

O-Ton Ursula

Naja, ich bin in Wuppertal geboren, in Wuppertal-Barmen. Und von Barmen hieß es ja immer: in Barmen wohnen die Armen. Ja, meine Eltern waren auch aus der Arbeiterklasse, ganz kleine Wohnung. 1955 kam ich dann auf die Welt.

Sprecher

Ursula Richard lebt heute in Berlin und mit ihrer Partnerin bei Zürich.

O-Ton Ursula

Wir sind jeden Sonntag in die Kirche gegangen. Meine Eltern haben mit uns gebetet, mittags abends – so bin ich da reingewachsen und habe erst mal nicht daran gezweifelt, dass es auch so ist und fand das auch tröstlich, diesen lieben Gott zu haben.

O-Ton Ursula

Als ich so dreieinhalb war, da ist mein Vater sehr schwer krank geworden, also beinahe gestorben. Er hatte schon die letzte Ölung, hieß es damals, im Krankenhaus bekommen. Meine Großmutter, die mit uns zusammenlebte, war dement. Also ich hatte schon viel mit Krankheit und Tod zu tun. Dass die Liebsten wegsterben oder weggehen, das hat mich schon früh beschäftigt.

Sprecher

Ursula Richard war Chefredakteurin der Zeitschrift *Buddhismus aktuell*, Programmleiterin des buddhistischen *Theseus* Verlags und Übersetzerin der Bücher von Thich Nhat Hanh.

O-Ton Ursula

Ich war dann die erste in der Familie überhaupt, die aufs Gymnasium gegangen ist, dann später sozialwissenschaftliches Gymnasium. Da habe ich Abitur gemacht. Ich wollte weg von Wuppertal, weg von zu Hause und bin dann nach Marburg gegangen, wo ich Soziologie und Erziehungswissenschaften studiert habe - ja, hab dann 'n Ab-

schluss gemacht, bin Diplom-Pädagogin.

O-Ton Christine

Es gab die ganz normale österreichische katholische Religion. Die habe ich über meine Großmutter mitgekriegt, die sehr gläubig war und bei der ich das auch gespürt habe, dass ihr das was bedeutet und ihr was gibt und dass sie gebetet hat. Ja, das war ihr Glaube – der hat ihr Kraft gegeben – nachdem sie ja geflüchtet ist und alles verloren hat, war es für sie, glaube ich, ein Rettungsanker.

Sprecher

Christine Grießler arbeitet und lebt mit ihrem Mann in Wien. Sie hat zwei erwachsene Söhne.

O-Ton Christine

Sie hat mich in die Kirche mitgenommen. Und das waren für mich gute Erfahrungen, in Gemeinschaft zu sein. Dort gibt es 'a Woche, wo man den Rosenkranz betet, ganz intensiv. Und da war ich jeden Tag mit ihr am Nachmittag in der Kirche. Und das war einfach schön.

Sprecher

Christine Grießler hat über 30 Jahre mit dem amerikanischen Zen Lehrer Richard Baker praktiziert. In dieser Zeit hat sie sich von ihm ordinieren lassen und ein Zen Zentrum im Südschwarzwald mitaufgebaut.

Sprecher

Ursula Richard und Christine Grießler engagieren sich seit Jahrzehnten für einen weiblichen Buddhismus. Jede spürt, dass etwas Wesentliches fehlt in ihrem Leben. Schon als Kinder erleben sie Spiritualität bergend und wegweisend. Zugleich realisieren sie in sich ein tiefes Bedürfnis nach sich selbst als Frau, nach einem selbstbestimmten und freien Leben.

Beide erleben, wie schwer es gerade für Frauen ist, diesen Wunsch nach individueller Freiheit mit einem spirituell erfüllenden Leben zu verbinden. Christine empfindet sich schon im Elternhaus innerlich wie abgetrennt von ihrer Herkunft.

O-Ton Christine

Ich habe das Gefühl gehabt, als Teenager, die Geschichte meiner Familie, die hat mit mir nichts zu tun. Ich mache mich auf und schaue mich einfach in der Welt um. Und das lasse ich hinter mir, weil, das hat mit mir nichts zu tun.

Sprecher

Christine Grießler und ihr Mann kommen aus Familien, die schwer belastet sind durch die Nazizeit. Weder in der Schule, noch dann an der Uni werden ihre Bedürfnisse nach einer inneren Klärung und Aussöhnung angesprochen. Erst die Meditation ermöglicht Christine eine tiefe und bewusste Begegnung mit sich selbst.

