

Michael Seitlinger /
Jutta Höcht-Stöhr (Hg.)

Wie Zen-Meditation mein Christsein verändert

Erfahrungen von Zen-Lehrern, u.a. von
Michael von Brück, Willigis Jäger, Niklaus Brantschen

topos taschenbücher

Über das Buch

Längst schon verstehen Christinnen und Christen andere Religionen nicht als Konkurrenz, sondern als Bereicherung der eigenen Gotteserfahrung. Gerade die fernöstlichen Religionen und ihre Meditationspraxis erfreuen sich einer hohen Wertschätzung. In diesem Band kommen bekannte Persönlichkeiten einer christlichen Spiritualität zu Wort, die glaubwürdig berichten, wie die Übung der Zen-Meditation zur Vertiefung ihres eigenen Glaubens führte.

Über den Autor

Michael Seitlinger, geb. 1966; Studium der katholischen Theologie und Religionswissenschaft mit Schwerpunkt auf interreligiösem Dialog; seit etlichen Jahren Lehrer in der Zen-Meditation.

Jutta Höcht-Stöhr, geb. 1955; ev. Pfarrerin; seit 2001 Leiterin der Evangelischen Stadtakademie München.

Verlagsgemeinschaft topos plus

Butzon & Bercker, Kevelaer

Don Bosco, München

Echter, Würzburg

Lahn-Verlag, Kevelaer

Matthias Grünewald Verlag, Ostfildern

Paulusverlag, Freiburg (Schweiz)

Verlag Friedrich Pustet, Regensburg

Tyrolia, Innsbruck

Eine Initiative der

Verlagsgruppe engagement

www.topos-taschenbuecher.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8367-1039-8

E-Book (PDF): ISBN 978-3-8367-5030-1

E-Pub: ISBN 987-3-8367-6030-0

2016 Verlagsgemeinschaft topos plus, Kevelaer

Das © und die inhaltliche Verantwortung liegen bei der

Verlagsgemeinschaft topos plus, Kevelaer.

Umschlagabbildung: © thomasfuer/photocase

Einband- und Reihengestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Satz: SATZstudio Josef Pieper, Bedburg-Hau

Herstellung: Friedrich Pustet, Regensburg

Printed in Germany

Inhalt

Vorwort zur zweiten, überarbeiteten Ausgabe	7
Einleitung	9
Von der Spitze einer hundert Fuß hohen Stange einen Schritt vorwärts treten	
<i>Stefan Bauberger</i>	13
Zen und Gebet	
<i>Niklaus Brantschen</i>	27
Offene Weite – nichts von heilig	
<i>Michael von Brück</i>	33
Eine größere Synthese	
<i>Pia Gyger</i>	51
Im Grund ist alles eins	
<i>Willigis Jäger</i>	65
Eins-Sein ist immer Eins-Werden	
<i>Johannes Kopp</i>	83
Ein neuer Schwerpunkt	
<i>Peter Lengsfeld</i>	99

In Gott gibt es keine Sünde	
<i>Gundula Meyer</i>	115
Gegenwärtig sein dem unendlich Gegenwärtigen	
<i>Karl Obermayer</i>	127
Das mystisch Erfahrene tun	
<i>Bogdan Snela</i>	139
Aufmerksamkeit und Hingabe	
<i>Jeroen Witkam</i>	153
In Christus haben alle echten Religionen Platz	
<i>Detlef Witt</i>	169
Dieser eine Atemzug	
<i>Doris Zölls</i>	183
Nachwort	
Zen im Christentum – Konfliktpunkte und Klärungsansätze	
<i>Michael Seitlinger</i>	195
Die Autorinnen und Autoren	217

Einleitung

Wenn man heute in ein Kloster, ein Exerzitien- oder Tagungshaus oder auch in eine christliche Kirchengemeinde kommt, findet man nicht selten einen Raum mit einem ästhetischen Arrangement von schwarzen Sitzkissen und hölzernen Sitzschemeln, gepflegtem Teppich, einer Klangschale, ein paar Kerzen und vielleicht noch einem kunstvoll angeordneten Blumenschmuck. Was man in so einem Raum tut, ist eben so schlicht wie die Einrichtung, nämlich sitzen, einfach dasitzen, mit wachem Geist ganz dem gegenwärtigen Moment hingegeben – allenfalls unterstützt ein Wort oder die Beobachtung des Atems die innere Sammlung.

