

Newsletter Nr. 3

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,

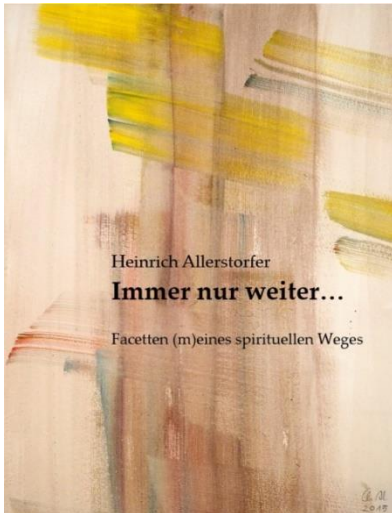
Ostern steht vor der Tür, Zeit sich wieder zu melden. Vielen wird der Osterkurs von Sr. Ludwigis unvergesslich bleiben! Dieser Tage erinnerten wir uns an ihrem Geburtstag. Am 21.06.2017 jährt sich erstmals ihr Todestag. Nach langem Überlegen haben sich mehrere Gelegenheiten heraus kristallisiert, wie wir ihrer Gedenken wollen.

1. Günther und Manuela Riederer werden voraussichtlich am 21.06.2017 um 14.00 Uhr an ihrem Grab sein und einige Texte rezitieren. Sie freuen sich über jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer, die/der sich zu ihnen gesellt und anschließend noch mit zum Kaffee trinken geht. Sr. Martha kümmert sich um das Grab und will auch vor Ort sein.
2. Wem dies nicht möglich ist, laden wir ein, morgens um 6.00 Uhr und abends um 20.00 Uhr eine Sitzung im Gedenken an Sr. Ludwigis zu meditieren. So wird eine starke Kraft entstehen und eine tiefe Verbundenheit mit ihr und untereinander spürbar werden. Und das ist ganz sicher in ihrem Sinn!
3. Zudem schlagen wir vor, dort wo es möglich ist, eine Messe für Sr. Ludwigis lesen zu lassen, so dass am und um ihren Todestag vielerorts für sie gebetet wird.

Das eine schließt das andere nicht aus. Jede/r wird das für sie/ihn Richtige finden.

Auch über unsere Lehrerin/Lehrer gibt es Erfreuliches, aber auch weniger Erfreuliches zu berichten. Um Erich finden sich immer mehr langjährige Weggefährten und Weggefährtinnen ein. Er hat am deutschlandweiten Lehrertreffen der Sanbozenlinie teilgenommen und wurde auch zum Lehrertreffen der Linie von Pater Willigis eingeladen. Heinrich und Wilmar haben Ihre Kurse geben können. Elisabeth musste aus privaten Gründen Ihre Kurse für dieses Jahr absagen, was wir sehr bedauern. Wir wünschen Ihr und Ihrer Familie alles Gute, viel Kraft und Segen und hoffen, dass Sie nächstes Jahr wieder dabei sein wird.

Heinrich hat bereits zu Weihnachten ein Buch herausgebracht. Erich hat eine Rezension darüber geschrieben:



„Immer nur weiter...“

Facetten (m)eines spirituellen Weges

- unter diesem Titel hat Zenlehrer **Heinrich Allerstorfer** ein sehr ansprechendes Buch über den Zen-Weg geschrieben.

Das Buch möchte dazu inspirieren, mit der Quelle des Lebens in Kontakt zu kommen und zu lassen, was einem erfüllten Leben im Wege steht.

Die Texte für das Buch sind aus spontanen Niederschriften nach längeren Kursen und aus Texten, die für Vorträge konzipiert waren, entstanden. Für das Buch wurden sie überarbeitet und fünf thematischen Bereichen zugeordnet.

In **Grundsätzliches über Meditation** wird die Praxis der Meditation dargelegt. Dabei werden auch die Rituale eines Zen-Kurses erklärt und es wird ihnen eine symbolische Deutung für die meditative Praxis gegeben. Betont wird beim Umgang mit Gedanken, diese nicht zurückzuweisen, sondern auch, wenn sie schmerzhaft und belastend sind, diese zuzulassen, anzunehmen und dann einfach sein zu lassen – immer wieder.

Die Bedeutung von Alltag und Achtsamkeit werden hervorgehoben.

