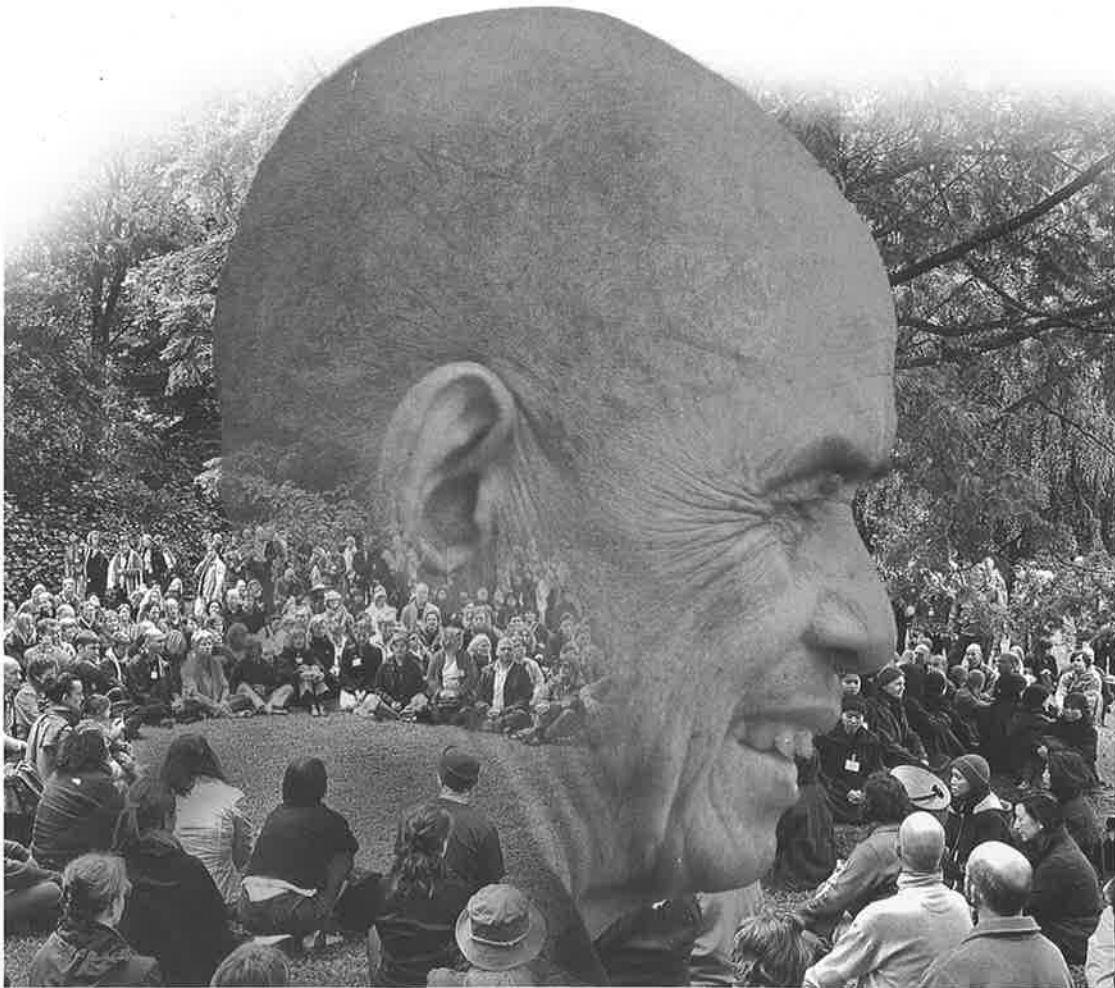


Wo ist Thay?

