



Foto: Barbara Ludwig

Begegnung mit dem Jesuiten Niklaus Brantschen

## Zen – das Geschenk des Ostens

*Immer mehr buddhistische Gruppen und Zentren gibt es in der Schweiz: Buddhismus scheint angesagt zu sein. Weniger bekannt ist, dass auch Christen sich intensiv mit der asiatischen Religion auseinandersetzen. Ein Pionier der ersten Stunde ist Niklaus Brantschen. Wir haben den Jesuiten und Zen-Meister in Edlibach im Kanton Zug besucht.*

von Barbara Ludwig

**D**er Meister sagt einen Satz. Dann ist Stille. Auch der zweite Satz ist kurz, wieder folgt eine Pause. Niklaus Brantschen spricht langsam. Wir sitzen zwar nicht im Zendo, dem Zen-Übungsraum des Lassalle-Hauses Bad Schönbrunn in Edlibach. Dennoch ist es wie eine erste Lektion in Entschleunigung, wenn der Jesuit und Zen-Meister erklärt, was Zen-Meditation ist und wie er sie praktiziert. Dies tut der 75-Jährige seit 36 Jahren. Brantschen ist noch immer Christ. Der katholische Priester hat einen Weg gefunden, Christentum und Zen zu verbinden.

«Zen ist vor allem eine Praxis, und die besteht im Zazen. Za heisst sitzen. Zen heisst Meditation. Zazen ist also eine

Meditationspraxis im Sitzen. Wie ich das konkret mache? Ich sitze am Boden, aufrecht, mit offenen Augen, der Kontakt nach aussen bleibt, ohne umherzuschauen, ich atme ganz natürlich und ruhig. Das ist die Praxis. Nicht mehr und nicht weniger», sagt Brantschen. Wir sind in einem Sitzungszimmer des Lassalle-Hauses Bad Schönbrunn, einem auffällig konstruierten Gebäude inmitten einer grosszügigen Gartenanlage.

### Das eine tun und das andere nicht lassen

Der Mann ist gross, schmal. Ein Asket? Auf alle Fälle jemand, der sich mit Haut und Haar eingelassen hat auf die Begegnung mit östlicher Spiritualität und Zen

als «wunderbares Geschenk des Ostens» erlebt, wie er selber sagt. 1988 erhielt der gebürtige Walliser vom Japaner Yamada Rōshi (1907–1989) die Erlaubnis, Zen zu lehren. 1999 wurde Brantschen Zen-Meister. Er entwickelte in der Folge das Bildungshaus der Jesuiten zum Zentrum für Spiritualität, Dialog und Verantwortung, in dem seit bald zwanzig Jahren auch Zen-Kurse angeboten werden. Die Kursleiter, Männer und Frauen, sind bis auf wenige Ausnahmen Christen.

Aber wie geht das zusammen, Zen und Christentum? Brantschen hat eine einfache Antwort parat: das eine tun und das andere nicht lassen. Das heisst: eine halbe Stunde meditieren, ohne Wort, ohne Gedanken. Dann einen Text aus der Bibel lesen. Zum Beispiel das Gleichnis vom «Schatz im Acker» (Mt 13,44): «Mit dem Himmelreich geht es zu wie mit einem Schatz, der im Acker vergraben war. Den fand jemand, vergrub ihn schnell wieder, und in seiner Freude ging er hin und verkaufte all seine Habe, um dafür jenen Acker zu kaufen.»

Niklaus Brantschen:

**«Zen hilft wirklich, Gier, Hass und Verblendung zu überwinden, indem es mich den Reichtum erfahren lässt. Nicht den Reichtum, den ich habe, sondern den Reichtum, der ich bin»**

Der Text, das Bildwort, spreche ihn unmittelbar an, wenn er vorher Zazen praktiziert habe, erzählt Brantschen. Tabu ist hingegen das Vermischen: «Ich sitze nicht und meditiere einen Bibeltext, sondern ich sitze im Zazen. Und ich beschäftige mich als katholischer Priester bei der Vorbereitung der Predigt oder sonst mit der Bibel.»

In vielen westlichen Köpfen spukt die Vorstellung herum, im Buddhismus gehe es um Selbsterlösung. Diese Vorstellung sei falsch, hält der Jesuit fest, der 1976 erstmals Japan besuchte. Er habe erfahren, dass die Buddhisten durchaus viel von sich verlangten, gleichzeitig aber bereit seien, auch zu beten und sich niederzuwerfen; sie wüssten «in aller Demut», dass sie «alles tun können, aber nichts machen». Gleiches gelte für die christliche Gnade: «Alles ist Gnade, aber alles ist auch Einsatz.» Eine «billige Gnade» gebe es weder hier noch dort.

