

Frank Berzbach

Reise in die Leere

Drei Tage im Kloster

Im Mittelalter gab es noch keine Koffer, die man auf Rollen hinter sich herzog. Meinen trage ich also die ungleichmäßigen Stufen hoch auf den Michaelsberg zur Benediktiner-Abtei. Gegründet wurde das Kloster 1064, heute leben hier 14 Mönche. Oben angelangt fehlt mir der Atem – ich *höre* meinen schnellen Atem, denn es ist ganz ruhig. Ein Exerzitenhaus ist ein Ort der Stille. Hier spricht, was fehlt.

*Die Menschen plappern viel,
wer geistlich weiß zu beten,
Der kann mit A und B
Getrost vor Gott hintreten.
(Angelus Silesius)*

In der Straßenbahn, die mich nach Siegburg brachte, klingelten die Telefone, stritten die Jugendlichen, schimpften die Rentner und tippeten Geschäftsleute auf ihren elektronischen Spielzeugen. Vilém Flusser vertrat die These, dass die Kommunikation nur existiert, damit wir den Tod vergessen. Es ist wunderbares Wetter, ein Freitag. Mir fehlt nach drei lauten Arbeitswochen die Motivation für drei Tage im Kloster. Es sind *nur* drei Tage, aber sie kombinieren die christlichen Schweigeexerziten mit der Praxis der Zen-Meditation. Ein innerer interreligiöser Dialog. Sechs Wochen habe ich gezaudert mit der Anmeldung. Aber als mein Pastoralreferent und Zen-Lehrer erneut eine Rundmail sendet, die verrät, es seien noch einige Plätze frei, da gebe ich mir einen Ruck. Und jetzt bin ich hier, die Dame an der Rezeption ist freundlich. Als ich über den Flur Richtung Zimmer laufe, kommt mir ein Mann entgegen. Ich grüße, aber er schaut zu Boden

und geht vorbei. Mein erster Fehler: hier wird geschwiegen, tagelang. Und Schweigen bedeutet nicht nur, nicht zu reden. Das „soziale Schweigen“ verbietet Grüßen, Blickkontakt und weitgehend die non-verbale Kommunikation. Man könne nicht nicht kommunizieren, wurde behauptet. Aber diese Regel haben Menschen erfunden, die noch nie in einem Exerzitenhaus waren.

*Meinst du, o armer Mensch,
dass deines Munds Geschrei
Der rechte Lobgesang
Der stillen Gottheit sei?
(Angelus Silesius)*

Das erste gemeinsame Essen ist zu kurz, um die anderen kennen zu lernen. Wenn sich eine Gruppe in fünf Phasen bildet, dann erreichen wir kaum die erste. Unser Zimmerschlüssel öffnet uns auch die Tür zur Meditationshalle – und mit dem Eintritt dort beginnt das absolute Schweigen. Es wird erst am Sonntag „gemeinsam gebrochen“. Eigentlich wird aber nicht das Schweigen gebrochen. Zuerst einmal wird das Gerede unterbrochen. Das Plappern hört auf, auch das Taxieren anderer. Wir essen also ohne Blickkontakt, jeder schaut auf seinen Teller. Es bleibt nur zu tun, was zu tun ist: ruhig zu essen. Die Aufmerksamkeit hat keinen Angelpunkt außer in den gegenwärtigen Vorgängen. Ich esse und achte darauf, wenige Geräusche zu verursachen. Ich nehme Geschmacksnuancen wahr. Mein Besteck lege ich ruhig auf den Teller, stelle die Tasse langsam auf die Untertasse.

*Wenn Hunger kommt, esse ich Reis, wenn Schlaf kommt,
schließe ich die Augen. Dummköpfe lachen über mich,
aber der Weise versteht.
(Linji)*

Die Uhr habe ich im Blick, den sich flott bewegenden Sekundenzeiger. An den Türen hängt der Tagesablauf; jeweils fünf Minuten vorher sollen alle auf ihren Meditationskissen sitzen. Die drei Tage sind straff strukturiert, es gibt keinen Leerlauf. Wer eine Sekunde nicht weiß, wohin er gehört, schaut einfach auf diesen Plan. Beigebracht wird uns vor allem: *Gassho!* Vor dem Essen, nachher, beim Eintritt in die Medi-