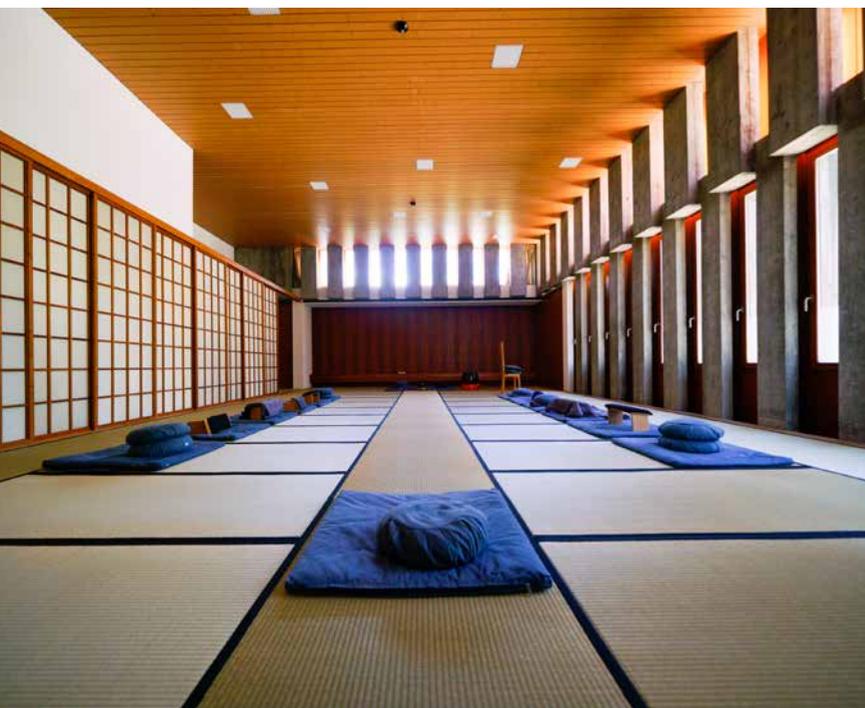


«Auszeit zur rechten Zeit.»

Der 82-jährige Jesuit Niklaus Brantschen ist auch Zen-Meister. Das Lassalle-Haus, das er als Zentrum für interreligiöse Begegnung mitbegründet hat, bietet Raum und Zeit für Entschleunigung. Er selbst findet Ewigkeit in der Stille und zeigt Interessierten, wie man mit Meditation dorthin gelangt.

Auf der Suche nach verlorener Zeit besuchen viele stressgeplagte Menschen das Lassalle-Haus. Denn hier, im interreligiösen Zentrum und im Institut für Zen, Ethik und Leadership, ist es still – und zwar bewusst. «In der Stille», erklärt Niklaus Brantschen, «dehnt sich die Zeit aus und es entfaltet sich ihre heilsame Kraft. Nur in der Stille können wir erahnen, dass es Unendlichkeit geben könnte.»



Im Zen-Do, dem Saal für Meditation, ist Stille geboten. Sie macht diesen Raum zu einem Kraftort.

Um solche Momente der Ewigkeit zu erleben, übt er sich in Geduld. Denn diese Tugend sei ihm alles andere als angeboren. Als Sechsjähriger sei er mit Vater und Brüdern zur Hütte des Walliser Weisshorns aufgestiegen und habe immer vorauslaufen wollen. Ständig habe er gefragt, wie all die Berge hiessen. Sein Vater habe ihn ermahnt, steten Schrittes zu wandern und sich die Fragen bis zur nächsten Pause aufzuheben. Seither ist für Niklaus Brantschen klar: «Es gilt, die Zeit zu nutzen, denn sie flieht unwiederbringlich. Aber oft verlieren wir die Zeit und uns selbst im Getue, Gehabe oder im Gerede.» Und der Zen-Meister zitiert gleich Wilhelm Busch: «Da sagt einer im schnellen Lauf, ich gehe in der Arbeit auf. Doch bald, nicht mehr so munter, geht er in Arbeit unter.»

Time-out anstelle von Burn-out sei angesagt, so Niklaus Brantschen, der in Deutschland und Frankreich Theologie und Philosophie studiert hat. Aber wie soll man sich eine Auszeit nehmen, wenn man schon gestresst ist? Wie Zeit finden zur Meditation, wenn einem die Arbeit über den Kopf wächst? «Das werde ich oft gefragt», antwortet er schmunzelnd: «Nehmen wir an, Sie meditieren jeden Morgen 15 Minuten. Sehr gut. Wenn Sie gestresst sind, meditieren Sie einfach 30 Minuten. Oft bringt gerade ein kleiner Umweg die gesuchte Lösung.» Auch hier zieht der passionierte Berggänger und frühere Kletterer den Quervergleich zum



Wie lernt man «Zeit haben» in einer Zeit, in der man sich sogar die Nase mit «Tempo» putzt? Niklaus Brantschen rät, Distanz zum Geschehen zu gewinnen und sich über das zu definieren, was man im Augenblick ist.

Wandern. Mit jedem Schritt lasse man Anspannung und Probleme ein Stück zurück. Man gewinne Abstand, und aus der neuen Perspektive werde man sich seiner Ziele wieder bewusst.