O-Ton Christine

Zusammen mit dem Erich, meinem Mann, haben wir dann jemanden kennengelernt, der hat uns zu Sufi Meditationen eingeladen. Die Meditation war geleitet, das war so quasi ein geführter Prozess. Und noch während wir das gemacht haben, ist in mir das Bedürfnis gekommen, einfach still zu sein beim Meditieren, und ich wollte das spüren, wollte einfach in diese Intensität hineingehen. Und dann haben wir eben den Zen-Lehrer kennengelernt. Und das war genau die Meditation, nach der sich mein Körper auch gesehnt hat, nämlich Nichts.

Sprecher

Ursula Richard will auch so schnell wie möglich weg von Zuhause. Nach dem Abitur Anfang der 1970er Jahre zieht sie zum Studium nach Marburg und geht dann nach Berlin. Sie entdeckt die Frauenbewegung und darin sich selbst. Aber auch in dieser Bewegung bleibt sie ziemlich verköpft.

O-Ton Ursula

Das entsprach mir sehr, alles immer eher theoretisch zu durchdenken. Naja, und irgendwann habe ich aber mitgekriegt, das hilft mir nicht in meinem aktuellen Leben. So. Keine Praktiken gibts, wie ich mein eigenes Leid eigentlich verbessern kann oder ja, besser leben kann.

Sprecher

© Westdeutscher Rundfunk Köln 2022

Dieses Manuskript einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des WDR unzulässig. Insbesondere darf das Manuskript weder vervielfältigt, verbreitet noch öffentlich wiedergegeben (z.B. gesendet oder öffentlich zugänglich gemacht) werden.

In Berlin taucht Ursula in die schillernde feministische Szene ein. Daneben leidet sie unter Panikattacken, bei denen auch Therapien nicht wirklich helfen. Dann fliegt sie mit einer Freundin nach Sri Lanka...

O-Ton Ursula

Und da sind wir in so einen zehntägigen Vipassana-Kurse reingestolpert. Und ich fand es zwar erst ganz furchtbar, da in den Tee-Bergen zu sitzen, und ich hatte das Gefühl, ich kann das gar nicht. Alle anderen können so wunderbar ruhig meditieren, und nur mir brummt der Schädel vor lauter Gedanken und Gefühlen. Und ich wollte immer weg von dort, wusste aber dann auch nicht, wohin. So bin ich geblieben, und am Ende habe ich gedacht: das ist es.

Sprecher

Ursula erlebt Meditation wie einen heilsamen Schock, der ihr die Sinne und den Sinn für sich selbst öffnet.

O-Ton Ursula

Nach diesem Kurs, als ich im Flugzeug saß. Ich hatte auch immer eine wahnsinnige Flugangst – es war, glaube ich, auch erst das zweite Mal, dass ich geflogen bin –, hab ich mich umgeguckt und habe auf einmal andere Menschen gesehen. Ich habe dann gesehen, mir gegenüber saß ein Mann, dem stand der Schweiß auf der Stirn, und ich dachte, der hat auch Angst. Also, ich hatte das Gefühl, da bricht so'n Kokon auf. Und zum ersten Mal sehe ich, dass es auch noch etwas anderes gibt als mich selbst. Real, ganz konkret.

Sprecher

Mitte der 1980er Jahre und zurück in Berlin meditiert Ursula für einige Zeit in einem zenbuddhistischen Tempel. Die schwarzen Roben dort, die strengen Rituale, die nicht erklärt werden, und ein rauer Umgangston mit sogenannten ‚Fehlern‘ irritieren sie. Schließlich findet sie zu einer deutschen, in den USA lebenden Zen-Lehrerin, Prabhasa Dharma. Bei ihr meditieren mehr Frauen als Männer, und auch Prabhasas Assistentinnen sind Frauen.

O-Ton Ursula

Ich bin dann vor lauter Begeisterung über diesen neuen Weg direkt nach Holland in ein Zen-Zentrum gezogen, was auch geleitet wurde von einer Frau. Die war ehemalige katholische Nonne und war gleichzeitig von Thich Nath Han als Lehrerin autorisiert, so. Und in dem hab ich acht Monate gelebt, und in den folgenden Jahren bin ich immer, zwei Monate habe ich in Berlin gelebt, zwei Monate dort.

