

RelBib

Bibliography of the Study of Religion

<https://relbib.de>

Dear reader,

This is a self-archived version of the following article:

Author: Schmiedel, Michael
Title: "Die Bonner Zen-Gruppe von Klaus Wansleben"

Published in: Glaubenssache: Religion in Bonn.
Bonn: Wissenschaftsladen
Year: 2003
Pages: 182 – 187
ISBN: 3-935907-02-8

The article is used with permission of [Wissenschaftsladen Bonn](#).

Thank you for supporting Green Open Access.

Your RelBib team

EBERHARD KARLS
UNIVERSITÄT
TÜBINGEN



UNIVERSITÄTSBIBLIOTHEK

Die Bonner Zen-Gruppe

von Klaus Wansleben

»Wir sind hierher gekommen, um zu sitzen. Beim Sitzen achten wir auf den Atem. Und wenn Gedanken kommen und uns ablenken wollen, kommen wir immer wieder auf den Atem zurück. Sitzender und Atmen sind eins. Sitzender und Atmen sind Nicht-Zwei. Das Leben ist weder gut noch böse, es ist einfach, und wir sind einfach, und wenn wir sitzen, dann sitzen wir, und wenn wir atmen, dann atmen wir.«

So etwa hört sich eine Zen-Unterweisung an, wie sie der Bonner Zen-Lehrer Klaus Wansleben zu Beginn einer Sitzung den Anwesenden gibt. Er leitet eine von fünf Zen-Gruppen, die derzeit voneinander unabhängig in Bonn existieren. In jeder der Gruppen finden sich Menschen zusammen, um zu sitzen. *Zen* ist das japanische Wort für *Meditation*. Das Wort für die hier praktizierte Sitzmeditation ist *Zazen*, eine Form der Achtsamkeitsmeditation.

Dabei sitzen die Meditierenden entweder mit dem Gesicht zur Wand oder zur Raummitte hin, je nachdem, ob die Gruppe sich mehr der *Soto*- oder der *Rinzai*-Schule des japanischen *Zen-Buddhismus* zugehörig fühlt. Auch sonst herrscht bei den verschiedenen Zen-Gruppen rituelle Vielfalt: Sie sitzen auf Kissen, auf Bänkchen oder auch auf Stühlen. Sie tragen Alltagskleidung oder spezielle Zen-Roben. Sie verbinden mit der Sitzung ganz einfache oder sehr komplizierte Rituale. Sie sitzen 2 mal 30, 2 mal 40 oder gar 3 mal 25 Minuten. Und zwischen den einzelnen Sitzungen praktizieren sie *Kinhin*, eine Gehmeditation, entweder in fast normalem Gehtempo oder so langsam, dass man kaum eine Bewegung wahrnimmt. Keineswegs sind die Meditierenden alle Buddhisten oder Buddhistinnen, sondern durchaus auch Christen und Christinnen oder fühlen sich keiner bestimmten Religion zugehörig. Aber alle praktizieren sie die auf Siddhartha Gautama zurückgehende Sitzmeditation, die ihn zum *Erwachen (bodhi)* geführt hat.

Kontakt

Klaus und Hildegard Wansleben
Newtonstraße 5
53125 Bonn

Tel.: (02 28) 2 80 55 06

Man kann also bei den in Bonn bestehenden Zen-Gruppen im eigentlichen Sinn gar nicht von Religionsgemeinschaften reden, denn weder bekennt man einen gemeinsamen Glauben, noch wird überhaupt auf Lehrinhalte ein gesteigerter Wert gelegt. Nicht dass es keine Lehrinhalte gäbe – es gibt sogar Gelübde, die gemeinsam rezitiert werden. Doch alles, was in Worte gefasst werden kann, ist den Zen-Praktizierenden im Grunde unwichtig. Wenn zum Beispiel die *Bodhisattva-Gelübde* gesprochen werden, dann tun sie das in einer alten sino-japanischen Sprache. Die Übersetzung ist dabei zwar bekannt, aber viel wichtiger als der verstehbare Inhalt ist die Übung selbst, das allmähliche Verinnerlichen der richtigen Geisteshaltung, um den Meditierenden bereit zu machen für *Satori*, das *Erweckungs-* oder *Erleuchtungserlebnis*.

In der Kapelle der Katholischen Hochschulgemeinde trifft sich die Zen-Gruppe um Klaus Wansleben zweimal wöchentlich zum Zazen.