Die Suche nach einem Weg aus der Angst



Im Juni 2016 fand in Plum Village ein 21-Tage-Retreat statt. Es wurde nach dem Ort benannt, an dem der Buddha zahlreiche Lehrreden hielt – Vulture Peak. An einem der Retreat-Tage waren alle anwesenden Dharmalehrer eingeladen, sich in Upper Hamlet zu versammeln. Schwester Chan Khong eröffnete das Zusammensein mit einer Frage: „Liebe Freundinnen und Freunde, ich habe ein Rätsel für euch. Wo ist Thay?“ Niemand antwortete. Alle lächelten. Und ich dachte augenblicklich: „Wow, das ist das Thema meines Vortrags. Das ist das Thema, über das ich sprechen möchte. Wo ist Thay? Und um es etwas genauer auszudrücken, auf welche Art und Weise ist Thay in mir?“

Sinnsuche

Damit ihr meine Freude besser verstehen mögt, die ich empfand, als ich Thay begegnete, möchte ich ein wenig über den Ort erzählen, von dem ich kam. Bis ich elf oder zwölf Jahre alt war, hatte ich Freude am Spielen und ging gerne in die Schule. Dann auf einmal verlor das Gewohnte seine Bedeutung und interessierte mich nicht mehr. Die Welt wurde grau. Ich verlor meine Freude, konnte es nicht verstehen und wunderte mich darüber. Dieser Geisteszustand hielt für etwa ein Jahr an und verschwand dann zum Glück wieder. Aber er kam mehr oder weniger intensiv wieder zurück. Ich fragte mich: „Was mache

ich hier auf der Erde? Welchen Grund hat mein Dasein? Was ist der Sinn des Lebens?“

Als ich 18 Jahre alt war, erschien ein Bericht vom Club of Rome über den Zustand der Erde. „Toter Frühling“ hieß das Buch, dessen Titelseite einen toten Baum zeigte. Ich las sie nicht. Ich glaubte zu wissen, was darin stand, und fühlte Verzweiflung. Schon Jahre zuvor hatte ich mich, während ich abends abwusch, immer wieder gefragt: „Wenn jeder in Amsterdam und auf der ganzen Welt mehrmals täglich Spülmittel verwendet, wie bleibt das Wasser trinkbar? Wie können wir weiterhin überleben?“ Das Buch mit dem toten Baum schien meine Angst zu bestätigen. Sprach ich mit anderen darüber, sagten sie: „Eveline, mach dir keine Sorgen, die Natur ist stark. Sie kann sich selbst heilen.“ Niemand schien meine Angst zu verstehen. Ich fühlte mich sehr allein und hörte auf, darüber zu reden. Meine Sorgen über die Zukunft blieben. Über meinem Kopf fühlte ich eine schwarze Wolke und sah keinen Ausweg. Etwas zu tun, erachtete ich als bedeutungslos und dachte: „So, das ist es. Es scheint so zu sein. Ich werde mich damit abfinden und mein Leben leben müssen.“ Das tat ich. Wenig freudvoll.

Im Alter von achtundzwanzig Jahren las ich ein Buch über Parapsychologie. Als ich es fertig gelesen hatte, dachte ich: „Du kannst nie wissen, vielleicht gibt es mehr zwischen Himmel und Erde.“ Ich öffnete mich ein wenig und begann, mich für verschiedene spirituelle Traditionen zu interessieren. Ich begann, Workshops zu besuchen und Bücher zu lesen. Eines davon hieß „Die Tagebücher von Etty Hillesum.“ Etty war eine niederländisch-jüdische Frau. Sie war achtundzwanzig, in meinem damaligen Alter, als sie ihre Tagebücher schrieb, und sie wurde mir zur Freundin. Jeden Tag las ich ein paar Seiten ihres Buches. Etty zeigte mir einen Weg. Sie starb im Krieg. Sie hat ihn nicht überlebt. Aber dadurch, dass ich aus ihrem Leben Tag für Tag mehr erfuhr, erkannte ich, wie sie gewachsen war, wie sich Mitgefühl und Verstehen in ihr entwickelt hatten. Je dunkler die Umstände für Etty wurden, desto mehr erblühten ihr inneres Licht und ihre Stärke. Das gab mir Hoffnung, und ich spürte weniger Angst vor einer Zukunft, die dunkle Zeiten bringen könnte.