O-Ton Christine

Sich hinzusetzen und es passieren zu lassen oder sich auch zu öffnen für das, was sich zeigen will – dass die Zazen Haltung alles erlaubt und alles ermöglicht. Und wie gut es tut. Diese Erfahrung war für mich wie: Es ist mir ein Geheimnis gezeigt worden.

Sprecher

Christine und Ursula erleben in der Meditation eine Haltung, in der ihre kopflastige Ausrichtung im Körper ankommt und darin Raum findet für einen tiefen Kontakt mit sich selbst.

O-Ton Christine

Das war anziehend, diese Sphäre zu entdecken. Weil es gerade in unserer Kultur so gar keine Rolle gespielt hat und alles irgendwie so mit großen Zeiger auf den Intellekt gezeigt hat. Nur da kannst du was finden, und der Körper ist, pff, schon auch gut, wenn der gesund ist und leistungsfähig, aber so etwas wie diese Lebendigkeit, die mir da gezeigt wurde, die habe ich nicht gekannt.

Sprecher

Nach den tiefen Erfahrungen in der Meditation erlebt Christine die Rückkehr in den Wiener Alltag ernüchternd. Die Stille lässt sich nicht einfach mit nach Hause nehmen. Aber der Lehrer kennt dafür eine Lösung.

O-Ton Christine

Wenn ich dann aber zurück bin in Wien, dann ist erst einmal ein Riesenschmerz, dass das da nicht so funktioniert. Und dann der Wunsch, wann kann ich da weiter gehen? Und der Lehrer hat schon immer so ein bisschen geködert: Ja, wenn du das wirklich

erfahren willst, dann musst du eben ins Kloster gehen. Und dann musst du diese intensive Praxis machen. Am besten, du bleibst gleich für mehrere Jahre dort. Nur dann kannst du wirklich das verkörpern. Ja, und das hat schon gewirkt.

Sprecher

Christine und ihr Mann Erich gründen eine Zen Gruppe in Wien, veranstalten Seminare mit ihrem Lehrer und unterstützen das Zen Zentrum im Südschwarzwald. 1994 entscheiden sie sich dann für die extremste Form von Praxis, die ihr Lehrer in seinem Zentrum in den Rocky Mountains anbietet – hundert Tage Zen auf 2800 Metern Höhe.

O-Ton Ursula

Wir haben dann eben beschlossen, eine Praxis Periode zu machen, mein Mann und ich. Und kaum waren wir dort in den USA, noch vor Beginn der Praxis Periode, haben wir unseren ersten Sohn gezeugt. Und dann hat die Praxis Periode begonnen, und das hat mich in sehr turbulente Gefühlszustände gebracht. Eben genau dieses Dilemma zwischen: die Praxis ist das Wichtigste, und der anderen Realität in meinem Leben. Dass ich jetzt ein Kind krieg. Und das ist ja schließlich auch was sehr Wichtiges.

Sprecher

Die Meditationslehrerin Pamela Weiss hat diesen Konflikt in Kalifornien und in einem der größten westlichen Zen Zentren erlebt. Die Zen Praxis war in den 1960er Jahren aus Japan hierhergekommen. Pamela wächst auf in einer jüdischen Familie, die vor dem Holocaust nach Amerika geflohen ist. Wie Christine und Ursula findet sie in den 1980er Jahren als junge Frau eine erste tiefe Zuflucht in dieser strengen Form.

Sprecherin Pamela

Mit fünfundzwanzig begegnete ich dem Zen. Es war Liebe auf den ersten Blick. Anfangs beschnupperte ich diese unnahbar wirkende Praxis noch vorsichtig. Dann öffnete ich mich und ließ mich vollkommen darauf ein.

Sprecher

© Westdeutscher Rundfunk Köln 2022

Dieses Manuskript einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des WDR unzulässig. Insbesondere darf das Manuskript weder vervielfältigt, verbreitet noch öffentlich wiedergegeben (z.B. gesendet oder öffentlich zugänglich gemacht) werden.

Pamela zieht in ein Zen Kloster und erlebt dort ebenfalls, wie wenig diese Praxis zu den Bedürfnissen normaler Menschen passt – und noch weniger zu normalen weiblichen Menschen. Als Pamela sich in ihren späteren Mann verliebt, verlässt sie das Kloster.

