

Die Dunkelheit des Kieferschattens
hängt ab von der Klarheit des Mondlichts...
(Kodo Sawaki)

Berlin, 17.5.2020

Liebe Freundinnen und Freunde!

Was ist für Euch Zen?

Hier kommt ein kleiner Film, der auf charmante, originelle Weise wiedergibt, was es für einige unserer Dharma-Kolleginnen und Kollegen ist, Ihr kennt manche von ihnen:

<https://www.youtube.com/watch?v=oTfTV6rReUU&feature=youtu.be&fbclid=IwAR0pfq8ENYJ25JGPg1orZGkg5jrFlh0RAmd6J4ty4pRuRYn6GJef58Lyjb4>

Und dann hier die neuesten Nachrichten und Maßnahmen des Dojo in der hoffentlich abflauenden Corona-Krise.

Es gibt allerdings erst zu nehmende Leute bei uns, die mit einer zweiten und dritten Welle rechnen, wobei die dritte schwächer sein könnte...

Am besten erklärt H. die Situation, der ja Mathematiker ist, ganz einfach mit der Exponentialfunktion – wenn man die Graphik sieht, dann versteht man sofort alles: Es ist nicht vorbei, es kann sich leicht wieder sehr schnell steigern, man muss gewissenhaft bleiben!

Weil in Berlin „Versammlungen in geschlossenen Räumen mit bis zu fünfzig Teilnehmern“ ab Montag, 18.5., d.h. ab morgen, erlaubt sind, haben wir ja die Wiedereröffnung des Dojo auf die kommende Woche verlegt.

Die fairen Regeln für den Moment:

Wir halten beim Zazen im Dojo Abstand. Im Prinzip ebenfalls auf dem Gaitan.

Außerhalb von Zazen müssen wir bitte Masken tragen, sobald eine anwesende Person das möchte
- Kinder zählen auch!

(Dies eventuell auch auf dem Gaitan.)

Wenn nur ein paar wenige Leute anwesend sind, die eigenverantwortlich auf das Maskentragen verzichten wollen, will ich es nicht zwingend anordnen.

(Wir haben „Alltagsmasken“ im Dojo zur Verfügung und eine gute medizinische, (ok, im Moment nur eine) die das Virus nicht durchlässt, für jemand mit Risiko, z.B. als Asthmatiker*in oder mit Herzproblemen.

Im Prinzip soll man seine eigene Madske dabei haben, aber notfalls...)

Händewaschen ist einfach nur höflich. Auch ohne Virus. Bitte respektieren.

Alle üblichen Zazen-Termine finden ab dem 19.5. wieder statt, mit zwei Ausnahmen:

Am 20.5. fällt der Mittagstermin um 12 Uhr noch aus.
(Der Morgentermin um 7.30 findet statt!!!)

Am 21.5. ist Christi Himmelfahrt! Das Dojo bleibt noch einmal geschlossen.
Irrtümlich – den Feiertag nicht auf dem Schirm gehabt ; 'tschuldigung - hatten wir die Wiederaufnahme von „Kesanähen im Alltag“ für den 21.5. angekündigt.
Sie ist himmelfahrtsbedingt erst am 28.5.
Das Plakat wird noch geändert.
(Siehe dann auf der Webseite; war bei „Redaktionsschluss“ dieses Newsletters noch nicht fertig...)

„Stell Dir vor, es ist Dojo-Wiedereröffnung, und niemand geht hin.“

Die „alten Häsinnen und Hasen“, die ihre klassischen Termine als verantwortliche(r) Kyosaku als Bodhisattvas mit Bodaishin wieder übernommen haben, werden wohl manchmal „allein im leeren Dojo“ sitzen.

Bitte macht es mit dem großzügigen Geist, anderen die „Rückkehr zum normalen Zustand“ zu ermöglichen.

Die Komponenten der überpersönlichen Großen Zusammenhänge müssen mit reinem freien Geist (neu) gesehen und mit Gewissheit „umsortiert“ werden – harmlos ausgedrückt.

Für ihre Auswirkungen auf uns selber, d.h.unser Leben und den Kontakt mit unseren Lieben, aber auch auf das Dojo und unsere Sangha, ist ein klarer Blick – der klare Blick von Hishiryo – eine notwendige gute Voraussetzung, zukünftige Handlungen richtig zu begründen.

Die Corona-Denkpause ist ja jetzt zumindest eine zeitlang unterbrochen - zum Luftholen.

Selber klar werden und Zazen als eine sehr klare Sache anderen durch sein eigenes Zazen zur Verfügung stellen ist möglicherweise im Moment die wichtigste Wirkung der Praxis.

Man könnte sagen: „Die Erleuchtung kann/muss jetzt warten“.