Die Entdeckung der Achtsamkeit

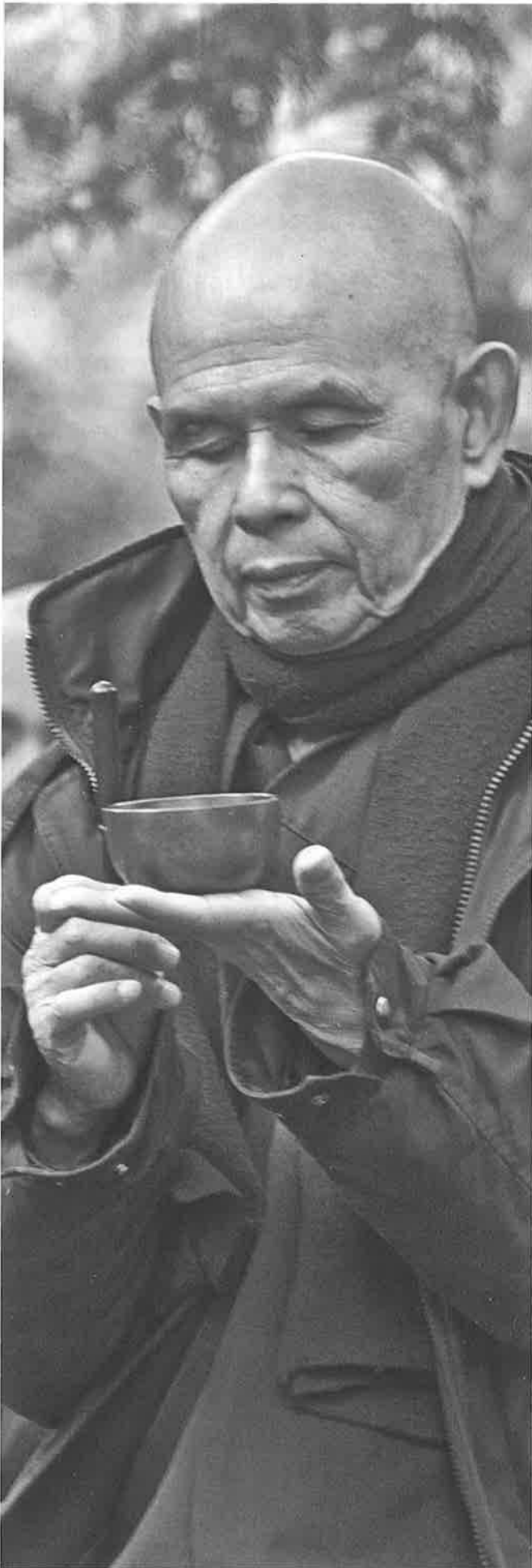
Eines Tages hatte ich das Glück, ein kleines Büchlein zu entdecken, das ein vietnamesischer Mönch geschrieben hatte: „Das Wunder der Achtsamkeit.“ Noch bevor ich es zu Ende gelesen hatte, wusste ich: „Das ist es. Nun habe ich gefunden, was ich all die Jahre gesucht habe.“ In der Hälfte des Buches gibt es eine Übung „achtsam spülen“. Ich war eifrig, es zu versuchen, und erinnere mich noch ganz deutlich an diese Erfahrung. Es fühlte sich so anders an zu spülen, die Bewegungen meiner Hände und die Temperatur des Wassers zu spüren und den Kontakt mit der Tasse, die ich hielt. Es kam Freude in mir auf. Danach hatte ich gesucht. Zuvor fühlte ich mich ausgeschlossen und verzweifelt und vermisste das

Gefühl der Verbundenheit. Und beim achtsamen Spülen entdeckte ich eine reale, direkte Verbindung. Ich war sehr glücklich und wusste: „Das ist mein Weg.“

Welch eine Überraschung, als ich zwei Tage, nachdem ich das Buch zu Ende gelesen hatte, in einer Zeitung las, dass der Autor, Thich Nhat Hanh, nach Amsterdam kommen würde und zu einem Meditationswochenende lud. Ich war neugierig, ihn zu treffen. Als ich Thy dann sah, fühlte ich mich augenblicklich sehr bewegt. Seine Sanftmut und sein Lächeln berührten mein Herz. Während des Wochenendes mit ihm und Schwester Chän Khong erfuhr ich von Plum Village und beschloss, noch im gleichen Sommer dorthin zu fahren. Als ich ankam, fühlte ich mich glücklich. Es fühlte sich an wie nach Hause kommen.