Sprecherin Pamela

Jahrelang fühlte ich mich wie ausgestoßen. Es war, als presste ich mein Gesicht gegen die Fenster des Tempels und hämmerte mit den Händen gegen seine Türen, um irgendwie Einlass zu erhalten. Ich fühlte mich wie eine Liebhaberin, die man hatte abblitzen lassen.

Sprecher

Wie findet eine tief bewegte Frau ihre weiblichen Qualitäten in einer männlich dominierten Meditations-Praxis? Wie integriert sie diese Praxis der Stille in einen super-hektischen Alltag? Pamela Weiss hat darüber ein Buch geschrieben: *Ein größerer Himmel. Wie wir das Weibliche im Buddhismus stärken.*

Ursula Richard entdeckt sich und ihre Weiblichkeit im Berlin der 1990er Jahre. In einer zwiespältigen Erfahrung mit der amerikanischen Zen Lehrerin Prabhasa Dharma. Denn...

O-Ton Ursula

Nach außen hin war das schon sehr weiblich. Gleichzeitig hat sie ein sehr hierarchisches Modell von Zen vermittelt, sagte: der Meister hat immer Recht, und was der Meister sagt, muss getan werden. Zum einen, zum anderen, sie war ja selbst Schülerin von Sasaki Roshi in Los Angeles gewesen – dort weg. Und es war irgendwann klar, dass Sasaki Roshi ein ziemlich problematischer Zen Meister war aufgrund seines übergriffigen Verhaltens Frauen gegenüber über Jahrzehnte. Das war so ein bisschen tabu. Darüber wurde nicht geredet.

Gleichzeitig hat Prabhasa Schülerinnen und Schüler zu ihm geschickt zur Ausbildung. Und ich weiß noch ein Zen Freund damals. Dessen Freundin wollte dorthin gehen, und er war sehr in Sorge, was da passieren wird. Also es war klar, aber es blieb so ein Tabu, weil das nicht konkret gesprochen wurde. Oder wo wir gar keine moralischen Maßstäbe hatten zu sagen: So etwas geht nicht.

Sprecher

Ursula Richard wird Maßstäbe entwickeln und darüber reden lernen. Denn die Übergriffe buddhistischer Lehrer erweisen sich im Zuge der breiten Aufklärung von Missbrauch in religiösen Gemeinschaften auch als Strukturproblem des Buddhismus.

Sprecher

Seit 1985 versuchen Ursula und Christine, zwei Frauen in Berlin und Wien, ihre weibliche Spiritualität in eine männliche Klosterpraxis zu integrieren. Eine lange Zeit bedeutete das für sie: Gefühle nicht auszudrücken, sondern zu überwinden – furchtlos den Weg zur sogenannten ‚Erleuchtung‘ zu gehen – eigene leidvolle Erfahrungen dabei beiseitezuschieben...

O-Ton Ursula und Christine

Später am San Francisco Zen Center habe ich gesehen: Alle Frauen hatten ganz kurze Haare. Also, man lief eigentlich wie so männliche Kopien rum. Und die Frage nach Weiblichkeit stellte sich gar nicht. Zen war was Hartes. Und da blieb kein Platz für Weichheit.

Am Anfang habe ich mich sehr eingepasst in die Anforderungen, die mir so serviert wurden, und habe das einfach so akzeptiert. Ich habe das einfach als Teil von einem Lehr-Instrumentarium gesehen und habe mich mit dem auseinandergesetzt. Ich würde sagen, ich habe meine Weiblichkeit weitgehend ignoriert.

Sprecher

Anscheinend stehen Zen-Frauen erst einmal ihren Mann. Geht das auch anders? Ursula erlebt dann viel später bei einer Leiterin des *San Francisco Zen Center* tatsächlich den Wandel von einer harten Zen-Frau zu einer liebevollen und gütigen Lehrerin.

O-Ton Ursula

Blanche Hartmann, die die erste Äbtissin des Centers gewesen ist. Die habe ich erlebt, wie sie das Metta-Sutra rezitiert hat, und eigentlich, sagte sie, spricht sie nur noch über Mitgefühl. Ja, das hat dann bei mir was berührt. Ich fand es weicher. Es hatte eine Freundlichkeit. Es hatte nicht dieses Deutsche, dieses Preußische, diese Ideale, die uns in der Kindheit eingebimst wurden.

© Westdeutscher Rundfunk Köln 2022

Dieses Manuskript einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des WDR unzulässig. Insbesondere darf das Manuskript weder vervielfältigt, verbreitet et noch öffentlich wiedergegeben (z.B. gesendet oder öffentlich zugänglich gemacht) werden.

