

# JUJUKAN, NAIKINKAI oder was meinen die mit "Möge mein unbeflecktes Herz triumphieren?"

von Gitti Fenko

Ein Hörspielmonolog in sieben Akten und 3 Fragen

Radioreporter:

Herzlich willkommen, meine Damen und Herren, zur vierten Auflage eines siebentägigen Naikan-Derbys. Es geht auch diesmal wieder um die Bewusstwerdung von Gitti F. Ja, das wird wieder ein heißer Kampf werden, wir erinnern uns noch gut an das letzte Match 1996 in Wolfsthal in Österreich. Das Stadion ist diesmal exzellent ausgewählt. Ein Franziskanerinnenkloster im Herzen Oberbayerns, nahe Dorfen: gepflegter Rasen, saubere Einzelzimmer und vegetarische Küche. Die beiden Naikanleiter entfernen noch rasch die Bibeln aus den Zellen - nur keine Ablenkung - der Kampf könnte beginnen. Wir aber warten noch gespannt auf das Eintreffen der beiden Kontrahenten.

Worum geht es denn eigentlich bei diesem Match, meine verehrten Damen und Herren? Nun, das wird uns sofort klar, wenn wir uns die kämpfenden Parteien näher betrachten.

Aber da tut sich etwas auf dem Spielfeld, liebe Zuhörer, ein Raunen geht durch die Menge, Scheinwerfer an, Kameras ab: Hier erscheint: DAS EGO!

Prächtig ist es anzuschauen, Sie sollten es sehen können, wie es auftritt: In Samt und Seide gehüllt, wohlgenährt, mit Gold und Flitter behängt, fährt unser Ego mit einem Luxusschlitten vor. Ja, so kennen wir es! Umgeben von Zeug, begleiten es seine alten Freunde „Ich bin toll“, „Miss Verständnis“, „Herr Popanz“ und „Mme. Arroganz“ mit ihrer Zwillingsschwester „Überheblichkeit“. Im Hintergrund hüpf „Keiner liebt mich“ auf und ab, laut murrend, da er wie immer nicht im Vordergrund steht. Sie verteilen im Publikum Geschenke: Alkohol, Zigaretten, Videocassetten, TV-Geräte, Schokolade, Gummibärlis, falsche Freundlichkeiten, ätzende Bemerkungen und kleine Boshaftigkeiten.

Nachdem es sich bei Gitti F. - unserer Spielwiese - um eine Medienfrau handelt, hat unser Ego seinen Auftritt dem Wirkungskreis entsprechend gestaltet. Das Publikum ist geblendet.

Eigentlich müsste der Gegenspieler, nennen wir ihn mal „Das wahre Ich“, - leider hat er sich noch keinen gängigen Namen gemacht, auch mit dem Sponsoring ist es nicht weit her - schon am Spielfeld sein. Naja, „Das wahre Ich“ wird ja vom Ego richtiggehend verdrängt, deshalb kann ich es von meinem Standpunkt aus nicht sehen. Es dürfte aber irgendwo vorhanden sein - ja - da hinten zwischen Faulheit und Eitelkeit, die sich gerade zuprosten, habe ich etwas aufblitzen gesehen.

Aber jetzt zurück zum Spielverlauf, konzentrieren wir uns auf den Start: Einer der beiden Naikanleiter schlägt den Gong! Ring frei - das Spiel beginnt mit einer leichten Aufwärmperiode gegenüber der Mutter in der Vorschulzeit. Unser „wahres Ich“ versucht sich zu erinnern und zu prüfen, während das Ego sich noch mit den Fußballergebnissen des Vortages herumschlägt. Ein Naikanleiter greift helfend ein und lenkt die Erinnerung auf die erste Wohnung von Gitti F. Dadurch holt das „wahre Ich“ leicht auf, ja man kann es schon ein bisschen erkennen! Nach vier Perioden prüft unsere Medienfrau tatsächlich ihre Beziehung zur Mutter anhand der Naikanfragen! Ein Punkt für das „wahre Ich“.