Nach Holland zurückgekehrt dachte ich: „Nun hat sich mein Leben verändert, nun werde ich glücklich sein.“ Das glaubte ich. Umso überraschter war ich drei Tage später zu merken, wie ich die alte Spur wieder aufnahm und die gewohnten Gefühle fühlte. Damals gab es keine Sangha in Amsterdam.





Ich behielt die Frage in meinem Herzen

Ein Jahr später kehrte ich nach Plum Village zurück und erlebte den Aufenthalt wieder sehr intensiv. Eine Tages stieß ich in der Bibliothek auf ein Magazin. Ich erinnere mich noch gut daran, was ich darin las. Es war ein Artikel über Rumi, einen persischen Sufi-Mystiker im zwölften Jahrhundert. Der Text berührte mich tief. Er beschrieb, wie innig Rumi seinen Meister liebte. Damit konnte ich mich sehr gut verbinden. Als sein Meister starb, war Rumi untröstlich. Und auch das konnte ich sehr gut nachfühlen. Ich erinnere mich an die Beschreibung, dass Rumi nach dessen Tod seinen Meister suchte. Nach fünf Jahren fand er ihn – überall. Entschieden dachte ich: „Das ist es, was ich will. Ich will Thay überall finden.“ In dem Artikel gab es eine Anleitung, doch ich hatte keine Ahnung, wie Rumi seinen Meister fand. Es war ein Koan. Ich durfte es allein herausfinden. Ich behielt die Frage in meinem Herzen und ließ sie mich begleiten: „Wie kann ich Thay überall finden?“

Noch im selben Jahr um die Weihnachtszeit luden Thay und Schwester Chan Khong zu einem Retreat in Paris, im Fleur de Cactus, in der heutigen Maison de L'Inspire. Wenn ich mich recht erinnere, waren wir zwischen 20 und 25 Personen. Zu der Zeit begann ich darüber nachzudenken, meinen Job zu kündigen. Ich war so unglücklich in meinem Job. Zuerst dachte ich, dass ich mit der Hilfe der Praxis in der Lage sein sollte, mich auch im Beruf wieder glücklich zu fühlen. Ich versuchte es, aber ohne Erfolg. Und dann, eines Tages, hörte ich Thay sagen, dass ein Keimling Schutz braucht, um zu wachsen. Das verstand ich wie eine Erlaubnis, meinen Job kündigen zu dürfen. Tief verängstigt, es zu tun, sprach ich während dieses Winter-Retreats mit ihm und Schwester Chan Kong über meine Situation und meine Angst. Als ich ging, sagte Thay zu mir: „Eveline, we are with you.“ Diese Worte waren sehr wertvoll für mich. „Wir sind mit dir.“ Ich weiß nicht, wie oft ich diese Worte in meinem Geist umgedreht habe und mich fragte, was Thay genau damit meinte. Auf welche Art und Weise war Thay mit mir? Es tauchte eine Geschichte auf, die ich ein paar Jahre zuvor in einem Buch gelesen hatte. Es hieß „Unter Meistern im Himalaya“. Eine Erzählung dieses Buches beschrieb einen Schüler, der in der Nacht allein einen schmalen Pfad auf einem Berg ging. Plötzlich rutschte er aus und stürzte in den Abgrund. Wie durch ein Wunder zog ihn der Meister hoch und brachte ihn zurück auf den Weg. „Wie ist Thay mit mir?“ Die Geschichte fühlte sich nicht so an, wie Thay mit mir war.