Die geliebten To-dos

Wird ihm sein Alltag denn nie zu viel? «Na ja», sagt Niklaus Brantschen lächelnd. «Manchmal komme auch ich aus dem Rhythmus und muss bei gewissen Anfragen «Nein» sagen. Schliesslich bin ich zu alt, um Dinge nur halb zu machen.» Doch wenn er sich seine Termine etwas genauer anschauere, merke er, dass alles Chancen für Begegnungen sind, Erfahrungen und Ereignisse, auf die er sich freue. Kein Wunder hat er sein Büchlein umbenannt; von Agenda auf Amanda – also wörtlich von zu Erledigendem auf zu Liebendes; eine gedankliche Umstellung von «to do» auf «to love».

Und wie können wir die Liebe im Alltag stärken? «In allen spirituellen Traditionen

«Zeit ist mehr als Chronos, viel mehr als nur das, was wir in Stunden und Minuten messen. Zeit ist auch der rechte Moment – Kairos.»

Jesuit Niklaus Brantschen

gibt es hierfür einen Schlüssel: die innere Einkehr. Eine Auswirkung der Einkehr ist Achtsamkeit im Alltag, die Bereitschaft, ganz in dem anwesend zu sein, was wir jetzt gerade tun. Das achtsame Wahrnehmen des Lebens in all seinen Formen öffnet unser Herz für die Mystik des Alltäglichen.» Entsprechend bietet das Lassalle-Haus mehrere Kurse rund um dieses Thema an, auch unter dem Titel

Wir sind die jungen Alten!

Die Spontanität der Jugend verbunden mit der Erfahrung des Alters – das ist auch unser Erfolgsrezept.

Seit über 88 Jahren Medien mit Zukunft!



Brunner AG
Druck und Medien
Arsenalstrasse 24, 6010 Kriens
www.bag.ch

BRUNNER
DRUCK UND MEDIEN

Tipps.

Kurs: Lassalle-Haus – Auszeit zur rechten Zeit
www.lassalle-haus.org/auszeit.html

Ausstellung: Sounds of Silence – Museum für Kommunikation, Bern
www.mfk.ch/ausstellungen/sounds-of-silence/

Buch: Zwischen den Welten daheim
Brückenbauer zwischen Zen und Christentum
Patmos-Verlag:
ISBN 978-3-8436-0965-4

Das Lassalle-Haus: Die Architektur ist wohltuend, das Raumangebot grosszügig und der Park harmonisch eingebettet in die Zuger Hügellandschaft.

«Auszeit zur rechten Zeit». Das «Zentrum für Spiritualität, Dialog und Verantwortung» wird als gemeinnützige Institution vom Jesuitenorden getragen. Der Name nimmt Bezug auf Hugo Lassalle, der 1929 als Jesuit und christlicher Missionar nach Japan reiste, dort den Zen-Buddhismus kennenlernte und sich – auch als Überlebender des Atombombenangriffs auf Hiroshima – Zeit seines Lebens für den interkulturellen und interreligiösen Dialog engagierte.

Bei sich – zwischen den Welten

«Mit der Gründung des Lassalle-Instituts, das im Lassalle-Haus beheimatet ist, wollten wir Führungskräfte aus Wirtschaft und Politik gezielter ansprechen», sagt Niklaus Brantschen. Mit der Zen-Meditation, betont er, könnten spirituelle Erfahrungen auch Leuten vermittelt werden, die Hemmungen

hätten, ein christliches Bildungshaus zu betreten. «Wer beim Beten oder in der Meditation Stille übt, sich selbst nicht zu ernst nimmt, erkennt, dass Uhrzeit nicht alles ist. Zeit ist mehr als Chronos, viel mehr als nur das, was wir in Stunden und Minuten messen. Zeit ist auch der rechte Moment – Kairos.» Zeit sei auch Ewigkeit, und eine Ahnung von Ewigkeit erspüre man nur im absolut präsenten Moment. Wie schon Angelus Silesius sagte: «Zeit ist wie Ewigkeit und Ewigkeit wie Zeit, so du nur selbst nicht machst einen Unterschied.»

Eine halbe Ewigkeit ist Niklaus Brantschen nun schon mit dem Lassalle-Haus verbunden. Als Direktor zweimal zehn Jahre; als Kurs- und Seminarleiter in ununterbrochener Folge seit über 45 Jahren. Und doch: Er sei «zwischen den Welten daheim», wie eines seiner Bücher heisst. Ist das nicht ein bisschen wie zwischen Stuhl und Bank? Wo ist einer daheim, der nirgends daheim ist? «Ich bin bei mir zu Hause», sagt Brantschen. «Doch der Weg dahin war alles andere als gradlinig. Es gab immer mal wieder Zweifel. Sie sind wie Schwellen, halten uns auf, aber es braucht sie. Sie helfen uns, zu prüfen, ob wir den geplanten Schritt wirklich tun wollen. So fragte ich mich etwa, ob ich Jesuit werden wolle. Ich wagte den Schritt und bereue ihn nicht. Auch als ich mich für Zen entschied, zweifelte ich. Als mir ein Traum den Weg wies, wurde mir klar, dass ich weiter zum Herzen des Buddhismus, zum Zen, vordringen durfte. Dann ging ich nach Japan und kehrte reich beschenkt zurück – die Idee für das Lassalle-Haus war geboren.»

War für ihn schon immer der Weg das Ziel? «Selbstverständlich macht jeder Schritt Sinn, ja. Aber auch das Ziel ist das Ziel. Ohne Vorhaben erreichen wir nichts.» Nur dürfe man eines nicht vergessen: «Stille bewegt.»

■ Marlies Keck