### Befreiung vom Kreisen um sich selber

Auf die Frage, wovon denn das Zen erlösen könne, antwortet Brantschen ohne Umschweife: vom Egoismus, vom Kreisen um sich selber. «Wenn ich mich ins Zentrum stelle und alles andere um mich herum gruppriere, so unter «ferner liefen», dann ist das Egoismus.» In der buddhistischen Tradition spricht man von den drei Giften Gier, Hass und Verblendung. Von diesen Giften könne eine intensive Zen-Praxis befreien.

Der Ordensmann schätzt Zen insbesondere als direkten Weg vom Haben zu einer Haltung des Seins. Als eine Metho-

de, die hilft, den heute grassierenden Konsumismus hinter sich zu lassen. Der erste «Glaubenssatz» dieser neuen «universellen Religion» laute: «Ich kaufe, also bin ich. Ich kaufe mehr, also bin ich mehr. Ich habe mehr, also bin ich mehr.» Das sei falsch, sagt Brantschen. Wer mehr hat, hat mehr, das ist alles.

«Zen hilft wirklich, Gier, Hass und Verblendung zu überwinden, indem es mich den Reichtum erfahren lässt. Nicht den

### Sucher voll innerer Sicherheit

Niklaus Brantschen (75) stammt aus dem Wallis. Er studierte Philosophie in München und Theologie in Lyon. 1988 erhielt der Jesuit die Zen-Lehrbefugnis durch den Japaner Yamada Rōshi. Seit 1999 ist Brantschen Zen-Meister. Von 1993 bis 2001 leitete er das Lassalle-Haus Bad Schönbrunn in Edlibach ZG, von 1995 bis 2002 das Lassalle-Institut Bad Schönbrunn. 2005 gründete Brantschen die Kontemplationsschule «Via integralis», wo Zen und christliche Mystik aufeinandertreffen.

Reichtum, den ich habe, sondern den Reichtum, der ich bin.» Im Buddhismus nennt man dies Erkennen des wahren Wesens.

#### «Der Klang der Glocke und ich sind eins»

Aus dieser Erfahrung schöpft der Jesuit eine «grosse Kraft und Freiheit», sagt er. Und manchmal kann Zen auch zur Erfahrung der Einheit mit allem führen, was auch das Ziel der Meditationspraxis ist. Brantschen: «Nach einem intensiven Zen-Training sass ich im Garten des Zen-Tempels. Irgendwann fiel ein Blatt vom Baum. Nur ein Blatt. Und ich habe genau erfahren – nicht nur gewusst –, das fallende Blatt ist alles. Ein anderes Beispiel: Ich merkte plötzlich, die Tempelglocke, ihr Klang und ich sind nicht zwei oder drei, sondern es ist eins.»

Wenn man sich so erfahre, «nicht mehr als herausgestanzt sozusagen aus dem Strom des Lebens», müsse man keine Angst mehr haben, erzählt Brantschen. Aber: Machen kann man das nicht, das Einssein mit allem. Man kann nur üben, üben, schreibt der Jesuit in einem seiner Bücher.

Grosses Verständnis hat Brantschen für Menschen, die suchen, und sei es im Buddhismus. Natürlich gebe es die blosse, manchmal schnell verpuffte Neugier-

de am Fremden oder den Wunsch, Stress abzubauen, besser zu schlafen. Alles legitim, findet der Meister. Ein tiefer liegender Grund für das Suchen sei aber «die Not, in der wir sind in dieser laut und schnell gewordenen Welt». «Östliche

der im Westen praktizierte Buddhismus in vielen Fällen mehr als Folklore. Es gibt Leute, die dranbleiben, jahrelang systematisch üben und zu einem angstfreien Leben gelangen. Und auch entsprechend handeln. «Das ist der springende Punkt.

Niklaus Brantschen:

### «Wenn jemand chronisch keine Zeit hat, ist er kein spiritueller Mensch. Wenn jemand chronisch humorlos ist, ist er nicht spirituell»

Wege sind Wege der Entschleunigung, der Unterbrechung, der Stille», so Brantschen. Im Übrigen habe jede spirituelle Tradition, die diesen Namen verdiene, eine entschleunigende Funktion und führe vom Mehr-Haben zum Mehr-Sein.

#### Buddhismus im Westen – mehr als Folklore

Die Menschen von heute hätten eine tiefe Sehnsucht nach existenziellen Erfahrungen, die sie wirklich sättigen, ist der Jesuit überzeugt. Aus seiner Sicht ist

Der Weg nach innen ist nur ein halber Weg, wenn er nicht auch nach aussen führt. Innerlichkeit muss sich äussern.»