Sprecher

Denn es geht auch anders. Zumindest in Kalifornien seit 2010. Da entdeckt Pamela Weiss in sich einen spirituell inspirierten Coach für gestresste Manager. Sie entwickelt das *Personal Excellence Program*, das sich als überaus erfolgreich erweist, indem es mit meditativen und weiblichen Qualitäten leistungsfixierte Führungskräfte inspiriert. Pamela lehrt ihre Manager, still zu werden, zuzuhören und – ja: zu *lieben*– sich selbst und andere.

O-Ton Christine

Ich hab mehrere Praxis-Krisen hinter mir, weil ich gesundheitlich sehr starke Probleme gekriegt habe. Die aus dem gekommen sind, dass die Anforderungen, die ich mir selber gestellt habe, viel zu hoch waren. Also beruflich anstrengendes Umfeld zu haben, Kinder zu haben, um die man sich gut kümmern will und quasi die Zen Praxis im Alltag zu verwirklichen – das alles miteinander – ja, der Körper hat gesagt, so geht es einfach nicht. Das war sehr gut. Ich bin dankbar. Ich habe dann Therapie begonnen und ja, und habe aufgehört zu sitzen. Das war, hat was von einem Entzug gehabt, von einem Drogenentzug.

Sprecher

Mit therapeutischer Hilfe lernt Christine sich selbst auf eine Weise zu akzeptieren, die ein spirituelles Leben als Frau in einer Männerwelt ermöglicht. Nicht nur im Beruf und in der Familie, auch in der Meditation und in ihrer Zen Praxis lernt sie, ihre Ansprüche zu erkennen und aufzulösen. – Ursula findet wirkliche Stille in der Meditation bei einer Zen Lehrerin, die aus dem Zen ausgestiegen ist.

O-Ton Ursula

Es gab so'n Geheimitipp: Toni Packer, für die, die mit den Hierarchien nicht zurechtkamen. Weil sie gesagt hat: Zen hat blinde Flecken, redet da naturgemäß nicht drüber – das ist die Hierarchie – und ist dann einen Weg gegangen, der sehr von Krishnamurti auch geprägt war. Und bei der habe ich dann die nächsten Jahre gesessen. Und das war ein ganz anderes Sitzen. Es war ein optionales Sitzen. Es war auch eine wahnsinnige Stille, eine wahnsinnige Stille. Es rauschte nichts. Bei Zen –es heißt ja immer, es ist alles so still, aber es ist ja im Grunde sehr laut. Diese Roben

und dieses ganze Zeug – dann zum Dokusan gehen, dann Teetrinken im Zendo. Es gibt ja irgendwie eine unentwegte Performance. Und da fiel alles weg.

O-Ton Ursula

Ich habe mich ja auch beruflich unentwegt, also mein ganzes Leben lang, in diesem Feld aufgehalten. Als Programmleiterin des Theseus Verlages, wir hatten *Zen Geist Anfängergeist*, die Zen Bibel – das war das erste Buch im Programm –

Sprecher

Ursula Richard nimmt ihr spirituelles Leben immer mehr mit hinein in ihr normales Leben und in ihr Berufsleben. 2009 gründet sie ihren eigenen Verlag für buddhistische und spirituelle Bücher, die *Edition Steinrich*. 2013 wird sie Chefredakteurin von *Buddhismus aktuell*.

O-Ton Ursula

Die Zeitschrift gehört ja der Deutschen Buddhistischen Union. Die wird geleitet durch einen Rat, und zu 80 Prozent bestand der aus Männern.

Sprecher

Seit seiner Ankunft im Westen in den 1960er Jahren hat sich der Buddhismus nach außen hin als eine erkläre mitfühlende und achtsame Lehre entwickelt. Im Inneren hat er sich dabei allerdings genauso hierarchisch organisiert wie andere religiöse Institutionen. Den westlichen Buddhismus präsentieren bis heute überwiegend männliche Lehrer als eine Hochleistungs-Praxis und eine hoch abstrakte Lehre.