(Wobei in Wirklichkeit ja keine Trennung existiert und sie keinen Gegensatz dazu darstellt; sagen wir: Gute Alltagspraxis könnte jetzt etwas angelegentlicher sein, als erhabene Sesshins.)

„Mushotoku“ ist das heiße Herz des zu realisierenden Dharma, aber die praktischen

„Nebenwirkungen“ von Zazen rücken jetzt mehr als in ruhigen Zeiten ins Interesse.

Meister Deshimaru sagte: „ Man soll keine Verdienste durch Zazen erreichen wollen – aber es hat viele Verdienste!

(Zum Beispiel den Anderen unvoreingenommener begegnen zu können.)

Lasst uns das Dojo bitte nachsichtig gemeinsam wieder in Gang bringen.

Junge Zennies, deren Praxis im Leben noch weniger verankert ist, brauchen vermutlich etwas länger, aus dem „Corona-Trott“ wieder zurück zu finden.

Raphael Triet hat in seinem letzten Newsletter an den „Anfängergeist“ erinnert, den wir in seiner Frische und mit dem Staunen gegenüber der Energie des Zen (siehe Film) , stets lebendig bleiben lassen sollen.

Es gibt aber auch einen Geist der Alten Schüler, „Roba-Shin“, wörtlich, der Geist der alten Frau, der Mitgefühl mit dem Leiden verströmt; auch wenn es nicht „vom Stein“, nicht von außen

kommt und wir es zu verantworten haben, tut es weh...

Bitte leitet Eure Zazen-Termine geduldig mit Eurer „inneren Oma“. ;-))

Auch, wenn es länger dauert, das Dojo wieder „einzusitzen“.

Es sei daran erinnert, dass man, zur Untersützung, wenn man allein oder nur zu zweit im Dojo übt, die besten Räucherstäbchen nehmen darf. (Geschenk von Ryugaku Emmanuel Ri.)

Um einen hilfreichen Extra-Anlass zu geben, wieder zusammen zu kommen, machen wir am 30.5. noch eine Zazen-Nacht, - in der vorletzten Mai-Nacht! - bevor dann im Juni leider der Umzugsmonat kommt, wo wir aus einem Teil unserer Räume ausziehen müssen.

(Dazu beachtet bitte weiter unten noch den Punkt „Zoom-Versammlung?“)

Es ist Pfingstsamstag, ein anderer hat sich leider nicht angeboten.

Üblicherweise entsprechen wir in unserer kleinen Sangha der Empfehlung von Sensei, keine Zen-Aktivitäten auf die großen christlichen Feiertage zu legen, aber angesichts der Situation sei es als Ausnahme bitte freundlich mitgetragen.

Bei „Redaktionsschluss“ des vorliegenden Newsletters, haben wir für diese spontane Zazen-Nacht noch kein Plakat, aber schon ein Stimmungsbild:

Zazen in der vorletzten Mai-Nacht ist doch ein gutes Vorhaben!

Zu sagen, dass es geradezu kaum etwas Besseres gibt – so weit will ich nicht gehen, aber wenn man den Buddha im Grünen sieht, möchte man da nicht auch so still sitzen und andere Vorhaben vielleicht einmal verschieben?

Die ZZ-Nacht beginnt wie immer um 18 Uhr, um 17 Uhr ist eine Einführung in die Praxis.

Es gibt während des zweiten Zazen, ab ca. 20.30 Uhr, auch Möglichkeit zu Dokusan.

(Siehe ebenfalls unten unter „Zoom“.)

Es ist besser, alles mit zu machen, aber man kann auch zu einzelnen Zazen kommen, wenn man Verpflichtungen hat oder sich eine ganze Nacht nicht zutraut.

(Wer sich dafür interessiert, aber mit unseren Zazen-Nächten nicht bescheid weiß, findet viele Infos auf www.zen-berlin.de).

Wir haben Platz, aber, zur Befolgung der vernünftigen Schutzmaßnahmen, müssen wir für die Teilnehmer*innen-Anzahl eine Höchstgrenze einhalten. Deshalb für diesmal bitte rechtzeitig anmelden. Unangemeldet und spontan zu erscheinen, - manchmal weiß man erst in letzter Minute, dass man kommen kann, ok – ist mit dem Risiko verbunden, ausnahmsweise wieder gehen zu müssen.

Ein(e) Verantwortliche(r) wird sich freundlich dafür einsetzen, dass die ansteckungsbremsenden Vorgaben eingehalten werden. Namen und Adressen sollen aufgeschrieben werden, aber nur im (immerhin unwahrscheinlichen) Ernstfall weitergegeben...