Eine neue Kultur der Spiritualität hat sich ausgebreitet, nicht zuletzt im Umfeld der christlichen Kirchen, eine Spiritualität, die den Weg in den Seelengrund sucht und weniger an theologischen Einsichten interessiert ist als an der Erfahrung des ungeteilten Geistes, um darin Gott zu finden – jenseits der menschlichen Vorstellungen und Gedankengebäude. Dieser Weg wurde auch im Christentum als Kontemplation gelehrt – eine radikale Form intensiven Betens. Viele Mystiker aus dem Christentum der Vergangenheit, aber auch der Gegenwart geben Zeugnis von diesem Weg und der Erfahrung der Einheit mit Gott auf dem Gipfel des Wegs.

Die breite Wiederbelebung dieser Übungsform heute verdankt sich allerdings einem neuen Impuls: der Begegnung des Westens mit der Zen-Meditation, die im japanischen Zen-Buddhismus beheimatet ist. Untrennbar verbunden mit der Integ-

ration der Zen-Meditation ins Christentum ist der Jesuitenpater Hugo M. Enomiya-Lassalle. Er ist Ende der Zwanzigerjahre des vergangenen Jahrhunderts als christlicher Missionar nach Japan aufgebrochen. 1943 hat er unter japanischen Zen-Meistern die Schulung in der Zen-Praxis aufgenommen, und seit Ende der Sechzigerjahre ist er als „Missionar der Zen-Meditation im Christentum“ auf zahllosen Reisen in den Westen zurückgekehrt, um sie dort bekannt zu machen.

Sein wichtigster Lehrer war der japanische Zen-Meister Yamada Kōun Roshi, von 1970 bis 1989 Oberhaupt der Sanbō-Kyōdan-Schule, heute umbenannt in Sanbō-Zen-Schule¹, einer Reformbewegung im Zen, die in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts entstand und Zen sowohl für Laien als auch für Nicht-Buddhisten öffnete. Yamada Kōun Roshi hat diese Begegnung zwischen Zen und Christentum wesentlich mitbestimmt und mit ermöglicht und ist für viele weitere Zen-Lehrer und -Lehrerinnen aus dem Christentum prägend gewesen, wie auch die Beiträge dieses Buches zeigen. Ihnen hat er die Zen-Übung als Vertiefung ihres eigenen christlichen Glaubens erschlossen.

Pater Lassalle sah in der Zen-Meditation einen Weg, das zu finden, was er bei den tiefsten christlichen Zeugen des mystischen Betens ausgedrückt sah. Eine Reihe von weiteren Christen ist seinem Weg gefolgt, um vertieft in die Zen-Praxis und ihre spirituelle Erfahrungswelt einzutauchen. Vor allem unter Ordensleuten ist die Zen-Meditation auf fruchtbare Resonanz gestoßen, was nicht verwunderlich ist, denn im Umfeld der Klöster hat die kontemplative Spiritualität im Christentum ihre traditionelle Heimat. Einigen hat Zen eine wesentliche Vertiefung ihrer Spiritualität eröffnet, sie sind zurückgekehrt als Lehrer des Zen. Zum Teil haben sie sich auch für eine Wie-

derentdeckung der christlichen Mystik eingesetzt und die Tradition der Kontemplation als mystischen Weg des Christentums neu belebt. Sie sind so etwas wie die erste Generation von christlichen Zen-Lehrern und haben ihrerseits die weitere Verbreitung dieser spirituellen Übungsform vorangetrieben, Übende begleitet und wieder Zen-Lehrer bzw. Kontemplationslehrer hervorgebracht.

So gibt es heute ein weit verzweigtes Netz an Klöstern, Exerzitienhäusern, Orten in der Kirche und anderen Stätten, in denen die Praxis der Zen-Meditation bzw. der Kontemplation gepflegt wird. Zählt man den Kreis derjenigen dazu, die sich für diese Übungsform und ihre Grundanschauungen interessieren und von ihnen inspiriert sind, kann man von einer beachtlichen Bewegung sprechen, die im Umfeld christlicher Spiritualität entstanden ist.

Der vorliegende Band versammelt Erfahrungen von Zen-Lehrern und -Lehrerinnen v. a. aus Deutschland, aber auch aus Österreich, der Schweiz und den Niederlanden, die dieser ersten oder zweiten Generation angehören. Als Theologinnen und Theologen, Pfarrerinnen, Priester und Ordensleute erzählen und reflektieren sie ihren persönlichen Weg der Begegnung und Integration von Zen-Übung und Christsein. Darüber hinaus setzen sie ihn in Beziehung zu Aussagen der christlichen Mystik, zu Einsichten der biblischen Exegese, der Dogmatik und der Erkenntnistheorie.

