

## Zen - oder wie verbindet man meditatives Paddeln und eine Fußball-WM?

Ein Zen-Schüler fragte einmal seinen Meister: "Meister, sagt mir, warum müssen wir immer so lange sitzen, bis uns alles weh tut?" Der Meister sprach: „Hast Du es denn noch nicht bemerkt? Durch das Sitzen und Paddeln im Boot können wir zur Erleuchtung gelangen! Du sitzt und paddelst. Du spürst, wie die Wellen Dich sanft auf und ab schaukeln. Du genießt es, mit Deinem Boot über das Wasser zu gleiten. Die Paddelblätter tauchen regelmäßig ein, Du ziehst durch, wirst stetig vorangetrieben. Mehr und mehr verlieren sich die Gedanken des Alltags. Mehr und mehr wird Dein Geist befreit von Sorgen, verliert sich das Gefühl des Ärgers über jemand anderen, verlierst Du Deine Angst.

Bei manchem von uns Paddlern wird dieser erstrebenswerte Zustand recht schnell erreicht. Oft sogar ohne große Schmerzen ertragen zu müssen. Aber bei denjenigen unter Euch, die noch keine Übung haben, dauert es meist nicht lange, bis sie erste Schmerzen empfinden und beginnen, sich nur noch mit diesem körperlichen Schmerz zu beschäftigen und ständig zu fragen, wann sie endlich aussteigen und sich die Beine vertreten können. Über diese Lage kann mancher so aufgebracht werden, dass ihm die Freude am Paddeln, des Gleitens durch das Wasser, die Rufe der Vögel und die Stimmen der Freunde aus der Wahrnehmung abhanden kommen und er mehr und mehr Unbehagen, ja sogar Wut empfindet. Doch wenn er sich überwindet und weitere Kilometer paddelt, weitere lange Minuten oder gar Stunden, dann werde die Schmerzen verschwinden. Die Hände fassen das Paddel, als seien sie damit verwachsen. Man spürt die Beine nicht mehr. Der Hintern scheint nicht mehr da zu sein. Und dann, dann geschieht es: Dein Geist wird frei! Ein Erleuchtungszustand tritt ein, der Dir in Deinem weiteren Leben unvergesslich bleiben und Dir neue Stärke verleihen wird! – Und nun halte den Mund und paddel' weiter!"

Knapp zwanzig bereits erleuchtete Paddler, fanden sich zum diesjährigen Einzelmitgliedertreffen in Wismar beim [TSG](#) ein. Nein, es ist kein Zen-Kloster! Ein normaler, netter Paddelverein ist es, der uns seine Gastfreundschaft gewährt hat. Von hier aus lassen sich lange Paddeltouren unternehmen, die Dich möglicherweise in den angestrebten Erleuchtungszustand führen können. Vorausgesetzt, Du paddelst ganz um Poel herum. Sonst reicht es unter Umständen nicht.

Wie sprach unser weiser und gestrenger Meister Peter der Kreckler am Abend zu uns, seinen erwartungsvoll lauschenden Schülern? "Wir werden morgen ganz entspannt rüber nach Timmendorf paddeln, ein bisschen im Meer baden, in der Sonne liegen, über das Leben nachsinnen - und dann gemächlich, mit ruhigen Paddelschlägen, östlich an Walfisch vorbei, hierher zurück paddeln."

Pause. Verwundertes Schweigen. Sollten wir bei diesem Treffen tatsächlich ohne Schmerzen paddeln dürfen? Und der Meister sprach: „Ja, und wir werden rechtzeitig vor dem Anpfiff zurück sein. Ich prophezeie Euch: wir werden auch noch Zeit haben, entspannt unsere Kaffeetafel abzuhalten..."

Das gefiel uns. Endlich mal keine unerträglichen Schmerzen! Und dem anderen, weltlichen Ereignis, von dem zu sprechen sich dem Meister gegenüber niemand getraut hatte, sollten wir auch beiwohnen können!