Trotz aller interkonfessionellen und interreligiösen Bestrebungen ist es auch heute noch ungewöhnlich, dass sich Menschen mit unterschiedlichem religiösen und weltanschaulichen Hintergrund zur gemeinsamen Praxis zusammen finden. Den Zen-Praktizierenden hilft dabei der Umstand, dass diese Meditationsübung eben gerade nicht mit gedanklichen Inhalten arbeitet. Im Gegenteil ist

es ihr Anliegen, sich aufkommender Gedanken und Gefühle bewusst zu werden, um diese dann los zu lassen. Die Meditierenden wollen sich ganz frei von ihnen machen, um ohne Sorgen und Pläne ganz hier und jetzt zu sein – ohne Anhaftung an das Ich, ohne Angst vor Krankheit, Alter und Tod und dem, was danach kommen mag. Diesen Zustand und alle Zustände auf dem Weg dahin mag man theologisch, philosophisch oder psychologisch, buddhistisch, christlich oder anders deuten. Diese Interpretationen jedoch werden immer als relativ verstanden, nur die Erfahrung des Zustandes ist eine absolute. Und genau darauf kommt es den Praktizierenden an.

Die Bonner Zen-Gruppe von Klaus Wansleben steht exemplarisch für Zen-Gruppen in Bonn, die alle als buddhistische Laien die asiatische Sitzmeditation praktizieren. Diese Gruppe besteht in Bonn seit 1991, in Köln leitet Klaus Wansleben allerdings schon seit 1986 eine Gruppe. Sie sind von ihrem Anspruch her überkonfessionell, historisch aber mit der römisch-katholischen Kirche verbunden, die nach der Auflösung einer Zen-Gruppe in der *Katholischen Hochschulgemeinde (KHG)* 1991 Klaus Wansleben um Hilfe beim Aufbau einer neuen Gruppe bat. Auch die Zenlehrer Wanslebens waren beziehungsweise sind Christen, und zwar der Jesuit Hugo Enomiya-Lasalle (gestorben 1990) und der Benediktiner Willigis Jäger.

Diese in Zen-Kreisen renommierten katholischen Geistlichen führten die japanische Sanbo *Kyodan-Schule* (die *Schule der drei Kostbarkeiten*) im Interesse ihres buddhistischen Lehrers Daiun Sogaku Harada Roshi im außerbuddhistischen Rahmen fort. Seit 1998 darf sich Klaus Wansleben nicht nur als Schüler von Enomiya-Lasalle und Jäger fühlen, sondern den Titel eines *assistant teacher* des Letzteren führen.

Geschichte

1986 Start der Kölner Zen-Gruppe

1991 Start der Bonner Zen-Gruppe

1992 Gründung des *Vereins für Kontemplation, Meditation und Lebenshilfe e.V.*

2001 Umbenennung des Vereins in *Brücke der Menschlichkeit e.V.*

Die Kapelle befindet sich im Garten der Katholischen Hochschulgemeinde. Sie dient seit Herbst 2002 wieder der Zen-Gruppe als Meditationsraum.

Eng verbunden mit der Zen-Gruppe ist der 1992 gegründete *Verein für Kontemplation, Meditation und Lebenshilfe*, der 2001 in *Brücke der Menschlichkeit* umbenannt wurde. Dieser Verein unterstützt Frauen und Kinder in den Armenvierteln Südiindiens. Mitglieder des Vereins zahlen zwar einen regulären Vereinsbeitrag, man muss aber nicht Vereinsmitglied sein, um in der Zen-Gruppe zu praktizieren.

Die Gruppe traf sich anfangs in der Kapelle der KHG, dann jahrelang im Mentorat für LientheologInnen des Erzbistums Köln und des Bistums Aachen, seit Herbst 2002 nun wieder in der KHG-Kapelle. Die Praktizierenden sind vor allem Studierende. Es werden zwei wöchentliche Sitzungen angeboten. Zusätzlich verteilen sich Zen-Samstage und Zen-Wochenenden über das Jahr, wozu man sich zum Beispiel im Seminarhaus Marienthal im Westerwald oder im Edith Stein Haus der Abtei auf dem Michaelsberg in Siegburg einmietet.

Um die Neulinge an das 25-minütige anfänglich unbequeme Sitzen auf den *Zafu* genannten Sitzkissen oder auch auf den kleinen Bänkchen zu gewöhnen, bot Klaus Wansleben mehrere Jahre lang in jedem Semester einen Anfängerkurs an. Wegen rückläufiger Nachfrage werden Anfänger allerdings heute nur noch auf Anfrage gesondert in die Meditation eingeführt. Die Praktizierenden sitzen sich im Raum in zwei Reihen gegenüber. Ein Assistent

Struktur

Die Zen-Gruppe ist ein lockerer Zusammenschluss ohne formelle Mitgliedschaft.