O-Ton Ursula

Es war ja auch eine Zeit dann, als die Skandale im Buddhismus wegen sexueller Übergriffe oder Machtmissbrauch einzelner-buddhistischer Lehrer Thema wurden. Und ja, das war eine schwierige Zeit, weil ich das Gefühl hatte, es wird lange versucht, das alles unter dem Deckmantel des Schweigens weiter zu belassen, um die Institution auch nicht zu schädigen. Es hat mich zum Teil an die katholische Kirche erinnert. Und wir von der Zeitschrift haben eigentlich immer versucht, obwohl wir ein Organ der offiziellen DBU waren, dagegen zu fahren und Aufklärung zu betreiben.

Sprecher

Christine Grießler und ihr Mann bemühen sich jahrelang um eine intensive Zen Praxis. Neben regelmäßigen Aufenthalten im Zentrum im Südschwarzwald leiten sie eine Zen Gruppe in Wien, und probieren dort sogar eine dreimonatige Praxis Periode im Alltag aus.

O-Ton Christine

Für mich ist es darum gegangen, dass wenn wir praktizieren, wir die Praxis überallhin mitnehmen. Und dass wir ja Erfahrungen von Angekommen-sein mit den Arbeitskollegen teilen können – die jetzt nicht die Welt verändern, aber zumindest die Situation. Und ich habe das dem Lehrer öfters gesagt: Wir brauchen die Praxis da draußen, also außerhalb des Klosters, dort, wo wir leben. Ich habe nicht das Gefühl bekommen, dass ihn das interessiert.

Sprecher

Christine und ihr Mann trennen sich über die letzten drei Jahre in einem schmerzhaften Prozess von ihrem Zen Lehrer und von ihrer Wiener Gruppe, die beim Lehrer bleibt. Wie geht es weiter im spirituellen Leben ohne Institution und ohne den alles bestimmenden Meister? Wie geht es weiter als spirituell bewegte Frau? – Christine verbindet sich mit anderen spirituell bewegten Frauen.

O-Ton Christine

Es hat sich gezeigt, dass es möglich ist, mit Frauen, die meine Freundinnen sind, die Erfahrung einfach miteinander zu teilen... einfach unsere Fragen, unsere Schwierigkeiten, wo wir nicht weiterwissen. Und dann haben wir entdeckt, dass wenn wir das miteinander teilen: wo wir nicht weiterwissen, dass sich das verändern kann.

Sprecher

Auch Pamela Weiss gründet in Kalifornien eine spirituelle Frauengruppe, die *I don't know-Sisters*.

Sprecherin

Wir waren acht erfolgreiche Frauen aus wichtigen Bereichen, vier weiße und vier schwarze. Aber wir gründeten kein neues Projekt oder engagierten uns für eine wichtige Sache. Wir

© Westdeutscher Rundfunk Köln 2022

Dieses Manuskript einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des WDR unzulässig. Insbesondere darf das Manuskript weder vervielfältigt, verbreitet et noch öffentlich wiedergegeben (z.B. gesendet oder öffentlich zugänglich gemacht) werden.

nutzten unsere gemeinsame Zeit allein dafür, unsere Beziehungen zueinander aufzubauen.

Sprecher

Auch die *I don't know-Sisters* meditieren miteinander, hören sich gegenseitig zu, berühren sich tief. – Christine probiert immer weitere weibliche Treffen.

O-Ton Christine

Das andere ist, dass sich eine Gruppe von Frauen gefunden hat, die einmal im Jahr ein Frauen-Retreat machen. Das ist eine Situation, wo keine Lehrerin ist, sondern alle beitragen – und ja, eine horizontale Situation. Und das Spannende daran ist, dass es kein Thema gibt, dass es kein Ziel gibt. Sondern wir kommen zusammen für vier Tage, und es entwickelt sich ein Prozess aus dem Zusammensein und dem Miteinander-teilen, wo jede von uns steht, was uns wichtig ist, was uns berührt, was uns das Herz zerreißt – und Meditation ist Teil davon. Dieses dialogische Sprechen ist ein ganz wichtiger Teil davon.

Sprecher

Ursula ist inzwischen bei der deutschen Zen Lehrerin Doris Zlls im Benediktushof angekommen, wo man auf fast alle traditionellen Formen verzichtet. Zum ersten Mal erlebt sie Einzelgespräche mit ihrer Lehrerin, die um alltägliche und ganz persönliche Probleme gehen.

O-Ton Ursula

Das ist meine Hoffnung, dass sich neue Formen von Spiritualität rausbilden, die viel alltagsbezogener sind und die vielleicht aus den unterschiedlichen Religionen das Beste rausnehmen. Ja, wo aber diese Identitäten als Religion nicht mehr so eine Rolle spielen.