Im Kapitel **Meditation - anders sehen und anderes sehen** geht es um die (Neu-)Orientierung im Leben, um die Hinwendung zum wirklichen Leben. Wichtig ist Heinrich Allerstorfer, dass Innen und Außen keine Gegensätze sind, sondern stets aufeinander bezogen sind. "Der Alltag ist das entscheidende Feld, wo sich festigen und bewähren muss, was in stiller Meditation geübt wird."

In **Streiflichter** werden verschiedene, voneinander unabhängige Texte aufgeführt, u.a. ein Essay über spirituelle Aspekte im Roman "Herr der Ringe".

Neben allgemeinen Bemerkungen zu den Koans werden im Kapitel **Reflexionen über Koan** einige unterschiedliche Koans interpretiert. Ein wichtiger Aspekt liegt dabei darauf, die Koans in das alltägliche Leben einzubeziehen.

Das letzte Kapitel - **Essentielle Aspekte des Zen** - enthält drei Aufsätze mit Interpretationen und Reflexionen zu den Themen Sesshin, Nachtruf und Dogens Anleitung zum Zazen (Fukanzazenji).

In das Buch sind eindruckliche, abstrakte **Farbbilder** von Heinrichs Frau **Christine Allerstorfer** eingefügt. Die Bilder korrespondieren mit dem Inhalt.

In den Texten des Buches wird deutlich, dass der Autor nicht einfach Gewohntes und schon oft Gehörtes nachkaut, sondern dass er seine eigene, genuine Sicht und Interpretation des Zen-Weges darlegt. Manche Themen liegen Heinrich Allerstorfer besonders am Herzen und werden an unterschiedlichen Stellen von verschiedenen Blickwinkeln aus betrachtet. Dazu gehören z.B.: den spirituellen Weg in Verbindung zum eigenen Leben zu setzen; das anzunehmen, was ist, auch wenn es unangenehm ist; der eigenen Vergänglichkeit nicht aus dem Weg zu gehen. Seine persönliche Note zeigt sich auch an der Kritik der Aufnahme von spirituellen Wegen (z.B. "der Weg wird zurechtgebogen nach den Wünschen des Ego").

Der Sprachstil ist - entsprechend der Entstehung der Texte aus Vorträgen - erzählend bis erklärend, teilweise auch interpretierend und assoziativ. Die Sprache selbst ist erfrischend und direkt, verständlich und natürlich. Es werden absichtlich kaum Zenausdrücke und gar keine spirituellen Floskeln ver-

wendet. Auch deshalb sind die Essays sehr verständlich und auch für andere spirituelle Wege nutzbar.

Im Text finden sich relativ viele Zitate, die sich durch den inhaltlichen Bezug und durch eine einfache Zitierweise geschmeidig einfügen. Apropos Zitate – noch nicht erwähnt wurden die Gedichte. Sie sind teilweise vom Autor selber verfasst und finden sich am Ende von Kapiteln. Wie die Farbbilder stehen sie mit dem Inhalt der Texte in Verbindung.

Durch Inhalt und Stil spricht dieses Buch an, berührt und inspiriert.

Danke, Heinrich, für dieses gelungene, empfehlenswerte Buch - in seiner Gesamtheit ein Kunstwerk.

(Erich Spranger, Bamberg)

Das Buch ist unter heinrich@allerstorfer.info zu bestellen.

Preis inklusive Porto nach Deutschland: 19,50 €

Es kann auch beim Sanghatreffen - Treffen der spirituellen Weggemeinschaft von Sr. Ludwigs im September erworben werden.

Während Elisabeth ihre Kurse für dieses Jahr absagen musste, konnte Heinrich zwei neue Bildungshäuser finden, in dem er 2018 Kurse anbieten wird. Mehr dazu im nächsten Newsletter. Er wird auch in diesem Jahr weitgehend die Kurse von Elisabeth übernehmen.

Den nächsten Newsletter werden wir voraussichtlich nach unserem **Treffen vom 29.09. – 1.10.2017 im Kloster Plankstetten** verfassen, um wieder darüber zu berichten. Spannend bleibt sicher, welchen Namen wir uns geben werden. Erich hat sich diesmal spontan für spirituelle Weggemeinschaft von Sr. Ludwigs entschieden, das soll aber keine Vorwegnahme der Entscheidung sein. Wir freuen uns darauf, mit Euch /Ihnen wieder intensive Tage zu verbringen und den Geist unserer Sangha / Gemeinschaft zu pflegen.