Der Übungsraum in Köln ist angemietet, der in Bonn wird kostenlos von der KHG zur Verfügung gestellt. Räume für Zen-Wochenenden und dergleichen werden angemietet.

Es besteht eine Traditionsanbindung an die Sanbo Kyodan-Schule des japanischen Zen-Buddhismus.

Klaus Wansleben ist seit 1998 *Assistent Teacher* von Pater Willigis Jäger Kyouin Roshi.

Der gemeinnützige Verein *Brücke der Menschlichkeit e.V.* ist formal unabhängig von der Zen-Gruppe, unterstützt diese aber.

Die ca. 15 Teilnehmer und Vereinsmitglieder sind vorwiegend Studenten.

Wanslebens schlägt zuerst zwei Hölzchen gegeneinander, damit sich alle darauf einrichten können, dass das Sitzen beginnt. Dann ertönt dreimal der Gong, worauf alle mehr oder weniger reglos 25 Minuten sitzen. Entweder zählen die Meditierenden jeweils beim Ausatmen bis 10, oder sie achten einfach ruhig auf den Atemstrom, ohne ihn zu beeinflussen. Auch einen *Koan*, das heißt eine logisch nicht fassbare Paradoxie, können die Sitzenden meditativ auf sich wirken lassen.

*Vor dem ZaFu, dem Sitzkissen,
des Assistenten befinden sich eine
Uhr, Hölzer und Klangschale, um
Beginn und Ende einer Meditation
anzuzeigen.*

So sitzen sie dreimal, unterbrochen durch Gehmeditationen, bei denen die Praktizierenden im Uhrzeigersinn hintereinander durch den Raum gehen und auf Atem und Schritte achten. Es besteht hier die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit Klaus Wansleben, der bereitwillig Fragen beantwortet und Verständnishilfen anbietet. Zum Abschluss der Meditation werden auf Sino-Japanisch und Deutsch die *Vier Großen Gelübde* rezitiert. Die Zweisprachigkeit der Rezitation ist freilich rituell nicht vorgeschrieben, sie folgt einer gruppeninternen Abstimmung.

Ebenso zwanglos hält Klaus Wansleben zu Beginn eines Meditationsabends meist eine Ansprache, deren Inhalte sich sowohl aus der eigenen Erfahrung wie auch aus den mystischen Lehren des Christentums und Islams, aus Ch'an- und Zen-Buddhismus oder aus den Lehren neohinduistischer und postmoderner Autoren speisen. Kern der Ansprachen ist die verlorene und wiederzugewinnende Einheit mit dem Absoluten, mit Gott, mit der *Leerheit*. Einher geht die Aufforderung, sich von den Fesseln des diskursiven Denkens frei zu machen. Das Wesentliche bleibt dem distanzierten Betrachter der Zen-Meditation also verborgen. Man muss schon selbst *sitzen*, um zu begreifen, dass das *Sitzen* nicht bloß Sitzen ist.

Michael A. Schmiedel

Regelmäßige lokale Treffen

Meditationszeiten in Bonn: montags 19.30 Uhr bis ca. 21.45 Uhr und freitags 7.30 Uhr bis 9 Uhr, in Köln mittwochabends und samstagsabends.

Einmal im Monat findet ein Zen-Samstag und etwa fünfmal im Jahr Zen-Wochenenden statt.

Im Juli oder August wird in Köln ein Sommerfest, im Dezember in Bonn ein Adventsfest gefeiert, jeweils mit einem Basar, dessen Erlös der Indienhilfe des Vereins zugute kommt.

Literatur und Links

→ Quellen:

Arul M. Arokiasamy: Warum Bodhidharma in den Westen kam oder kann es ein europäisches Zen geben? Seeon 1995.

Willigis Jäger: Suche nach der Wahrheit, Wege – Hoffnungen - Lösungen. Petersberg 1998.

Robert E. Kennedy: Zen Spirit – Mystische Wege zu Gott. Solothurn, Düsseldorf 1997.

→ Sekundärliteratur:

Ursula Baatz: Hugo M. Enomiya-Lassalle, ein Leben zwischen den Welten. Biographie, Zürich, Düsseldorf 1998.

Seng-T'san: Die Meißelschrift vom Glauben an den Geist, das geistige Vermächtnis des dritten Patriarchen des Zen in China, Bern 1991.

→ Link:

www.littleway.de
(Homepage der Aktion Little Way des Vereins Brücke der Menschlichkeit e.V.)