„Hoch lebe unser großer Meister Peter!!!!“

Im Ernst! Die Fußball-Weltmeisterschaft in Deutschland während des Einzelmitgliedertreffens? Zwei attraktive Großereignisse zugleich? Ist das miteinander vereinbar? Aber ja! Im Zeitalter von Satellitenfernsehen und DVB-T allemal! Für all jene, die kein Ticket für dieses Spiel haben, kein Grund zu Hause zu bleiben! Alles nur eine Frage der richtigen Einstellung zu den Paddelfreunden, zu sich selbst, zum Paddelboot, dem Wasser, dem Ball und der modernen Technik. Darüber würden wir auf der Fahrt nach Timmendorf meditieren können.

Einige unserer Freunde waren scheinbar's verhindert. Maik und Beate haben geheiratet und sind trotzdem nicht gekommen (wollten wohl nicht schon wieder einen ausgeben müssen?). Wolfgang war auf einem Klassentreffen, Peter-Zwo paddelte die Donau runter und andere haben sich gar nicht erst gemeldet.

Am Nachmittag war ein Paddler aus Minden mit seiner Familie angereist. Nicht als Gast bei unserem 2006er Einzelmitgliedertreffen, sondern als einfacher Urlauber. Zu unserem Verdruss (darüber würde zu meditieren sein), baute er seinen goldverzierten Tabbert nebst Gartenzwerg mitten auf unseren eigens freigehaltenen Versammlungsplatz!! Auch freundliche Worte von Peter und weniger freundliche Worte von mir störten ihn nicht! „Ooooch! Das tut mir aber leiiiiid.....!“ „Glaub' ich nich'!“ Zu allem Überfluss bekam er am nächsten Morgen Verstärkung, und sie bildeten eine Wagenburg innerhalb unseres Zirkels. Wir konnten nun weder das Wasser der Bucht noch den Hafen sehen! Also freuten wir uns auf die Fahrt auf der Ostsee, trotz der wahrscheinlich doch zu erleidenden Schmerzen!

Am Samstag gegen 09:30 Uhr ging es los! Bei schönstem Paddelwetter, allerdings mit ungünstiger Windprognose für die Canadier. Die beiden Canadierbesatzungen suchten sich darum eine Ausweichtour aus. Mit den Kajaks landeten wir nördlich Timmendorf an. Sofort entledigten sich einige von uns ihrer durchschwitzten Kleidung und badeten im Ententeich vor dem Sandstrand. Peter sagte: "Rund um Poel ist die Natur noch in Ordnung". Er meinte die unbedeckten und unbekümmert umherschreitenden Damen in unserem Alter. Ich zog es daher aus ästhetischen Gründen vor, bekleidet zu bleiben und ging später ins Dorf. Manni kam mit.

Die Rücktour ging wie vom Meister vorhergesagt vor sich. Wir paddelten gleichmäßig und meditativ. Günter der Österreicher dagegen paddelt immer sehr schnell. Wer hinter ihm bleibt, während er beschleunigt (und den meisten bleibt gar nichts anderes übrig), dem fliegen neben gigantischen Wassermengen auch die herausgeschleuderten Quallen um die Ohren. Jetzt weiß ich, warum diese Art ‚Ohrenquallen‘ genannt wird. Und so hatte ich mein heutiges Erleuchtungserlebnis!

Nach dem Kaffee im Schatten der Kopfweide gingen einige zu den Yachties, wo im Bootshaus eine Leinwand aufgebaut war, auf die mittels Beamer das Spiel Deutschland gegen Schweden übertragen wurde. Frisch gezapftes Bier gab es auch zu kaufen. Andere waren bei den Kanuten im Bootshaus (der Fernseher tut's wieder) und einige andere, darunter meine Wenigkeit (man soll sich nicht so wichtig nehmen...) setzten sich unter das Vorzelt von Achims WoMo und schauten auf seinem LCD-Fernseher das mittels DVB-T übertragene Achtelfinalspiel an! 2 : 0 für Deutschland!