Lassen Sie uns nochmals auf die österliche Botschaft zurückkommen, die für das Christentum zentral ist. Gott hat die Menschen so sehr geliebt, dass sein Sohn Mensch geworden ist, unter uns gelebt hat, für uns am Kreuz gestorben ist und am 3. Tage auferstanden. Auferstehung kann man nicht anfassen, erzählt Johannes in seinem Evangelium (20,11-18). Und wenn man es noch so sehr versucht. Man hat nichts in den Händen. Auferstehung gehört tief ins Herz hinein. Da erkennt man sie. An der Liebe. An einem Leben in Liebe.

Martin Buber hat es in SO SPRICHT GOTT so formuliert:

Ich wollte schon immer mit Dir reden,
aber Du hast mir keine Zeit gelassen.

Ich wollte Dir schon immer sagen,
„Ich bin für Dich da“,
aber Du hattest Angst.

Ich wollte Dir schon immer sagen,
„Fürchte Dich nicht, ich bin bei Dir“.

Aber Du hast mir nicht geglaubt,
sondern mich für fern, für abwesend, für tot gehalten.

Ich wollte schon immer mit Dir reden,
aber Du hast mich nicht ausreden lassen,
denn es steht Dir frei,
Dich zu entscheiden,

ob Du mir zuhörst
oder Du abschalten willst.
Wenn Du bereit bist,
auf meine Worte zu hören,
dann möchte ich Dir sagen:
„Mit ewiger Liebe habe ich Dich geliebt.“
Meine Liebe bleibt seit Ewigkeit gleich.
Ob Du Dich abwendest oder zuwendest,
ich liebe Dich!
Weil Du lebst, liebe ich Dich.
Weil Du Mensch bist, liebe ich Dich.
Weil Du der Erde angehörst, liebe ich Dich.
Weil Du Dich in Raum und Zeit,
und in einem bestimmten Raum
und in einer bestimmten Zeit
bewähren musst, liebe ich Dich.
Weil Du nicht ohne Hoffnung und Glauben
leben kannst, liebe ich Dich.
Du kannst Dich mir anvertrauen.
Ich habe Zeit für Dich. Wann immer, wo immer,
wie oft immer. In der Nacht, am Tag,
komm zu mir, setz Dich hin,
Du brauchst mir nichts zu erzählen.
Ich sehe Dich. Wenn Du willst, kannst Du reden.
Rede, schreibe, fluche, bete, bete an, lauf fort, komm wieder,
mit ewiger Liebe liebe ich Dich.
Meine Liebe zu Dir war schon längst wirksam,
bevor Du auf die Welt gekommen bist.
Ich liebe Dich. Weil ich Dich liebe, bleibst Du.
Du wirst nicht sterben. Ich kann Dich nicht
vernichten, weil ich Dich liebe.
Was immer Du tust, ich gehe Dir nach.
Verlässt schon eine Mutter ihr Kind nicht,
auch wenn es etwas Böses tut,
so verlasse ich Dich auf keinen Fall,
denn ich liebe Dich. Lasse Dich lieben!
Öffne Dich, lasse Dich von mir lieben.
Lasse Dich lieben von den Hügeln, die Du siehst.
Lasse Dich lieben von den Bergen,
Lasse Dich lieben vom Blumenfeld,
und lasse Dich lieben vom Quellwasser.
Lasse Dich lieben von den Menschen,
die Dir zulächeln,
lasse Dich lieben von den Menschen,
die mit Dir zusammen sind.
Lasse Dich lieben! Lasse Dich lieben von der Erde,
und lasse Dich lieben von den Sternen.
Mit ewiger Liebe habe ich Dich geliebt.
Menschenkind, ich kenne Deine Geschichte,

mir ist nichts verborgen.
Ich warte, bis Du ja zu mir sagst.
Ich möchte Dich nicht erpressen.
Ich kreuze ab und zu Deine Wege,
ich warte hoffnungsvoll, angstlos auf Dein Credo,
auf Dein Vertrauen zu mir.
Ich habe nichts davon,
wenn Du Angst hast vor mir,
aber um Dein Vertrauen zu erreichen,
tue ich, Dein Gott, alles für Dich.

