

## **Nationaler Workshop im Freien Forte (Festung) Foens, Bardonecchia**

### **Der Aufstieg**

Aufbruch am Samstag um 17 Uhr, vom "Honbu Dojo" in Lungo Dora Colletta. Letzte Anweisungen ... Einteilung der Gruppen ... Die ersten Neugierde auf den Aufenthalt wird wach, Spannung regt sich, was man entdecken und erleben wird.

Ankunft am Abend in Bardonecchia. Der Gruß: ein uraltes Ritual, das den Beginn ankündigt. Von diesem Moment an geht es mit höchster Konzentration weiter, die Entscheidung, teilzunehmen, ist getroffen, das Abenteuer fängt an, und die ganze Schule ist anwesend und voller Erwartungen.

*"Rei"*

Der Gruß des Meisters.  
Hundertsechzig Schüler.  
Fünf Gruppen, fünf Meister.  
Eine Fahne.

Der Aufstieg beginnt. Ein Fuß nach dem anderen setzend, hört man den Atem der Mitschüler und den eigenen. Man versinkt in seinen Gedanken, bleibt dabei aber immer präsent.

Je höher man steigt, umso mehr ändert sich die Umgebung: Aus dem harten, festen Asphalt wird ein von Bäumen umschlossener Schotterweg. Der Schlamm erinnert an den anhaltenden Regen, und die Bäche fließen ruhig weiter, als wir sie durchqueren. Eine lange Schlange aus weißen und schwarzen Kimonos steigt still den Pfad hinauf, begegnet der unberührten Natur mit Respekt, entdeckt sie wieder und genießt es, ihre Klänge, Düfte und Farben zu erleben.

Die Sonne verschwindet hinter den Bergen, als sich die Gruppe an einer Quelle zum letzten Mal mit Wasser versorgt. Rundherum stehen noch Häuser ... Die menschliche Gegenwart ist deutlich spürbar. Am nächsten Tag, auf dem Rückweg wird man sie mit anderen Augen sehen, wenigstens einen Moment lang.

Man macht sich wieder auf den Weg, als die letzten Sonnenstrahlen die Berggipfel rot färben. Alles erstrahlt in einem diffusen Licht, das die unendlich vielen Grau- und Braunnuancen der Steine und der Erde unter den Füßen hervorhebt und die glänzenden Grüntöne der Bäume abschwächt. Die abendlichen Schatten rücken heran, die Temperatur fängt an zu sinken, die Gesichter werden immer konzentrierter: wegen des mühsamen Anstiegs und der ersten Kälte, vor allem aber, weil jeder einzelne Schritt in seiner Bedeutung und in den Gefühlen, die er wachruft, erlebt wird.

Die lange Schlange der Schüler beginnt zwischen den Bäumen entlang des Berges zu verschwinden. Die Gruppen werden Teil der Natur, die Sinne aller, vom jüngsten Schüler bis zu den Meistern, schärfen sich, als würde sich ein uralter Instinkt wieder unseres Wesens bemächtigen und unsere Gedanken zum Schweigen bringen, damit wir die Erfahrung in ihrer Ganzheit erleben.

*Was wird jeder Einzelne am nächsten Tag mit ins Tal zurücknehmen?*

Der Mond steht hoch am Firmament, als man noch weiter hinaufsteigt und der Himmel von den letzten Sonnenstrahlen erhellt wird.

Sonne und Mond. Licht und Schatten. Schwarz und Weiß. Schlaf und Wachsein. Wirklichkeit oder Traum.

Die Schule kommt in der Festung Foens an. Der Aufstieg ist zu Ende. Er hat Körper und Geist auf die Nacht vorbereitet.

## **Die Nacht**

Der Mond scheint so hell auf die Festung, dass künstliches Licht kaum nötig ist. Nach einer kurzen Pause, um sich mit einem Imbiss zu stärken, von der steigenden Kälte zu schützen und einige Aufwärmübungen zu machen, setzen die Aktivitäten der verschiedenen Gruppen unter der Leitung der fünf Meister der Schule ein.

