



Raum für spirituelle Wege
Zen und Kontemplation



Foto: Ruth Schwermann

**Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten
Liebe Mitglieder und Freund*innen des Raumes für spirituelle Wege**

**Die Hoffnung ist ein
Samenkorn
Mitten in der Wüste**

Wer sich, wie wir, einer meditativen Praxis unterzieht, sei es Kontemplation, sei es Zen, der hat die Erfahrung gemacht, - und wenn nicht, so wird es ihm in den entsprechenden Texten nahegelegt, - daß nur der Augenblick zählt.

Wie aber steht es mit der Hoffnung?

Wir sind jetzt mitten im Frühling – und schon hoffen wir auf den Sommer. Wir hoffen auf das helle Licht und die Wärme der länger werdenden Tage, verlockendes Bade- und Ausflugswetter.

Hoffen ist ubiquitär. Hoffen bestimmt unser Leben.

Der Kranke hofft auf Gesundung. Die werdende Mutter hofft, dass sie ein gesundes Kind gebären wird. Der Arme hofft, dass er zu Geld kommt. Und ganz banal: Wer Lotto spielt, hofft auf den ganz großen Gewinn. Es gibt auch das kollektive Hoffen. Auch Völker hoffen. Die Menschen in der Ukraine hoffen auf ein Ende der Bombardierungen durch Russland, eine Rückgabe der durch Russland annektierten Gebiete. Die Palästinenser im Gazastreifen hoffen auf Lebensmittellieferungen und eine Beendigung des israelischen Vergeltungsschlages. Die Israelis ihrerseits hoffen auf die Freilassung der Geiseln. Wir alle hoffen auf Frieden! Diese Aufzählungen ließen sich endlos fortsetzen.

Wie das Haiku es ausdrückt: Hoffen ist ein Samenkorn in der Wüste. Ein Zustand, der uns nicht gefällt, soll zum Besseren gewendet werden. Hoffen ist Ausdruck der Zuversicht. Wie könnten wir ohne Hoffnung leben?

Aber was hat es dann mit der Meditationserfahrung vom Leben im Hier und Jetzt, vom Leben im Augenblick auf sich? Gibt es da nicht einen Widerspruch und wie löst er sich auf? Hoffen spielt sich auf der Ich-Ebene ab. Auf der Ebene dagegen, die das Ich überschreitet, der transpersonalen Ebene, sind wir uns dessen bewusst, dass kein Ding, kein Gefühl, kein Ereignis, also nichts immerwährende Substanz hat.

„Alle Dinge vergehen schnell und kein Verweilen kennt der Augenblick“ rezitieren wir im Abendspruch des Zen-Rituals.

Ist dann alles Hoffen, die Hoffnung nicht ein illusionäres Unterfangen? Täuschen wir uns nicht selbst, wenn wir hoffen? Ihr alle kennt den resignativen Ausspruch: „Die Hoffnung stirbt zuletzt!“ Wie lässt sich der Widerspruch zwischen „Leben im Augenblick“ und „Leben in der Hoffnung“ auflösen?

Es ist die Dialektik zwischen Leben im Samsara (der Welt des alltäglich Phänomenalen) und dem Nirvana (dem Aufgehen im All-Einen). Wenn wir in der Meditation die transpersonale Ebene erreichen, dorthin kommen, wo alles I e e r ist, dann spielt Hoffen keine Rolle mehr. Es ereignet sich in solchen Momenten das reine Sein. Wir bedürfen nichts mehr. Das ist dann der leere Raum ohne Mangel und Überfluss, von dem das Shinjin mei spricht. Aber vorausgesetzt, jemand hat diesen Zustand einmal erreicht, so wird er dort nicht verweilen können. Über kurz oder lang kippt dieses Ausnahme-Bewusstsein wieder ins Alltags-Bewusstsein. Und dort im alltäglichen Leben brauchen wir, so wie wir ein funktionsfähiges Ich brauchen, auch wieder die Hoffnung.

Übrigens, um die Dialektik auf die Spitze zu treiben: Auch der Meditierende hofft. Er hofft auf das Erwachen, er hofft, dass er über das Alltagsbewusstsein hinausgelangt. Sonst bräuchte er sich ja nicht der Mühe des Meditierens zu unterziehen.

Die Hoffnung also ist ein unverzichtbarer Teil unserer menschlichen Existenz. Wir sollten ihre Notwendigkeit akzeptieren, wie unsere anderen menschlichen Eigenschaften auch.

Seid herzlich begrüßt, Gassho Hans