Eine spannende – und manchmal auch spannungsvolle – Zusammenschau ist so entstanden. Deutlich ist: Es gibt nicht nur eine Weise der Rezeption. Und Leserinnen und Leser werden – je nach ihrer eigenen Herkunft und Geschichte – größere Nähe oder Distanz zu unterschiedlichen Beiträgen empfinden.

Der Band ist durch eine Veranstaltungsreihe der Evangelischen Stadtakademie München und des Interreligiösen Forums der Katholischen Hochschulgemeinde an der TU München in den Jahren 2003 und 2004 angeregt worden.² Die Rezeption und Inkulturation des Zen im Christentum ist kirchlicherseits ja nicht unwidersprochen geblieben. Die Veranstaltungsreihe wollte den Dialog vertiefen und die Reflexion vorantreiben. Das ist auch das Anliegen dieses Buches. Im Nachwort wird auf einige Konfliktpunkte und mögliche Klärungsansätze eingegangen.

Wir danken allen Autorinnen und Autoren, die sich spontan oder unter Zurückstellung erster Bedenken daran beteiligt haben. Dank ihrer Mitwirkung ist so ein Überblick entstanden, der eine frühe Phase der Integration von Christentum und Zen-Übung dokumentiert. Die Verbindung von biografisch-existenzieller Schilderung und gedanklicher Rückbindung an Tradition gibt diesem Band sein besonderes Profil.

- 1 Rōshi (jap.): Zen-Meister; Sanbō-Kyōdan-Schule bzw. Sanbō-Zen-Schule: Schule der „Drei Schätze“, gemeint sind Buddha, Dharma, Sangha (Buddha, die Lehre, die Gemeinschaft).
- 2 Vortragsreihe „Wie Zen das Christentum verändert“ mit Michael von Brück, Willigis Jäger, Niklaus Brantschen, Pia Gyger und Johannes Kopp.

Zen und Gebet

Niklaus Brantschen

In meinem Buch *Auf dem Weg des Zen. Als Christ Buddhist*¹ habe ich ausführlich und sehr persönlich dargestellt, wie mich die Erfahrung mit dem Zen oder, besser gesagt, die Zen-Erfahrung geprägt und wohl auch verändert hat. Im Folgenden beschränke ich mich auf das Thema Gebet, wobei ich sehr stark Bezug nehme auf die Schlussüberlegungen im genannten Buch.

Gelegentlich werde ich gefragt, ob Buddhisten auch beten können. Mir scheint, in dieser Frage schwingt eine andere Frage mit, nämlich die Frage nach Gott. So wird die Frage nach dem Gebet zur Testfrage des buddhistisch-christlichen Dialogs. Ich möchte die Frage nicht abstrakt stellen, sondern ganz konkret: Hat mein buddhistischer Nachbar, meine Nachbarin, die Zen praktiziert, eine Beziehung zu der Wirklichkeit, die wir Gott nennen? Und wenn ja, geben sie dieser Beziehung in dieser oder jener Form Ausdruck? Mit Blick auf unsere christliche Gebetspraxis können wir die Frage auch persönlich und existenziell stellen. Dann lautet sie: Kann ich in der sogenannten nachchristlichen Ära noch beten?

Das Gebet ist für viele zum Problem geworden. Die bislang geläufige Formel „Beten heißt sprechen mit Gott“ greift nicht mehr. Das Gespräch verlangt nämlich ein Gegenüber, verlangt Wort und Antwort. Gott aber sehen und hören wir nicht, jedenfalls nicht so, wie wir im alltäglichen Gespräch den Gesprächspartner, die Gesprächspartnerin sehen und hören – und darauf angewiesen sind, dass wir sie sehen und hören. Gott scheint

zu schweigen, und so schweigt auch der Mensch, oder er sucht nach Mitteln, dieses Schweigen zu übertünchen, indem er sich etwa ein Bild macht von Gott. Aber gerade so wird er hinter dem Bild versteckt, das wir zwischen uns und ihn schieben. Das führt, wie Martin Buber einmal gesagt hat, zu einer „Gottesfinsternis“, in der Gott für uns ähnlich verborgen ist wie die Sonne zur Zeit der Sonnenfinsternis. Etwas ist zwischen die Sonne und uns getreten, nämlich der Mond; etwas ist zwischen Gott und uns getreten, nämlich das Bild, das wir von ihm gemacht haben.