Es gilt, sich aufzuwärmen, darauf liegt nun die Priorität. Und zugleich wird etwas, das wir im täglichen Leben für selbstverständlich halten, was jeder von uns für sich erlebt, zwischen diesen uralten Mauern gemeinschaftlich erfahren. Nah, eng beieinander zu sein, Wärme zu spenden und zu empfangen, um sich und die Mitschüler in einer dunklen Nacht in den Bergen vor der Kälte zu schützen, wird – vielleicht wieder – selbstverständlich.

In den verschiedenen Räumen zwischen den Ruinen bewegen sich die Gruppen in vollkommener Dunkelheit, Bezugspunkte verschwinden, und plötzlich, für einen Augenblick allein, ohne die anderen, ist es kälter. Die Gefühle durchfluten einen und durchdringen jeden Gedanken: *Wo bin ich? Wo gehen wir hin?* Plötzlich lässt uns der Mondschein etwas erkennen: eine Tür, einen Ausgang, dahinter ein brennendes Feuer ... Im Halbschatten entdecken wir die schemenhaften Umrisse unserer Mitschüler wieder, und unser Herz schlägt wieder ruhiger.

Draußen leitet einen der Mond. Man versucht, den Weg zur Festung in der Dunkelheit allein zu finden. Man sucht neue Wege, etwa um ein Hindernis zu umgehen, indem man sich mit einem verknoteten Seil von einer Mauer hinablässt. Die Kälte wird schneidender, die Temperatur sinkt unter null. Trotzdem verliert man die Konzentration nicht, und man fühlt sich, während die Stunden vergehen, immer mehr in einer “anderen” Dimension, inmitten einer Erfahrung, die man später kaum in Worte fassen kann, weil sie so sehr mit den eigenen Ängsten, Grenzen, Sicherheiten und Unsicherheiten, aber auch mit den anderen Schülern verknüpft ist. Mit jedem von ihnen fühlt man mit, teilt die Empfindungen der Kälte, der Dunkelheit, der Müdigkeit und des fehlenden Schlafs.

Die Gruppen bewegen sich durch die Ruinen der Festung und machen Übungen, mit den *Tanto* (Messer) aus Holz, drängen sich wie Pinguine aneinander, um sich gegenseitig zu wärmen, oder sie versuchen, sich von schwerer Last zu befreien, indem sie sich unter den

Körpern ihrer Mitschüler hervorkämpfen.

Die Nacht ist lang, doch sie auch voller Reichtum, denn die Konzentration lässt nie nach. Was jeder Schüler, sowohl mit weißem als auch mit schwarzem Kimono, erlebt, ist so intensiv, dass man sich bisweilen jenseits der Realität wähnt und zugleich hofft, dort so lange wie möglich verweilen zu können. Den Lärm und die Lichter der Stadt vermisst man nicht.

Als sich der Himmel langsam erhellt und der Mond untergegangen ist, machen sich die Gruppen nacheinander auf den Weg ... Ruhe kehrt ein, der Abstieg beginnt: Der Weg wird nicht mehr derselbe sein. Und es werden ihn nicht dieselben Personen gehen wie am Tag zuvor ...

### **Der Abstieg**

Die Rückkehr zum Platz, auf dem die Busse für die Rückfahrt nach Turin warten, ist anders. Der Weg ist anders ... Wegen der durchwachten Nacht ist die Anstrengung größer ... Immer noch spürt man die Kälte, und die Feuchte der Nacht lässt die Bewegungen schwer werden. Doch die Natur erstrahlt in neuen Farben und bietet staunenswerte Ausblicke. Anders sind auch die Menschen. Jeder Schüler trägt in sich die Gefühle, Gedanken und Eindrücke dieser Erfahrung.

Sonntag, 8,00 Uhr

*"Rei"*

Der Gruß des Meisters, die Fäuste kreuzen sich, die Köpfe neigen sich, die Schule lebt.