Nützen wir die kurze Pause, um uns die Funktion der Naikanleiter näher zu betrachten. Die beiden sind absolut parteiisch auf Seiten des „wahren Ichs“, dürfen aber nur bedingt in den Kampf ums Bewusstsein eingreifen. Sie achten aber strikt darauf, dass die Spielregeln eingehalten werden. Sie wissen ja, lieber erfahrender Zuhörer, dass unser Ego gerne das eine oder andere Foul spielt.

Zurück zum Spielfeld: Unsere Spielwiese hat trotz Unterbrechung durch Nachtruhe tapfer ihr Leben mit der Mutter geprüft. Das Ego hat dabei durch den Einsatz der drei Naikanfragen an Umfang verloren, das „wahre Ich“ an Raum gewonnen.

Aber jetzt nimmt das Spiel eine dramatische Wendung: Wir haben Vertrauen genug in die Methode, um mit den spirituellen Jujukinkafragen weiter zu üben! Das Ego verlangt sofort eine Auszeit in Form einer „Marlboro light“. Das „wahre Ich“ wartet im Hintergrund geduldig. Ja, das ist seine größte Stärke, im Hintergrund still warten zu können.

Zäh schleppt sich der Kampf durch die einzelnen Perioden. Das Ego kann mit dem Begriff „Töten“ nicht so recht etwas anfangen und holt sich Verstärkung aus der Nachbarschaft in Form eines vom Dorfwirten aufgestellten Bierzelts. Es hat aber übersehen, dass Gitti F. an einer akuten Blasmusikallergie leidet, was sie bestärkt, tiefer nach innen zu schauen und so die Nebengeräusche aus dem Bewusstsein zu verdrängen.

Da: In dieser Sekunde wagt „das wahre Ich“ einen Ausfall über den Verstand und zwingt das Ego, seine Trägheit anzusehen und deren Folgewirkungen auf die Mitmenschen. Ein schwerer Schlag für das Ego, das sich von seinen treuen Ausreden „Ich bin gestresst“ und „Ich habe keine Zeit“ verabschieden muss.

Der Naikanleiter verweist auf die Spielregeln und verlangt ein Prüfen mit dem Gefühl.

Das Ego kontert mit akuter Panik - Gefühle tun schließlich weh - und bietet sofort Ablenkung in Form von Kopfweg, Magenschmerzen oder Müdigkeit an, begnügt sich aber schließlich mit einer Tasse frischen Kaffee.

Das „wahre Ich“ hat in der Zwischenzeit soviel an Boden gewonnen, dass mit dem Punkt „Trunkenheit“ weiter gespielt wird. Das Ego wendet sofort die bewährte „Kopftaktik“ als Eröffnung an, während das „wahre Ich“ versucht, die Gefühle der Erinnerungen zu prüfen. Da: Neue Spieler laufen auf das Spielfeld: „Schuld“, „Schmerz“ und „Reue“ treten auf!

Das Ego protestiert: „Unfair“, und droht, das Spiel abzubrechen und auf ein Bier zu gehen. Das Abendessen der Nonnen bringt die beiden Kontrahenten in ihre Ecken zurück, aber „Schuld“, „Schmerz“ und „Reue“ wollen das Spielfeld nicht mehr verlassen.

Sehen wir uns den Spielstand zur Halbzeit an: Das Ego scheint schon ziemlich mitgenommen zu sein. Vom Glanz vor Spielbeginn ist nicht mehr viel übrig, aber noch kann es das Ausmaß an Leid, daß es verursacht hat, erklären. Unser „wahres Ich“ hat an Boden gewonnen, ist aber noch etwas unscharf an den Rändern.

Aber liebe Zuhörer: Es scheint, dass der entscheidende Durchbruch während des Abendessens gelungen ist! Das Ego wankt! Tatsächlich, in der letzten Periode des Tages ist es soweit: Unsere Übende fühlt das Leid, das sie sich und den anderen zugefügt hat. Da greift das Ego zur tödlichen Waffe des zynischen Witzes und rettet sich mit dem Abendgong in die nächste, alles entscheidende Runde.