Christen nennen das Nächstenliebe. Brantschen erzählt von der Frau, die seit dreissig Jahren regelmässig nach Bad Schönbrunn zur Meditation kommt. Eines Tages war sie bereit, einer wildfremden Person eine Niere zu spenden. «Zen hilft zu lieben, alle zu umarmen», sagt der Meister. Dann kommt der wunderbare Satz: «Du möchtest gut sein, weil es schön ist, gut zu sein.»

#### Vom Humor des Dalai Lama

Dass der Dalai Lama, das spirituelle Oberhaupt der Tibeter, im Westen derart viele Anhänger hat, irritiert den Jesuiten nicht. «Die Menschen suchen eine Vatergestalt, einen spirituellen Leader, der keine Angst hat, eine grosse Freiheit und Offenheit ausstrahlt. Eine Identitätsgestalt. Es gibt nicht viele Dalai Lama.» Wie es auch nicht viele Päpste gebe mit der Ausstrahlung eines Johannes XXIII. oder eines Johannes Paul II. Was beim Dalai Lama so wohltuend sei, sei dessen Humor, seine innere Distanz zu dem, was er tut.

Humor sei im Übrigen eine spirituelle Qualität, genauso wie Zeit haben, sagt Brantschen. «Wenn jemand chronisch keine Zeit hat, ist er kein spiritueller Mensch. Wenn jemand chronisch humorlos ist, ist er nicht spirituell.»

Man merkt: Das ängstliche Abschotten des Eigenen, zum Schutz der eigenen christlichen Identität, ist des Meisters



Ein Buddha, Orchideen und Bilder von Zen-Meistern – Niklaus Brantschens kleines Stück Japan in katholischer Welt.



Zazen: am Boden, aufrecht sitzend mit offenen Augen, ruhig atmend, gesammelt – und im Kontakt.

Sache nicht. Die Begegnung der verschiedenen Religionen sei im Gegenteil ein Gebot der Stunde in einer Zeit, in der die Welt zusammenwächst, findet Brantschen. «Heute ist die Notwendigkeit und die Chance gegeben, durch die Begegnung mit dem Buddhismus, speziell über die Zen-Meditation, das Christentum – nicht aufzumöbeln, das ist der falsche Begriff, aber neu zu sehen und zu formulieren.»

Die Erfahrung mit Zen helfe etwa, den mystischen Schatz des Christentums neu zu entdecken. Die deutschen und die spanischen Mystiker, Meister Eckhart, Johannes Tauler, Heinrich Seuse, Teresa von Avila und Johannes vom Kreuz, aber auch die Kirchenväter. Bei Eckhart finde man zum Beispiel die Aussage: «Wäre das Wort «Danke» das einzige Gebet, es würde genügen.» Brantschen erklärt: «Es würde genügen, nur Danke zu sagen. Und zwar existenziell, das heisst, durch mein Leben Dank sein. So etwas versteht man ganz anders, wenn man trainiert ist im Zen.»

Der Jesuit lebt die Verbindung von Zen und Christentum seit Jahrzehnten. Diese Erfahrung will er auch weitergeben:

Zusammen mit der Heilpädagogin und Psychologin Pia Gyger hat der Jesuit 2003 die Lassalle-Kontemplationsschule «Via integralis» gegründet.

#### Ein kleines Stück Japan

Geübt wird dort, wo wir uns nach dem vegetarischen Mittagessen zum Fototermin treffen: im Zendo, einem grossen, rechteckigen Raum. Quadratische Sitzmatten in vier langen Reihen, darauf je ein Sitzkissen. Durch hohe schmale Fenster fällt fahles Oktoberlicht. Der Raum ist leer; die Kursteilnehmer – stille Menschen in dunklen Gewändern – trinken gerade Tee in der Cafeteria des Hauses.

Der Pater setzt sich auf eines der Kissen. Er trägt jetzt eine Jin-Baori, eine ärmellose Jacke. Auf dem einzigen Möbelstück im Zendo, einem kleinen Tischchen, steht ein Bild von Yamada Roshi, dem Lehrer von Brantschen. Ein kleines Stück Japan mitten im ländlichen Teil des Kantons Zug. Ein Stockwerk weiter oben gibt es eine Kapelle, wo der Jesuit Gottesdienst feiert. ■

#### Buchtip

Niklaus Brantschen:  
**Mehr als alles. Denkanstösse aus Zen und Christentum.**  
Kösel-Verlag, München 2012.  
128 Seiten, Fr. 24.40.  
ISBN 978-3-4663-7056-6.