Alle waren zufrieden mit dem Tag. Zum krönenden Abschluss fehlte nur noch das Abendessen. Und es kam Besuch in den Kreis der Zen-Paddler: Gerard (verletzt, nicht meditierfähig) und Peters Freundin Elke. Sie ist noch ganz am Anfang und weiß kaum, wie sie ohne fremde Hilfe ins Boot kommen soll, geschweige denn, sich in tiefe Meditation zu paddeln. Aber das kommt noch, Elke - Du hast einen guten Lehrmeister zur Seite!

Im Restaurant ‚Kiek in‘, dessen Besitzer eigentlich sehr paddlerfreundlich sind, bekamen wir unsere Speisen á la carte. Komischerweise wurde nicht der Tisch des Meisters früher bedient, sondern der andere, etwas abseits stehende

(Was Abseits ist, haben wir auch diskutiert). Als wir uns beschwerten, weil sie dort bereits Getränke bekamen, während wir noch nicht mal hatten bestellen können, setzte man noch einen drauf und die junge Aushilfe goss Achim ein 0,5er Pils über die Schuhe. Damit nicht genug, bekamen die Typen am anderen Tisch auch vor uns das Essen! Wir fanden dieses Verhalten ungebührlich und machten entsprechend zu verstehende Bemerkungen, worauf Gabriela sagte: „Pah! Essen! Wir haben sogar schon die Rechnung!“, was nicht stimmte, sondern uns verletzen sollte. Zugleich machte es klar, worüber wir auf unserer morgigen Tour zu meditieren hätten: „Sollte ich mich selbst so wichtig nehmen? Ist das Leben nicht viel reicher, wenn wir anderen den Vortritt lassen?“ Ich vermute, das stimmt zumindest nicht bei dem guten Essen im ‚Kiek in‘ nach einem harten Meditationstag im Boot.

Die Sonntagsfahrt ging über 8,5 km zur Badestelle am Hohen Wieschendorfer Huk. Die Verhältnisse erlaubten es den Canadiern, mit in der Gruppe zu fahren. Sie legten sogar einen sechser Schnitt hin, erst beim Nachmittagswind auf dem Rückweg ging es auf einen fünfer Schnitt zurück.

Der Paddel-Zen-Meister führte uns an den Strand mitten in eine Ansammlung sich sonnender Adams und Evas, also quasi ins Paradies. Kaum angelandet, taten der Meister und die meisten seiner Schüler es ihnen gleich, rissen sich die Stoffe von den Leibern und kneipten die dreihundert Meter durchs Meer, bis sie in schwimmtiefes Wasser gelangten.

Bevor der auffrischende Wind unsere Canadier in Schwierigkeiten bringen konnte, erreichten wir am frühen Nachmittag wieder den sicheren Hafen. Bald schon war der Kaffee ausgetrunken und noch ein Stück von Mannis berühmtem Ameisen-Schoko-Kuchen verzehrt, da konnten wir auch schon unsere Sitzmatten trocken einrollen und uns auf den Heimweg machen.

Das nächste Treffen (2007) ist schon geplant. Hoffentlich klappt es mit dem Termin. *Wir* wissen, wo. Ihr anderen lasst Euch mal überraschen und kommt gerne mit uns dorthin!

„Unsere Erkenntnis wächst im Laufe der Jahre. An dem Punkt jedoch, an dem wir gerade sind, sind wir vollkommen.“, sagte ein anderer berühmter Zen-Meister.

In diesem Sinne: liebe Grüße an alle Einzelpaddler und an die Freunde in Wismar!

Werner aus seinem „Eisvogel“

© W. A. Münch, Brunsbüttel, 28.06.2006