall oder auch nicht, wurde an einem glückverheißendem Datum, den 27. September – Erntedankfest, Yom Kippur, Cosmas und Damian Heiligen Tag – das Haus für Freunde und Peacemaker vorgestellt. Anlass war der 8 Jährige Jukai Geburtstag von vier Frauen der Zen Soto Shu Linie, von denen zwei dabei waren, eine in Brasilien und die andere in Uruguay per zoom. Die Gäste waren aus Brasilien, Deutschland und Schweiz – zwei Bewohner des

Hauses waren in USA. Also nicht nur interreligiöse Verbundenheit, sondern auch internationale Grenzen können vereinen und nicht trennen. Die weibliche Kraft wurde geehrt und gefeiert in Wort und Tat durch den Tag. Wir teilten die Stille, Käsebrötchen, den Glockenklang der Kirche, Geschenke, Corona-Regeln, Ernte, Suppe, Freundschaft und Gedichte als kostbare Zutaten dieser schönen Feierlichkeit. Wie Roland Yakushi Wegmüller sagte: Es geht um das Mensch-Sein, in den kleinen Taten ändern wir die Zukunft. Und dafür einfach schauen auf was wir haben, nicht nur auf das was uns fehlt.

Barbara Salaam Wegmüller brachte den Aufruf von Joanna Macy: "Wenn die Welt durch menschliche Bemühungen geheilt werden soll, dann, davon bin ich überzeugt, durch gewöhnliche Menschen, Menschen, deren Liebe zu diesem Leben noch größer ist als ihre Angst". und sie ergänzte:

Vielleicht ist das die Antwort auf das Koan «What`s the deal here?»

- Dass wir unsere Unsicherheit und Angst anerkennen, weil wir Menschen sind, aber dass unsere Liebe zum Mysterium des Lebens grösser ist als unsere Angst, dann werden wir die reinen Gelübde immer weiter üben.



Die Tür in Wettingen ist für alle offen



Koho, Marge, Barbara und Roland

...und hier das St. Sebastian Glockenspiel:https://www.wettingen.ch/docn/55430/2015_08_02_St.Sebastian_Wettingen_kurz_4.32.mp3

Householder Koan Studien per zoom Mit den Zen Meisterinnen Eve Marko und Egyoku Nakao

Von Barbara Salaam Wegmüller

Im Mai, mitten in der Corona Zeit, als wir alle im lock dawn waren, begannen die wöchentlichen Be-
lehrungen über die Householder Koans, auf der
Hive Plattform der Zen Peacemakers:

<https://zenpeacemakers.org/>

Die Teilnahme war beträchtlich, über 80 Personen
loggten sich jeden Montag dazu ein.

Diese Koans sind eine Sammlung von Lebenssitua-
tion von Zen Praktizierenden, aus den Lebensberei-
chen Partnerschaft, Familie und Kinder, Beruf,
Krankheit und Tod.

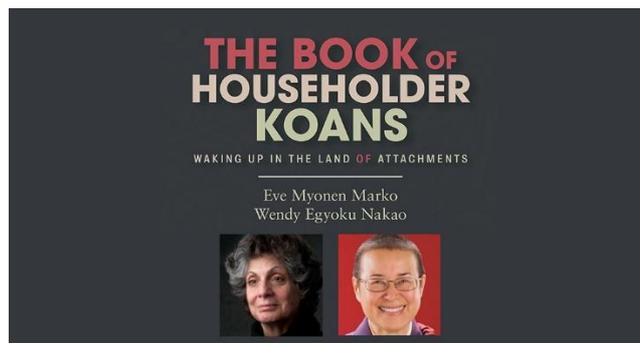
Die Koans wurden von Dharma Lehrern und
Sangha Mitgliedern gesammelt und von Roshi Eve
und Roshi Egyoku in dem Buch «The Book of the
Householder Koans gesammelt, geordnet und mit
Kommentaren und Versen in traditioneller Zen Art
zusammengefasst.

Im Dialog mit den Teilnehmenden wurden die Ge-
spräche um die «Lebenskoans» sehr persönlich,
berührend in der Authentizität der geteilten Erfah-
rungen.

Das Buch ist in Übersetzungsarbeit und soll im
Frühjahr in deutscher Sprache in der Edition Stein-
rich erscheinen: <http://edition-steinrich.de/>

Aber auch persönlich:

Die beiden Roshi Eve und Egyoku werden vom vom
6.-9. Mai 2021 ein Retreat im Landguet Ried in
Bern geben, mit den Koans aus unserem Leben.
Wir hoffen, dass ihr alle dabei sein werdet, diese
Studien und Übungen sind toll, machen Spass und
gehen tief!



Auschwitz - an Intimate Plunge

So heisst der Titel der Einladung zum diesjährigen
Retreat zum Thema Auschwitz.

Mein Vorschlag wäre gewesen "Auschwitz - bis
heute." Das Retreat welches dieses Jahr zum 25.
Mal stattfinden sollte, wird nun in anderer Form per
zoom im Internet stattfinden.

Wir drei Spiritholder und das Leitungsteam der in-
ternationalen Zen Peacemakers arbeiten seit Wo-
chen intensiv daran, ein inhaltlich wertvolles Ret-
reat zu gestalten.

Natürlich wird es völlig anders sein, zu Hause vor
dem Computer Namen zu lesen, als im eisigen Wind
auf der Selektionsrampe in Birkenau.

Andererseits wird es für viele Menschen möglich
sein, sich in dieser Art dem Thema anzunähern, die

nie nach Auschwitz kommen würden, aus verschie-
denen Gründen.

Wir werden die Thematik Auschwitz im Verlauf des
Retreats auch öffnen, im Sinne von „Was machen
wir bis heute mit „dem Andern?“ Da werden wir
Stimmen hören von Menschen die heute als „der
Andere“, die „Andere“ Ausgrenzung und Gewalt er-
leben.

Ich hoffe ihr werdet dabei sein am Retreat
"Auschwitz - an Intimate Plunge"

31. Oktober - 3. November.

jeweils von 11.00-14.00 EST Zeit NY.

Da wir am Sonntag den 1. November in die Winter-
zeit wechseln, werden wir die Zeiten täglich auf der
Webseite bekannt geben.



Bitte meldet euch frühzeitig an zu dem Retreat, ich freue mich euch da zu treffen:
Barbara Salaam Wegmüller

<https://zenpeacemakers.org/auschwitz-plunge/>

Veranstaltungen 2020

Wegen dem Corona Virus, musste vieles abgesagt werden. Mit Bewusstsein auf die Sicherheits -Maßnahmen, beginnen wir nun langsam wieder die Praxis zusammen:

Bitte finden sie wiederkehrende Angebote der Peacemaker Sanghas auf der Webseite:

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

Sanghas, ZPO

Spiegel-Sangha

Zumbachstr. 28, 3095 Spiegel b. Bern – Kontakt: Barbara Salaam Wegmüller, Telefon 031 972 24 29

<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

Zürich Zen Center – Soto Shu und Zen Peacemaker- Rebbeg Zendo, Dorfstrasse, 53, 5430 Wettingen – Kontakt: Jorge Koho Mello & Marge Daien Oppliger / <https://rebbegzendo.org/>
Infos: zurichzencenter@gmail.com

Gestaltung der Newsletter: Sabine Bartlewski