Sprecher

Ursula hat das Pilgern als spirituelle Bewegung für sich entdeckt und ist dabei einer ganz alten, spirituellen Frau begegnet.

O-Ton Ursula

© Westdeutscher Rundfunk Köln 2022

Dieses Manuskript einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des WDR unzulässig. Insbesondere darf das Manuskript weder vervielfältigt, verbreitet et noch öffentlich wiedergegeben (z.B. gesendet oder öffentlich zugänglich gemacht) werden.

Bei meinem Pilgern habe ich auf einmal das Gefühl, eine besondere Beziehung zu Maria zu bekommen, so aus dem Nichts heraus. Besonders die Maria mit diesem großen Mantel, wo die kleinen Menschlein so Zuflucht suchen. Das hat mich total angesprochen und spielt seither eine Rolle bei mir. Wobei ich auch denke, das ist 'ne ältere, starke Frauenfigur, die älter ist als das Christentum. Die wurde da eingemuttert sozusagen.

Sprecher

Es geht spirituell bewegten Frauen nicht darum, eine männerzentrierte Welt durch eine weibliche abzulösen. Pamela Weiss ist überzeugt, dass unsere tief misshandelte Welt ein Gleichgewicht von weiblichen und männlichen Qualitäten braucht, um zu überleben und um wirklich aufzuleben. Die dominante maskuline Haltung sollte ergänzt und erweitert werden um weibliche Stärken im Herzlichen, im Willkommen-heißen und Sich-verbinden. Eine den ganzen Menschen ansprechende spirituelle Praxis sollte in unserem ganz normalen Leben ankommen und dazugehören.

O-Ton Ursula und Christine

Ich sitze weiterhin gerne. Die Stille, die dann entsteht oder dieser Raum, der dann entsteht, der gibt ja Raum für alles Mögliche, was dann hochkommt – und damit zu arbeiten. Sich dem auszusetzen, dem zu öffnen.

Wir haben einen riesigen inneren Hunger, den wir aber nicht stillen können. Wir haben ganz wenig Wege zur Verfügung, den Hunger überhaupt erst einmal zu spüren und dann in einer Weise zu antworten, der ihn wirklich stillen könnte.

Sprecher

Unser normales Leben ist wie ein Glas, gefüllt mit Wasser und Schlamm. Der Alltag verschließt... das Glas und schüttelt es unentwegt. Eine schlammige Brühe strudelt durch uns hindurch, tägliche Unwetter schütteln es weiter auf.

O-Ton Christine

© Westdeutscher Rundfunk Köln 2022

Dieses Manuskript einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des WDR unzulässig. Insbesondere darf das Manuskript weder vervielfältigt, verbreitet et noch öffentlich wiedergegeben (z.B. gesendet oder öffentlich zugänglich gemacht) werden.

Das Leben könnte einfach sein, ja? Wir könnten miteinander ein herrliches Leben führen. Warum machen wir das nicht? Warum zerstören wir den Planeten? Und warum zerstören wir uns in unseren Arbeitsbeziehungen? Sodass wir nur mehr erschöpft sind – das müsste alles nicht sein. Warum? Warum tun wir das? Können wir bitte damit aufhören?

Sprecher

Meditation beruhigt und klärt diesen nervösen Betrieb. Aber das ist nicht alles: im klarer werdenden Wasser taucht eine tiefere Wahrheit auf: wunde Punkte, unverdaute Erinnerungen, unabgeschlossene Dinge, Ängste und Traumen. Meditierende Frauen bleiben darin sitzen und öffnen sich. Sie spüren, fragen, tauschen sich miteinander aus – entdecken sich und ihr Leben dabei.

O-Ton Christine und Ursula

Wir können einander zuhören. Wir können uns bereichern lassen durch das, was alle zu sagen haben. Und es würde die Praxis, die würde dann genau auf das antworten können, was wir brauchen.

Ich war vor kurzem an einem wunderbaren Ort, *Himmelfort* heißt der. Und da ist ein Pfarrhaus, was schon schwer in die Jahre gekommen ist, geleitet von einem Zen-Lehrer und evangelischer Pfarrer. Und in dem Rahmen des Selbstorganisierten dort und der großen Stille kommen bei mir Dinge hoch, wo ich das Gefühl habe, ja, ich bin überhaupt nicht fertig.