Begegnung in Übersee

Ein paar Monate später kündigte ich meine Arbeitsstelle und ging, auf Einladung eines Mönchs und eines Freundes, die beide in San Francisco lebten und die ich aus Plum Village kannte, nach Amerika. Und wieder einmal fürchtete ich mich zu Tode vor dieser weiten Reise mit dem Flugzeug, ganz allein, nach USA! Doch ich wollte dort verschiedene Zen-Zen-

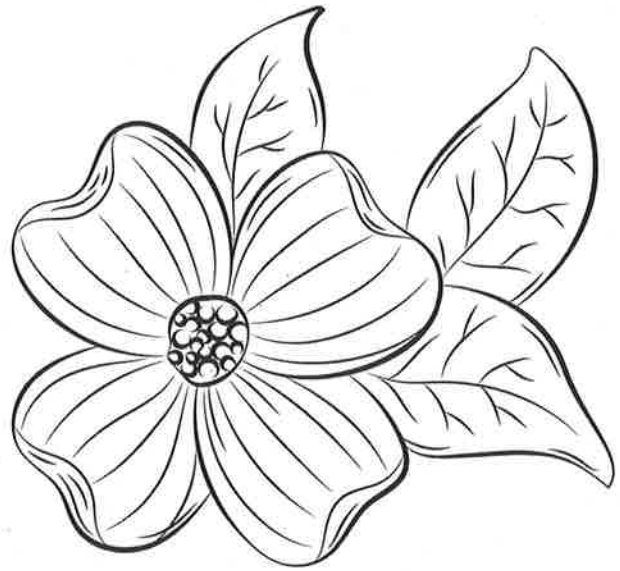
tren kennenlernen und anderen Lehrern begegnen. Thay war der einzige Lehrer, den ich bis dahin kannte.

Der Einladung von Thay Tu Luc folgend, ging ich nach San Francisco und blieb eine Weile in dem vietnamesischen Kloster, in dem er lebte. Eines Tages sagte er: „Eveline, wenn du möchtest, führe ich dich in das Kim Son Kloster in den Bergen, mitten im Wald.“ Das schien ein schönes Abenteuer zu werden. Ich willigte ein und genoss es sehr, in Kim Son zu sein. Es gab Rotbuchen, und die Natur war dort sehr ursprünglich. Und was meint ihr, wer nach ein paar Wochen dort zu Besuch kam? Ja, Thay kam! Was für eine Überraschung! Thay und Kim Son waren zwei Welten für mich. Und plötzlich war er da und erinnerte sich wieder an „die Frau mit dem Fahrrad“ – die Frau, die mit dem Fahrrad nach Plum Village gekommen war.

Ich hatte geplant, ein halbes oder ein Jahr in den USA zu bleiben. Doch dann war ich so glücklich, mit Thay zu sein, und begann mich zu fragen: Ist es eine gute Entscheidung, in Amerika zu bleiben? Sollte ich nicht nach Europa zurückzugehen und den Sommer in Plum Village verbringen? Es ist so kostbar, mit Thay zusammen zu sein. Wer weiß schon, wie lange das möglich ist? Sollte ich nicht zurückgehen?“ Ich überlegte hin und her. Die Frage bedrückte mich, weil ich endlich in USA war, nachdem es von mir so viel Mut gebraucht hatte, diesen Schritt zu machen. Und jetzt, wo ich hier war, sollte ich wieder zurückgehen? Ich ging zu Thay und erklärte ihm die Situation. Ich habe Thay nie viele Fragen gestellt, doch dies ist eine davon: „Thay, was denkst du, sollte ich bleiben, oder sollte ich gehen und mit dir das Sommerretreat in Plum Village verbringen?“ Könnt ihr euch vorstellen, was er antwortete? Er gab mir eine sehr reizende Antwort, die ich immerzu in mir trage, wenn ich mich zwischen etwas entscheiden muss: „Beides ist ok.“ Ich entschied mich zu bleiben.