Was unsere Umzugs-Samu-Woche betrifft, ist sie vom 13.6. bis 20.6.

Please save the date! ;-))

Wir machen in der Zeit ebenfalls viel Zazen, die verlängerte „Woche“ hat annähernd das Programm eines Camps. Es soll auch ein Fest geben – in der von den Corona-Maßnahmen dann möglichen Form – und am Ende ein Sesshin, mindestens ein eineinhalb-tägiges. (Knut-chen, ;-)) es ist für Deine Altersklasse gratis, für die Fahrtkosten können wir helfen, und wir brauchen auch Hilfe, die gar nicht anstrengend ist! Zum Beispiel beim Nähen. Es gibt ein ganzes altes Kesa aufzutrennen.)

Das genaue Programm muss noch entworfen werden.

Diese wichtige Umzugs-Samu-Aktion konnte wegen Corona-Unwägbarkeiten nur sehr schlecht geplant werden. Ein Lager haben wir wahrscheinlich gefunden, aber es ist nicht ideal – wenn trotzdem jemand noch etwas anderes weiß, bitte melden. (Es muss keineswegs gratis und nicht um die Ecke sein. Siehe Newsletter vom April, der noch im Netz steht.)

„Versammlungen in geschlossenen Räumen“ sind erst ab Montag wieder erlaubt, und die Möglichkeit, eine Dojo-Versammlung über „Zoom“ zu machen, ist für uns neu. (Siehe unten. Wir haben jetzt ein entsprechendes Abo.)

Aber zwei Sachen sind schon klar:

Man kann auch tageweise kommen – das ist sehr viel besser, als gar nicht!

Zwar hoffe ich natürlich, dass nicht alle von dieser Möglichkeit Gebrauch machen, aber besser teilweise kommen, als aus schlechtem Gewissen ganz wegbleiben.

(Was leider ein Klassiker ist. Der gehört aber in die Mottenkiste!)

Und die gute Nachricht:

Im Rahmen der Samu-Woche machen wir endlich wieder Dojo-K. - hicks- das Wort, das ich nicht hinschreiben darf, Onik, Noki oder so ähnlich. Wir haben keine Probleme, genug Abstand zu halten.

Und A. hat etwas zum Lachen auf dem Programm. Schwedenrätsel: „Wie heißt schon die Hauptstadt von Ungarn und ein hohes Spiel im Skat und eine noble Herberge?“

(Mit Fuku-Gen-Foyer-Buffer und Rosé!)

Natürlich machen wir das genaue Programm so bald, wie möglich, und Ihr erfahrt es entsprechend.

Unsere kreativen Reaktionen auf die Beschränkungen, wie wir während der hinter uns liegenden strengen Kontaktsperre, zusammen sitzen konnten, wollen wir möglichst weitermachen.

Für alle Zennies, die zur Hochrisiko-Gruppe gehören, ist es ja geradezu unabdingbar! Und alle, die nicht in Zentral-Berlin sind und mit uns verbunden bleiben möchten, ebenfalls.

Live über Facebook, Zeitfenster und „bing-bing-bing“:

„Zazen zu Hause am Nachmittag“ ist machen wir uneingeschränkt weiter.

Aber dazu brauchen wir Eure Hilfe:

Mindesten eine Fuku Gen Schülerin /ein Fuku-Gen-Schüler (Ordiniert? Oder auch nicht, aber mit etwas Erfahrung...)

sollte sich bitte verantwortlich verpflichten, an einem Wochentag, oder eventl. auch an mehreren, von 16.15 bis 17.00 zu Hause zu sitzen.

Dazu muss man nicht in Berlin sein.

Dann wissen alle, dass sie nicht allein sind, wenn sie sich zu dieser Zeit ebenfalls hinsetzen; es ist cooles, entspanntes Zazen mit der Fuku Gen Sangha.

Ich würde mich engagieren, weiter die Mails für Anfang und Ende zu verschicken. Nachmittags zu Hause Zazen üben, kann ich, wenn das Dojo wieder offen ist, nicht mehr regelmäßig, würde aber gelegentlich auf alle Fälle mitsitzen!

Bitte schreibt uns Eure Vorschläge , wenn Ihr einen Termin übernehmen wollt, per Mail, oder ruft im Dojo an; außerdem gern per SMS, Postkarte, Signal – kein what's up...
Seltener, als wöchentlich, ist auch möglich, aber regelmäßig müsste es schon sein. Z.B. an jedem ersten Sonntag, usw.
Alle, die möchten, bekommen weiterhin symbolisch den Klang des kleinen Gong per mail.
(„bing-bing-bing“...)

„Zeitfenster“, „Zazen allein im leeren Dojo“ machen wir auch weiter; es gibt dann zwar weniger „Fenster“, aber einige gibt es noch.

