

Liebe Übende der Zen-Kontemplation,

### Antworten

Letzten Donnerstag: Die Antworten auf die Fragen des Verstandes liegen im Faktum.

Das heißt: In der Situation, ob sie uns gefällt oder nicht. P. Johannes sagt: „Jede Situation ist die beste aller Gelegenheiten.“ Ob sie uns gefällt oder nicht, ist eine Wertung des Verstandes und des Gefühls. In der Zen-Kontemplation gehen wir mithilfe des Verstandes, des Gefühls und unseres Spürvermögens darüber hinaus. Wir erkennen, dass unsere Wertungen substanzlos sind.

„Es ist, was es ist, sagt die Liebe.“ (Erich Fried)

Wie können wir die Situation annehmen, wie sie ist, ohne Wertung? Indem wir danken. Indem wir für alles danken, was geschieht und wie es geschieht. Das bedeutet nicht bedingungslose Ergebenheit an ein abwendbares Schicksal. Im Gegenteil. Aber indem wir dafür danken, fließt zurück, geben wir Antwort auf das, was uns geschenkt ist. Und wir bekommen die Kraft zu ändern, was zu ändern und auszuhalten, was auszuhalten ist.

Viele von uns haben als Kinder nicht gelernt, ein Geschenk wirklich anzunehmen. Entweder wir fühlten uns mit dem Geschenk nicht gesehen und gemeint oder wurden dazu erzogen, danke zu sagen, obwohl wir nicht dankbar waren.

Das ist also das Erste: Ein Geschenk als Geschenk an uns erkennen. Dann folgt das Zweite: Je mehr wir unsere Situation als Geschenk an uns erkennen, umso größer die Dankbarkeit. Geschenk ist Gnade und Gnade (lat. Gratia) ist – Dank. In der Nachfolge Christi heißt es: „Die Ströme der Gnade können uns nicht zufließen, wenn wir nicht danken und alles zum Urquell zurückfließen lassen.“<sup>1</sup>

Das ist Zen-Kontemplation: Wir sind uns selbst Geschenk, wenn wir danken und uns selbst zum Urquell zurückfließen lassen. So geben wir Antwort. So sind wir Antwort. Geschenk und Dank verschmelzen und werden, was sie sind – eins. Nehmen und Geben, Frage und Antwort – eins.

Lassen Sie uns in Dankbarkeit verneigen.

Kommen Sie gut heim.

Gassho

Peter Sommer

---

<sup>1</sup> Die Nachfolge Christi; Zweites Buch, Kapitel 10