

Geschichte - Ich habe dich gar nicht wahrgenommen

Ich war, wie üblich, zeitig zum Beginn des Retreats angekommen um mir einen guten Platz in der Meditationshalle zu sichern. Ich sitze gerne gegenüber und in Sichtweite des Lehrers.

Ich betrat die große helle Halle, grüßte den kleinen Altar und sah mich um. Von den erwarteten 50 Teilnehmern waren erst 5 im Raum. Da ich schon mehrmals an diesem Ort an Kursen teilgenommen habe, hatte sich so etwas wie ein „Stammplatz“ für mich ergeben, direkt gegenüber des Lehrerkissens unter einem der großen Fenster mit Blick in den Meditationsgarten. Der Platz war noch frei und so richtete ich mich dort ein. Ich legte meine Matte aus, richtete Kissen und Decken.

Es war noch reichlich Zeit bis zur ersten Meditation und ich hatte eigentlich geplant, diese zu einem ersten Spaziergang durch den wunderbaren japanischen Garten zu nutzen, ein kleines Ritual, das für mich zum „Ankommen“ an diesem Ort gehört.

Die Stille in der Meditationshalle, die frische Luft und der Gartenduft des warmen Junitages, der durch die offenen Fenster hereinströmte, die ganze Stimmung, die diesem Ort im Moment anzuhaften schien, bewegten mich doch so sehr, dass ich kurz entschlossen auf meinem Kissen Platz nahm, um im offenen Gewahrsein all das einzuatmen, was an Ruhe und Gelassenheit auf mich einströmte.

Geschichte - Ich habe dich gar nicht wahrgenommen

Nach einigen harten Wochen im Beruf und Familie, nach der Fahrt über die vollen Autobahnen brauchte es eine Weile, bis sich mein Körper und mein Geist beruhigten und meine Aufmerksamkeit beim Atem bleiben konnte.

Immer wieder schossen mir noch Gedanken durch den Kopf, wurde abgelenkt durch die Vielzahl der unerledigten Verpflichtungen, die mir mein Geist zu vergegenwärtigen suchte.

Die Stille des Raumes und die guten Erfahrungen, die ich mit diesem Ort verband verhalfen mir jedoch zur Geduld und Gelassenheit, so dass ich immer wieder von den Gedanken zum Atem zurückkehren konnte. So langsam merkte ich, wie der Geist immer mehr in den Hintergrund trat, je mehr ich gewahr wurde, wie wenig seine Einlassungen mit dem „hier und jetzt“ zu tun hatten. Ich merkte, wie ich mich öffnete für das, was in mir und um mich herum vorging.

Ich sah die beiden Männer, die sich rechts gegenüber von mir mit großer Sorgfalt und in absoluter Stille einrichteten, sah ihre Bewegungen, ohne das Bedürfnis zu verspüren, wissen zu wollen, wer sie waren, wie sie hießen und was sie an diesen Ort gebracht hatte.

Ich nahm wahr, wie mehr und mehr Teilnehmer ankamen, einige mit erfahrenen Gesten und mit dem Wissen, was zu tun war und andere



Geschichte - Ich habe dich gar nicht wahrgenommen

zögerlich, unsicher, offensichtlich konfrontiert mit etwas Neuem, Unbekanntem.

Vögel waren durch die Fenster zu hören, das Plätschern des Brunnens, der Schlag der Turmuhr. Keine Spur von Hektik, keine lauten Stimmen, kein Straßenverkehr, ich versank immer mehr in dieser Welt, mein Atem wurde immer flacher und langsamer, ich kam an.

Ich kann heute nicht mehr sagen, wie lange ich gesessen habe, es ist auch nicht wichtig, wichtig ist, dass der Geist auch in einer solchen Situation nicht schläft und seine Chance ergreift, sich bemerkbar zu machen, wenn die Gelegenheit günstig ist.

Irgendwie verband sich meine Wahrnehmung mit einer jungen Frau, die recht dynamisch den Raum betrat. Vielleicht war es diese Dynamik, die sich von der Bedachtsamkeit all der anderen unterschied, die meinen Geist weckte. In Sekundenschnelle nahm ich ihre Erscheinung, die ich sehr sympathisch fand, mit allen möglichen Details in mich auf.

Sie schaute mit konzentrierter Miene suchend im Raum umher und als ihr Blick in meine Richtung fiel, heiterte sich ihr Gesicht auf, kam zielstrebig auf mich zu und setzte sich mit einem schweigenden, freundlich grübenden Nicken auf einen der noch freien Plätze zu meiner Linken.

Geschichte - Ich habe dich gar nicht wahrgenommen

Jetzt wuchs mein Interesse nur noch mehr und ohne es bewusst zu merken, war ich schlagartig nicht mehr in Meditation, nicht mal mehr bei mir, sondern bei dieser Frau. „Sie setzt sich neben dich“, schoss mir durch den Kopf, „wie schön“, mein Gemüt füllte sich mit Wärme und Freude.