Das Bild, das wir uns von Gott machen, wird zum Götzen, den wir handhaben und für unsere Pläne nützlich machen wollen. Gott wird zum Lückenbüßer, der erhalten muss, wenn wir ihn gerade brauchen. Er wird zum Tröster – oder gar Vertreter-Gott auf ein besseres Jenseits. Doch ein solcher Gott eignet sich nicht als Gesprächspartner mündiger Christen. Das „Gespräch“ wird abgebrochen. „Beter werden zu Arbeitern“, und die „Kandidaten des Jenseits zu Studenten des Diesseits“, wie der Philosoph und Religionskritiker Ludwig Feuerbach pointiert formuliert hat. Es gibt noch eine andere Form, mit der Schwierigkeit des Gebetes fertig zu werden. Sie liegt da vor, wo Gebet nicht als Dialog verstanden wird und auch nicht als ehrfurchtsvolles Schweigen vor dem Geheimnis Gottes, sondern als Reflexion. Beten wird zu einer Art des Denkens: Erfahrung wird reflektiert und reflektierte Erfahrung wird erzählt.

Diese Lösungsversuche – Betende zu Arbeitenden zu machen und sie zum Reflektieren zu bringen – vermögen die „Not des Gebetes“ nicht zu beheben und dem Menschen je länger desto weniger zu genügen. Er will sich nicht in Arbeit und Nachden-

ken erschöpfen, sondern seine Existenz auf eine umfassende Wirklichkeit hin offen halten. Das Gebet ist eine Möglichkeit dazu, wenn es nur tief genug ansetzt, etwa im Sinn des buddhistischen Gelehrten und Zen-Meisters Daisetz T. Suzuki: „Das Bewusstsein der Karma-Bindung und das Bemühen, deren Fesseln abzuschütteln, manifestieren sich als Gebet. Das Gebet ist, vom Verstand gesehen, eine weitere Form des Widerspruchs, denn es weigert sich, dem natürlichen Lauf der Dinge Gehorsam zu leisten: Darin ist es ganz und gar menschlich. Tiere beten nicht, ebenso wenig die Engel und die Götter. Nur der Mensch betet, weil er sich seines Unvermögens bewusst ist, sich über sich selbst zu erheben, und doch so sehnsüchtig danach verlangt.“²

Dieser und der folgende Satz von Suzuki eröffnen mir persönlich neue Zugänge zum Gebet: „Das Gebet scheint nicht viel zur Menschlichkeit beizutragen, aber wie wenig das auch sein mag, es bringt den für das Leben entscheidendsten Faktor der menschlichen Natur ins Spiel. Denn das Gebet vermag das menschliche Herz aus seinem Schlaf wieder wachzurütteln.“

Für D. T. Suzuki gibt es ohne Gebet keine Spiritualität. Das Gebet öffnet seiner Ansicht nach den Weg zum spirituellen Leben und hebt uns über uns selbst hinaus. Wir dürfen im Sinne Suzukis auch sagen: Beten hält die Luke unseres Lebensschiffes offen, damit wir die Sterne sehen und atmen können.

Spätestens jetzt stellt sich die Frage, wer denn der Adressat des Gebetes ist. Suzuki formuliert dazu – und darin kommt das spezifisch Buddhistische ins Spiel: „Zu wem beten? Wir wissen es nicht, doch wir beten.“ Wir können Gott nicht „wissen“. Buddhisten, zumal Zen-Buddhisten wie D. T. Suzuki, sind in diesem Punkt radikal: „Gott wird sich niemals Köpfen offenbaren, die

mit rationalen Vorstellungen vollgestopft sind; nicht, weil er rationalem Verstehen abgeneigt wäre, sondern weil er einfach jenseits eines solchen Verständnisses ist.“

Ich kann auch als Christ Gott nicht „wissen“, und wenn ich ihn wüsste, so weiß ich doch nicht, wie und worum ich in „rechter Weise“ beten soll. In dieser Situation tröstet mich das Wort, das Paulus der Gemeinde in Rom schreibt: Der Geist tritt für uns ein mit einem Seufzen, das wir nicht in Worte zu fassen vermögen. Wo wir in Gerede verfallen oder zu plappern geneigt sind, vermögen wir vom Geiste bewegt mit den beiden Buchstaben, die das Wort Abba, Vater, ausmachen, nämlich A und B, stammelnd vor Gott hinzutreten, wie Angelus Silesius dichtet: „Die Heiden plappern viel, wer geistlich weiß zu beten, der kann mit A und B getrost vor Gott hintreten.“

Von dieser tiefen Gebetsweise berichten mir nicht selten Menschen während Zen-Wochen. Sie sagen etwa: „Alles war weg, alles war ganz weit und leer, und auch Gott war nicht mehr da.“ Gott ist ihnen so nahe, dass sie sich ihn gar nicht mehr vorstellen können. Und doch beten sie, und ich sehe sie abends mit einer Andacht, die mich tief beschämt, in der Kapelle knien.