Eins mit dem Mond

Zehn Tage später reiste Thay ab. Es war ein wunderschöner Tag, ein wunderbarer Abend. Thay war gegangen, und ich hatte entschieden zu bleiben und wusste, dass ich ihn sehr lange nicht sehen würde. Ich fühlte mich traurig und ging raus in die Natur. Ich saß auf einem Baum. Ich saß stundenlang im Wald und betrachtete die Bäume und den Himmel, während der Himmel dunkel wurde. Und wieder fragte ich mich: „Auf welche Art und Weise ist Thay mit mir?“ Dann, als ich den Himmel betrachtete und die weit entfernten Berge, entdeckte ich plötzlich Licht über den Bergen und war überrascht. „Hatte ich zuvor nicht genau hingeschaut? Noch nie hatte ich dort oben eine Stadt bemerkt.“ Das Licht wuchs und wurde intensiver und auf einmal war da, der Mond. Es war keine Stadt. Es war der Mondschein. Der Mond ging auf. Und ich sah den schönsten, größten und strahlendsten Mond, den ich je gesehen hatte. Er war riesig und bewegte sich anmutig. Der Himmel war wolkenlos, der Abend still, es gab keinen Wind, die Atmosphäre war sehr friedvoll. Der Mond stieg



langsam. Und plötzlich war da ein Ton. Der Klang der Glocke. Die Glocke, die zur Meditation rief. Ich fühlte mich nicht danach, nach drinnen zu gehen. Ich starrte auf den Mond und fühlte mich tief verbunden. Ich war glücklich und unglücklich zugleich, weil ich Thay vermisste. Dennoch stand ich auf und ging hinein. Sowie ich mit den anderen Menschen in der Meditationshalle war, bereute ich es: „Was habe ich getan? Ich hätte draußen bleiben sollen!“ Zum Glück hatte das Kim Son Kloster große Fenster, die – wenn ich mich recht erinnere – vom Boden bis zur Decke reichten. Ich wählte einen Platz, von dem aus ich den Mond sehen konnte, und fuhr fort, den Mond anzublicken. Ich war nicht sehr konzentriert. Ich war traurig. Thay war nicht da. Ich war reingekommen und hätte draußen bleiben sollen. So gut ich konnte, versuchte ich, mit dem Mond verbunden zu bleiben. Und dann passierte etwas, was ich nie verstanden habe. Bis heute nicht. Dieser riesige, hell scheinende Mond, den ich da drüben sah, begann, aus meinem Bauch heraus zu scheinen, genauso groß und strahlend. Ich sah es scheinen. Es war etwas, was ich nicht mit dem Verstand erfassen konnte, es passierte einfach, und ich schaute staunend zu. Im selben Moment geschah noch etwas anderes. Während der Mond schien – es waren nun zwei Monde, der Mond im Außen und der Mond in meinem Innern – fühlte ich Thays Lächeln in mich einsinken. Ich fühlte es wahrlich. Oft hatte ich Thay zuvor lächeln sehen und in dem Augenblick fühlte ich sein Lächeln, seine Heiterkeit, in mich absteigen, und ich fühlte, wie es am Grund meines Seins ruhte. Ich wusste, dass ich Thay für immer dort finden würde und dass das die Antwort auf meine Frage war: „Wie ist Thay mit mir?“ Obwohl es Wellen an der Oberfläche gibt, in der Tiefe meines Seins fühle ich Thays Gegenwärtigkeit.

Mein Aufenthalt in Amerika dauerte ein Jahr. Nach Europa zurückgekehrt, öffnete Plum Village seine Tore für Laien, die dort dauerhaft wohnen wollten. Ich musste nicht zweimal überlegen. Ich zog nach Plum Village. Und das ist eine Geschichte für sich.

Achtsamkeit und Poesie

Mir wurde ein Zimmer zugewiesen, von dem aus ich jeden Abend den Sonnenuntergang beobachten konnte. Es war wunderschön. Thay kam zwei Mal die Woche zu Besuch und lud uns acht LaienbewohnerInnen ein, unsere Erfahrungen mit der Praxis auf eine kreative Art und Weise auszudrücken. Er ermutigte uns, zu singen und Lieder zu schreiben. Ich schrieb ein Lied über meine Erfahrung mit dem Mondaufgang in Amerika und den Sonnenuntergang in Plum Village.

The sun is going down
and the sky is turning grey.
The day has not yet ended
while the night is on its way.
I hear a last bird singing,
and I join it in its song,
And then everything falls silent
while the twilight lingers on.

Now the stars are growing brighter,
we are waiting for the moon.
It is rising from a mountain
like a luminous balloon.
Shining brighter than the sunshine,
smiling limitless serene.
Shining inside, shining outside,
it's a moon I've never seen.