Und noch eine ZEN-Geschichte, die in unsere Zeit passt:

Ein junger Mann betrat im Traum einen Laden. Hinter der Theke stand ein Engel. Hastig fragte er ihn: „Was verkaufen Sie, mein Herr?“ Der Engel antwortete freundlich: „Alles was Sie wollen“. Der junge Mann begann aufzuzählen: Dann hätte ich gern das Ende aller Kriege in der Welt, bessere Bedingungen für die Randgruppen der Gesellschaft, Beseitigung der Elendsviertel in Lateinamerika, Arbeit für die Arbeitslosen, mehr Gemeinschaft und Liebe in der Kirche und... und...“ Da fiel ihm der Engel ins Wort: „Entschuldigen Sie, junger Mann, Sie haben mich falsch verstanden. Wir verkaufen keine Früchte, nur den Samen“.

Ein wichtiger Same kann eine Initiative evangelischer Theologieprofessoren an der Humboldt-Universität in Berlin, eine gemeinsame Fakultät der Religionen zu gründen, sein. Protestanten, Katholiken, Muslime und Juden sollen unter Wahrung ihrer Eigenständigkeit unter einem Dach kooperieren. Es werden auch islamische Lehrstühle befürwortet. Es handelt sich um eine einmalige Chance, den interreligiösen Dialog auf akademischem Niveau zu festigen und fortzuentwickeln. Zeitgleich wird in Berlin der Grundstein für eine moderne Moschee gelegt, in der Frauen und Männer gemeinsam beten und sich für einen fortschrittlichen Islam stark machen.

Solche Initiativen sind angesichts des Elends in der Welt, der aktuellen Entwicklungen in Syrien und der zunehmenden Bedrohung der westlichen Welt durch Islamisten dringend notwendig. Wir haben bereits im Weihnachtskurs auf den Verein Maalula e.V. hingewiesen, der über persönliche Beziehungen direkte Hilfen an Christen und Verfolgte in Syrien und im Nahen Osten leistet. Näheres dazu finden Sie/findet Ihr unter www.maalula.org. Auskünfte erteilt PD Dr. Andreas und Edibe Hertel unter info@maalula.org. Wer spontan helfen will, kann eine Spende auf ein Konto bei der Sparkasse Fulda überweisen:

IBAN: DE17 5305 0180 0000 0598 48

BIC: HELADEF1FDS

Eine Spendenbescheinigung wird zugesandt.

Bleibt uns Euch/Ihnen eine erfüllte Osterzeit zu wünschen, voller Liebe und Zugehörigkeit!

Herzliche Grüße!

Renate Lackner

Erich Spranger

Heinrich Allerstorfer

Elisabeth Schipek

Wilmar Freund

Kurse der Lehrer/innen im 2. Halbjahr 2017

Kurse in Armstorf:

Kontemplation – Einführung und Vertiefung

Donnerstag, 26. Juli – Montag, 31. Juli 2017

Leitung: Dr. Reiner Manstetten

Dr. Reiner Manstetten bietet noch weitere Kurse in anderen Tagungshäusern an: siehe unter www.reiner-manstetten.de

Zen für Ältere

Freitag, 01. Sept. – Dienstag, 05. Sept. 2017

Leitung: Wolf-Dieter von Lübtow

Zazenkai

Samstag, 09. Sept. 2017

Leitung: Gernot Geßendorfer

Zen-Einführung und Kurzsesshin

Donnerstag, 21. Sept. – Sonntag, 24. Sept. 2017

Leitung: Heinrich Allerstorfer

Zen-Sesshin

Donnerstag, 05. Okt. – Sonntag, 08. Okt. 2017

Leitung: Heinrich Allerstorfer

Zazenkai

Samstag, 04. Nov. 2017

Leitung: Wilmar Freund

Rohatsu-Sesshin

Freitag, 01. Dez. 2017 – Freitag, 08. Dez. 2017

Leitung: Erich Spranger und Heinrich Allerstorfer

Anmeldung für diese Kurse: www.schweigemeditation.de

Kurs in Höfen bei Neustadt/Aisch:

Zen-Sesshin

Dienstag, 29. Aug. – Sonntag, 03. Sept. 2017

Leitung: Erich Spranger

Anmeldung unter: www.zen-erich-spranger.de