

## **Geh und wasche deine Schale! (Koan Mumonkan)**

### **Dankt unserem Gott und Vater allezeit für alle Dinge! (Eph 5)**

Ostern 2020 – auch wenn das Sesshin nicht in gewohnter Weise stattfindet, so bereiten sich doch viele von uns mit intensiven Zeiten der Stille auf dieses Fest unserer Erlösung und Befreiung vor.

Je intensiver wir in die Stille eintreten, umso mehr werden wir von ihr umfassen. Wir werden eingeladen, den Raum des Gegenwärtig-Seins zu erkunden, in dem es keine Kontaktsperre gibt. Und der Wunsch wird intensiver, doch darin bleiben zu können, nicht nur im Sitzen, sondern bei allem was wir tun.

Viele von Ihnen kennen das große Anliegen von P. Johannes, die Abendmahlsworte Jesu „Tut dies zu meinem Gedächtnis“ auszuweiten auf jegliches Tun.<sup>1</sup> Es ist, als ob wir immer mehr die einzelnen Schritte unseres Lebens aus ein und derselben Gesinnung vollziehen; nicht auf verschiedenen, sondern auf *einer* Klaviatur spielen. Gerade in der jetzigen Situation des Sitzens zu Hause, bei dem der Alltag ja ganz nahe bleibt, öffnet sich hier ein gutes „Trainingsfeld“. Dieses umfasst nicht zuletzt die gerne als „banal“ angesehenen Dinge und Tätigkeiten. Wie sagt Meister Joshu dem Mönch auf die Bitte um Unterweisung: Geh und wasche deine Schale!

Eine große Hilfe dabei ist das Danken. Nicht als Pflichtübung, sondern als natürliche Äußerung meines Wesens. Dabei weitet sich der Raum über ein Gefallen oder Nicht-Gefallen hinaus. Jegliches Ding, Ereignis, Treffen kann zum Dokusan werden, Antwort auf die Bitte um Unterweisung.

Wir können nicht ahnen, wie und wann wir hineingenommen werden, weggenommen uns selbst, unserem Empfinden von Raum und Zeit, unseren Erwartungen und Gefühlen. Wie und wann wir gegeben werden dem Atem, der alles durchdringt und belebt.

Aus der Dankbarkeit für solche Momente wächst die Haltung der Sorge füreinander. Mir gefällt das englische Wort „care“. Da steckt Caritas, Liebe darin. Lassen Sie uns – auch da, wo wir einander nur indirekt beistehen können – in dieser Haltung bleiben. Take care!

In der Verbundenheit österlicher Zuversicht

P. Paul

---

<sup>1</sup> Im Anschluss finden Sie zu diesem Thema eines der letzten Teishos, die P. Johannes gehalten hat – Pfingsten 2015. Danke an Anne Suchalla und Ludger Brinks für Mitschnitt und Transkription.