Guten Morgen, meine Damen und Herren, es freut mich, Sie auch heute wieder zu unserem Derby begrüßen zu dürfen. Jetzt geht es in das Finale: Am Thema „Verleumdung“ - das Lieblingskind aller Medienarbeiter - , wird es sich zeigen: Ist unsere Übende bereit, mit ganzer Kraft zu prüfen und so dem „wahren Ich“ zum Durchbruch zu verhelfen oder wird sich das ramponierte Ego zu neuer Größe aufplustern?

Noch können wir sein wahres Gesicht nicht erkennen, aber die Spur der Verwüstung, die es in fast 40 Jahren angerichtet hat, ja, die liegt offen vor uns. Ein entsetzlicher Anblick, ich kann gar nicht beschreiben, was ich da an Verletzungen und Verstümmelungen, vermischt mit Selbstbetrug ausnehmen kann. Das Ego versucht in Form von permanenter Übelkeit eine Auszeit zu erwirken, aber sogar der „Marlborotrick“ wirkt nicht mehr.

In einem Meer von Tränen lösen sich die letzten versteckten Schmerzen. Zu „Schuld“, „Schmerz“ und „Reue“ gesellt sich noch die „tiefe Scham“.

„Nichts kann mich mehr retten“, schreit unsere Übende verzweifelt auf. „Ja“, sagt das Ego, das in seiner ganzen übelriechenden Hässlichkeit vor ihr steht, „Ja, gib auf, mach mich wieder groß und wichtig“.

Tausende Köpfe hat dieses Monster, der Zierrat hat sich in Unrat verwandelt, in denen das Zeug untergeht und Arroganz und Eitelkeit bereits ertrunken sind. „Ich will mein Leben geben, um dieses Monster-Ego zu besiegen“, ist die Übende bereit. „Tu es,“ schmeichelt das Ego, „und ich habe gewonnen. Denn dieser Tod wäre der letzte Sieg des Egos über das „wahre Ich“, das mit dir sterben muss.“

„Aber gibt es denn noch Rettung?“ fragt Gitti F. das „wahre Ich“ in ihr. Und es sagt nur ein Wort, das tief aus dem Urgrund des Seins kommt: „Barmherzigkeit“. Das Licht der Gnade scheint, Buddha lächelt...

Der Kampf ist zu Ende. Tiefer Friede breitet sich aus. Wie das Tageslicht, das am Ende eines finsternen Tunnels Freiheit verheißt, zeigt sich das „Wahre Ich“, gereinigt von den Sünden der Vergangenheit. Das Ego liegt wie ein Bündel abgelegter Kleider in der Ecke.

Welch ein Kampf, meine lieben Zuhörer und Hörerinnen, Welch ein Sieg! Die beiden parteiischen Schiedsrichter verneigen sich tief. Sie laden Gitti F. ein mit ihnen Zazen zu üben. Wenn sie es schafft, regelmäßig zu üben und so die nötige Achtsamkeit gegenüber dem Leben zu bewahren, wird es wohl das letzte Derby dieser Größenordnung gewesen sein.

Wäre es jetzt nicht Zeit für eine Siegesfeier? Für eine Belohnung? Einen Lorbeerkranz dem Sieger? Das schmeichelt dem Ego... da, es regt sich schon leise!

Vielen Dank für ihre Aufmerksamkeit, meine Damen und Herren. Kommen Sie gut nach Hause und bedenken Sie: Auch ihr Weg ist unter ihren Füßen! Gute Nacht.

PS: „Möge mein unbeflecktes Herz triumphieren“ stand als Sinnspruch über dem Eingang der Franziskuskapelle des Klosters. Auch nach einer Woche Naikan bin ich nicht hinter den Sinn dieser Botschaft gekommen. Vielleicht handelt es sich dabei um ein katholisches Koan, wer weiß...

*Dieser Bericht wurde verfasst 2000 und ist erschienen im Buch "Das Wesen von Naikan".*

Sie wollen mehr wissen?

Auf der website

[www.insightvoice.at](http://www.insightvoice.at)

finden Sie Information über

Naikan - Innenschau

Zen - Meditation

Stimme & Gesang

&

GRATIS DOWNLOADS