Mit Rücksicht auf Leute, die besonders vorsichtig sein möchten oder müssen, geht es aber nach wie vor nur mit Anmeldung.

Bitte schreibt ans Dojo oder ruft mich persönlich an und erkundigt Euch gern!

Abends geht es beispielsweise Mittwochs, Freitags und Sonntags.

Vormittags Dienstag, Donnerstag und Samstag.

Andere Zeiten sind eventl.möglich, erkundigt Euch.

Auch für „Samu allein im leren Dojo – sehr verdienstvoll! - gibt es Zeitfenster!

Verliehene Schlüssel können im Moment noch behalten werden.

„Zazen live aus dem leeren Dojo mit allen Klängen und im Kesa“ über facebook, war besonders erfolgreich, manchmal waren über hundert Leute dabei.

Es soll einmal in der Woche beibehalten werden. „Bei Redaktionsschluss dieses Newsletters“ stand für die nächsten Male zwar als Tag der Freitag fest, eine dauerhafte Lösung muss allerdings noch gefunden werden. (Das heißt, am 22.5. um 8.45 , am 29.5., am 5.6. ist jeweils um 8.45 „Zazen live aus dem leeren Dojo, mit allen Klängen und im Kesa“ über facebook.

Dann jetzt noch der Punkt „Zoom“.

Wer kennt sich damit wirklich gut aus? Die- oder derjenige muss nicht in Berlin sein!

Bitte melden und uns helfen. Wir revanchieren uns mit einer Gratis-Zazen-Nacht!

Eine Dojo-Versammlung über Zoom, z.B. am kommenden Samstag , 23.5. oder an einem Werktag in der Woche danach, brauchen wir jetzt ganz bald.

Es ist ja fast, wie anwesend sein, und bestimmt würden einige Zennies mehr sich beteiligen, als den Weg ins Dojo finden wollen oder können.

Auch Leute in Aachen, Baden, Dachau, Engadin, Graz, Frankfurt, Hamburg, Heidelberg, Melle, Meusnes, Müggelheim, Nagasaki, New York, Osnabrück, Paris, Regenmantel, Solingen, Tours, Vendée, Wien, Würzburg oder Zürich – (alphabetische Reihenfolge) und wo überall sonst Fuku Gen Freund*innen sind, könnten sich gelegentlich dazuschalten.

(Ich bin selbst sehr überrascht und entschuldige mich bei allen, die ich jetzt vergessen habe oder deren Ort ich nicht auswendig weiß, Gyon...)

Alle, die ich bisher persönlich darauf ansprechen konnte, fanden die Idee gut! Bitte befasst Euch mit dem Programm „Zoom“. Zwiegespräche sind in unbegrenzter Dauer gratis. ;-)

Dokusan über „Zoom“ ist insofern technisch möglich, aber nur eine Notlösung.

Immerhin ist es besser als per Telefon und wenn jemand nicht in der Lage ist, ins Dojo zu kommen, kann sie/er sich deswegen melden und wir arrangieren es.

„In echt“ ist das nächste Dokusan am 30.5.

Dann gibt es ja noch meinen/unseren/unsere „Meister, Tempel und Zen-Freunde“ in Spanien!

(Und in Portugal.)

Meister Raphael Doko Triet hält bis auf weiteres jeden Dienstag um 18 Uhr ein Teisho über Zoom.

Der Code für den 19.5. ist: <https://us02web.zoom.us/j/89901040643>

Mit einem Doppelklick seid ihr dabei. Bitte bei Yves kurz anmelden: zoomsangha@gmail.com

Weitere Erläuterungen dazu bitte auf www.zen-berlin.de

(Der Code für den 26.5. erscheint dann ebenfalls rechtzeitig auf der Webseite)

Last not least, sehr liebenswürdig! Wir bekamen folgende Anfrage:

Hallo,

ich heiße Stefan, bin 30 und suche einen bewusst lebenden, achtsamen, spirituellen Mann beliebigen Alters, der mit mir eine 2er WG gründen würde.

Kennen Sie da zufällig jemanden, der ein Zimmer frei hat oder umziehen würde?

Ich melde mich bei Ihnen, weil ich bei Zen Berlin solche Menschen vermute.

Bitte schreiben Sie mir kurz :)

Viele Grüße

Stefan

(Adresse ist „der Redaktion“ bekannt und kann bei entsprechend ernsthaftem Interesse natürlich sofort mitgeteilt werden. Stefan ist cis.)

Dann – haltet Euch gut!

Gassho und herzliche Grüße von Anna

P.S. Im Winter können wir vielleicht ein kleines Zen-Camp in Ahrensfelde machen.