I keep looking in amazement,
I keep looking in delight.
Every leaf has turned transparent,
now it seems no longer night.
I would like to look forever,
and I pray we never part.
Then at once I find it shining
from the bottom from my heart.

Shining brighter than the sunshine,
smiling limitless serene,
Shining inside, shining outside,
it's a moon I've never seen.
I keep looking in amazement,
I keep looking in delight
And my joy surmounts the mountains,
I have found the moon inside.

Der Vortrag von Eveline kann auf You Tube in voller Länge angesehen werden. Das Lied zu hören, das sie während des Vortrags vorträgt, ist ein sehr berührendes Erlebnis.

*https://www.youtube.com/watch?v=HyW__i_OUUU
oder *Where is Thay?* auf You Tube eingeben*

Das Wunder der Gegenwärtigkeit

Ich bin mir Thays Gegenwärtigkeit bewusst. Dies ist eine Art, auf die ich Thay gefunden habe. Und es gibt noch andere Arten, auf die ich Thays Präsenz im Verlauf der Jahre erfahren habe. Thays Energie ist präsent, wenn ich konzentriert praktiziere. Je konzentrierter ich bin, desto gegenwärtiger ist Thay. Er ist präsent in meiner Praxis.

Gehmeditation ist meine Lieblingspraxis. Vor vielen Jahren lehrte mich Thay, was er während der Gehmeditation öfters tat. „Manchmal gehe ich mit meinen Schülern oder mit einem meiner Schüler. Beim Einatmen, mit jedem Schritt, sage ich den Namen dieses Schülers. Und beim Ausatmen sage ich bei jedem Schritt, ‚Ich bin da, ich bin da, ich bin da.‘“

Ich dachte: „Das ist eine sehr schöne Praxis. Die will ich ausprobieren“, und praktizierte sie, als mein Vater starb. „Papa, Papa, Papa, ich bin da, ich bin da, ich bin da.“ Während dieser Übung fühlte ich mehr und mehr die Präsenz meines Vaters und wie von selbst wurde aus dem „ich bin da“ ein „wir sind hier, wir sind hier, wir sind hier“. Das geschieht auch, wenn ich Thay einlade, mit mir zu gehen. Ich beginne immer mit „ich bin da“, bis ich Thays Gegenwärtigkeit spüre, und dann wandle ich es – oder es verändert sich von selber – in „wir sind hier, wir sind hier, wir sind hier“.

Nachdem ich ein paar Jahre nach Plum Village gekommen war und dort Freunde, liebe Freunde, Dharmafreunde, gefunden hatte, begann ich Thays Gegenwart im Zusammensein mit ihnen zu spüren, ihn in meinen Freunden zu erkennen. Meine Angst schwand. Sollte Thay nicht mehr unter uns sein, sind da die Dharmafreunde und Thay ist in ihnen.

Als ich von Thays Schlaganfall hörte, war ich erschüttert. In dieser Woche ging ich zur Sangha in Amsterdam. Obwohl hauptsächlich Menschen da waren, die nicht regelmäßig kommen, war in der Energie der Sangha die Präsenz von Thay spürbar. Ich fühlte mich so erleichtert. Das war eine Bestätigung, dass Thay wirklich gegenwärtig war. Ich konnte seine Präsenz fühlen.

Thay ist auch anwesend in der Art, wie ich die Dinge betrachte. Ich habe so viel von dem übernommen, was er lehrt, sodass die Art, wie ich sehe, die Art, wie ich höre, und die Art, wie ich denke, derart verwoben ist mit dem, was ich gelernt habe. Thay ist in allem, was ich sehe, was ich höre, was ich denke – zumindest, wenn ich achtsam bin.

Hier in Plum Village zu sitzen bedeutet, das Glück zu haben an einem Ort zu sein, an dem ich Thay überall sehen kann – in mir und überall um mich herum.



Eveline Beumkes

True Harmony (14 MT), Courage of the Heart (5 MT), praktiziert mit der Amsterdamer Sangha Dharmatalk vom 08. Juni 2016 während des Vulture Peak Retreats in Upper Hamlet, Plum Village, Frankreich