Noch einmal ziehe ich Daisetz T. Suzuki heran, um meine persönliche Erfahrung mit dem Beten zu deuten: „Gott ist immer in uns und bei uns, aber aufgrund unseres menschlichen Verstehens stellen wir ihn aus uns heraus, uns gegenüber, wie wenn er im Gegensatz zu uns stünde, und strengen unseren Verstand aufs Äußerste an, daran auch festzuhalten.“

Gehe ich die Stationen meines Lebens unter diesem Aspekt des Betens durch, so fällt mir auf: Ich habe oft versucht, „Gott aus mir herauszustellen“, ihn mir vorzustellen, zu objektivie-

ren, aber es ist mir – Gott sei Dank – nicht gelungen. Ich habe es zum Beispiel in den Jahren des Theologiestudiums versucht und konnte prompt nicht mehr beten, oder ich betete wie ein Skeptiker: „Gott, falls es dich gibt, rette meine Seele, so ich eine habe.“

Diese Gebetskrise wurde überwunden durch eine andere, existenziellere Krise. Nach einer bestimmten Zen-Erfahrung war es mir nicht mehr möglich, mir Gott vorzustellen. Und weil ich ihn mir nicht vorstellen konnte, wusste ich nicht zu beten. Doch mit den Jahren wurde mir, wohl auch weil ich den Versuch zu beten nie aufgegeben habe, das „selbsttätige Gebet“ geschenkt. Ich durfte erfahren, wie das Herz sich weitet, hebt, wie es lobt und dankt. Wie es also das tut, was es im Grunde immer tun möchte, wenn wir ihm die Gelegenheit dazu geben.³

Beten habe ich von Vater und Mutter gelernt. Mit gleichem Recht darf ich sagen: Beten habe ich bei meinem Zen-Lehrer Yamada Roshi gelernt. Er hat nicht oft vom Gebet gesprochen. Aber wenn er es tat, gab er damit ein eindrückliches Zeugnis für uns alle. So sagte er zum Beispiel in einer Zen-Unterweisung: „Denjenigen unter euch, die das Gefühl haben, gegen eine Wand zu laufen und nicht voranzukommen, rate ich dringend zu inständigem Beten [...]. Für uns ist es auch wichtig, gemeinsam zu beten. Gebet ist keineswegs eine Spezialität nur für Christen. Wir sollten uns Dôgen Zenjis Religiosität zum Vorbild nehmen, die mit ihrer absoluten Reinheit einem kristallklaren Juwel gleicht, und in schwierigen Phasen das Gebet intensivieren.“⁴

Ich kann mir kein erfülltes Leben ohne Spiritualität vorstellen. Sie hält unsere Existenz radikal offen; es gibt aber keine Spiritualität ohne praktischen Vollzug, zu dem auch das Gebet

gehört. In meinem Leben nährt sich dieser Vollzug aus zwei Quellen, nämlich aus der des Christseins und der Zen-Praxis. Ich verstehe von daher den Zen-Meister Thich Nhat Hanh, der die Frage nach der Identität in einer multikulturellen Gesellschaft stellt und von einer doppelten Verwurzelung spricht. Auch ich stelle fest, dass ich mich dank der intensiven Zen-Praxis im Laufe der Jahre doppelt verwurzeln durfte: Ich fühle mich, um ein Wort des Theologen Romano Guardini zu gebrauchen, „in der Liebe Christi frei“ und bin „Buddha in Ehrfurcht verbunden“.

- 1 Niklaus Brantschen, Auf dem Weg des Zen. Als Christ Buddhist, München ²2003.
- 2 Daisetz T. Suzuki, Wesen und Sinn des Buddhismus. Ur-Erfahrung und Ur-Wissen, Freiburg ²1993. Dieses und die folgenden Zitate auf S. 54f.
- 3 Vgl. Niklaus Brantschen, Der Weg ist in Dir, Zürich ⁴1996, S. 13.
- 4 Yamada Kōun Roshi, Hekiganroku. Die Niederschrift vom blauen Fels, Bd I, Hg. Peter Lengsfeld, München 2002, S. 471ff.