Wir saßen ein paar Minuten nebeneinander, während die letzten Teilnehmer eintrafen und auch schon die Assistenten des Lehrers den Raum betraten.

Plötzlich sprang meine Nachbarin wie gestochen auf, raffte ihre Sachen zusammen und eilte zu einem einzelnen freien Patz in der entfernten Ecke des Saales.

Ich war geschockt. „Was habe ich ihr denn getan, dass sie mich verlässt?“, mein Geist kam auf Touren. „Hast du was Falsches gesagt?“ Das war nun wirklich Unsinn, schließlich hatten wir kein Wort miteinander gesprochen. „Hast du sie mit deinem ernststen Blick angeschaut? Vielleicht gar angestarrt?“, ich konnte mich nicht erinnern und hielt das für unwahrscheinlich, weil ich doch so positiv von ihr eingenommen war. Ich war ratlos und mein Geist ließ mir keine Ruhe. Er erinnerte mich daran, dass Frauen einen viel empfindlicheren Geruchssinn haben als Männer, was mich wirklich dazu bewog, dezent unter meinen Achseln zu riechen. Die Frage des „Warum ist sie weggegangen“ nahm mich so in Besitz, dass die erste

Geschichte - Ich habe dich gar nicht wahrgenommen

Meditationssitzung völlig an mir vorüber ging, auch die nachfolgende Gehmeditation habe ich irgendwie nur mitgemacht.

Der Küchengong rief zum Abendessen und ich suchte meinen Lieblingsplatz am Fenster, der jedoch schon besetzt war. Ich schaute mich um und fand zwei freie Plätze bei einem der mittleren Tische mit Blick zum Eingang.

Es bleibt zu erklären, dass das Essen in an diesem Ort einem festen Ritual folgt: jeder bleibt hinter seinem Stuhl stehen, bis alle Teilnehmer ihren Platz gefunden haben, dabei wird so lange gewartet, bis auch der letzte da ist. Das kann manchmal Ungeduld hervorrufen, bei denen die warten, aber auch etwas Scham bei dem, der die anderen hat warten lassen.

Nun, jene besagte junge Frau kam als eine der letzten, schaute sich um, sah den freien Platz neben mir und ich registrierte die Hoffnung, dass sie diesem Platz sah, jedoch setzte sich dann zielsicher auf einen anderen Platz.

Die Tischglocke erklang, die anzeigt, dass man sich verbeugt und Platz nimmt, das Abendessen nahm seinen Lauf. Ich habe aber keine der Speisen bewusst geschmeckt und nur noch mit einem Gedankenstrom gekämpft.

Geschichte - Ich habe dich gar nicht wahrgenommen

„Was hatte ich bloß getan, dass sie sich noch nicht einmal am Tisch neben mich setzen mochte.“ Mein Geist produzierte eine Erklärung nach der anderen und ebenso viele Vorschläge, was ich denn jetzt zu tun hätte.

Nach dem Essen bleibt immer etwas Zeit, draußen auf der Terrasse zu sitzen und etwas Tee zu trinken. Ich nahm meinen Tee und ging hinaus, sah, dass jene besagte Frau alleine auf der Wiese in der Abendsonne stand.

Ich war hin und her gerissen und dann ging ich doch zu ihr hin und sprach sie an: „Endschuldige bitte, aber ich muss das Schweigen brechen, ich muss dich etwas fragen.“ Ich erklärte ihr, was in mir vorging.

Sie hörte freundlich bis zum Ende zu, schüttelt den Kopf und lachte:

„Ich habe mich an diesen Platz in der Halle gesetzt, weil noch zwei Plätze nebeneinander frei waren und ich auf meinen Kollegen gewartet habe. Als der jedoch nach mir in die Halle kam und mich wohl nicht gesehen hatte, wählte er einen von zwei freien Plätze mehr im Hintergrund der Halle. Dann sah er mich und winkte mich zu sich. Ich bin dann zu dem freien Platz neben ihm umgezogen. Im Essraum hat er mir auch einen Platz freigehalten. Ich habe dich gar nicht wahrgenommen.“

Geschichte - Ich habe dich gar nicht wahrgenommen

Ich bedanke mich brav bei ihr und wünsche ihr ein gutes Retreat.

Mein Geist wurde schlagartig still, als ob er sich schämte, mich auf eine so falsche Fährte gelockt zu haben. Die Stille aber währte nur kurz, dann merke ich, wie er mir zu begründen suchte, dass ich das doch alles hätte bemerken können und wie dumm ich mich verhalten hätte.

Diesmal aber bemerke ich sein Spiel und blieb in der Beobachterrolle und lies ihn gewähren, bis er schließlich verstummte.

Eine Frage schoss mir dann doch noch durch den Kopf: „Wie nahe ist deine Wahrnehmung an der Realität?“

Ich setzte mich in den japanischen Garten, sah die Pracht der Anlage, die Kiesflüsse, die Felsen und noch die Natur, hörte die Vögel, spürte den Wind auf dem Gesicht.

Alfred Spill Juni 2015