

BUDDHISMUS

AKTUELL



feiern

Familienrituale

Zuflucht

Schulunterricht

70 Jahre DBU

Zen-Ahninnen



Autorinnen und Autoren



Carola Roloff ist Professorin für Buddhismus an der Akademie der Weltreligionen der Universität Hamburg. Von 1981 bis 1996 studierte sie in Hamburg buddhistische Philosophie und Praxis mit Geshe Thubten Ngawang und ab 1997 Tibetologie und Indologie mit Schwerpunkt Buddhismuskunde.



Gudrun Yushin Abrecht Sensei praktizierte seit 1999 zunächst Vipassana-Meditation bei verschiedenen Lehrer:innen, seit 2010 Zen bei Linda Myoki Ryugo Lehrhaupt Roshi. Sie ist Zen-Lehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, MBSR/MBCT-, Taiji- und Qigong-Lehrerin.
www.achtsamkeit-pforzheim.de



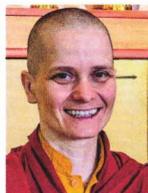
Eberhard Kügler hat Religions- und Sprachwissenschaften studiert und war von 2011 bis 2022 Fachredakteur für Religionen beim NDR Fernsehen. Er praktiziert seit seinem 16. Lebensjahr Zen.



Sarina Hassine arbeitet als Autorin und Redakteurin, unter anderem bei BUDDHISMUS aktuell. Seit 2012 leitet sie Angebote für Achtsamkeit, Meditation und Mitgefühl für Erwachsene, Eltern, Familien und im pädagogischen Kontext. Sie ist Mutter von zwei Kindern.



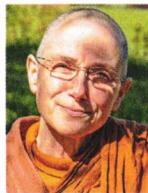
Michael Vermeulen ist buddhistischer Philosoph und Arzt. Von 2011 bis 2015 war er Vertreter der Europäischen Buddhistischen Union bei der EU. Er sprach auf mehreren UN-Konferenzen über Menschenrechte, queeren Buddhismus und buddhistischen Umweltschutz und ist Mitgründer des European Rainbow Sangha und der Gay Buddhist Fellowship of London.



Gelongma Thubten Jampa hat Politik und Soziologie studiert und arbeitete für die International Campaign for Tibet und das Tibetische Zentrum in Hamburg. Nach einem monastischen Training in Sravasti Abbey, USA, lebt sie als voll ordinierte Nonne wieder in Hamburg, studiert Vollzeit am Dharma-Kolleg im Tibetischen Zentrum und begleitet Studien- und Meditationsgruppen.



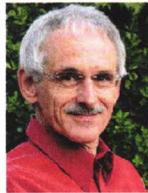
Marcel Conrad hat Politik- und Religionswissenschaft studiert und beschäftigt sich seit zwanzig Jahren in Theorie und Praxis mit dem Buddhismus einschließlich Zen, Theravada und dem japanischen Buddhismus des Reinen Landes. Er arbeitet als Fachredakteur.



Ayya Phalanyani ging nach einer Karriere als Bühnenschauspielerin und Comedian und nach Jahren der Zen-Praxis 2007 nach Thailand, wo sie 2008 die erste Weihe und den Namen Phalanyani erhalten hat. 2010 ist sie als Bhikkhuni ordiniert worden und leitet seit 2018 das Nonnenkloster Anenja Vihara im Allgäu.



Susanne Jushin Dittrich Sensei praktiziert seit 1999 Zen, zunächst bei Rolf Drostens Roshi, seit 2016 bei Linda Myoki Ryugo Lehrhaupt Roshi. Sie ist Zen-Lehrerin, MBSR-Lehrerin sowie Psychoanalytikerin, Gruppenlehranalytikerin, Supervisorin.
www.zen-praxis.de



Alfred Weil war nach einem Studium der Erziehungswissenschaft, Politik und Psychologie und seiner Promotion politischer Referent. Er beschäftigt sich seit 1979 intensiv mit dem Theravada-Buddhismus, ist Buchautor und war Vorsitzender der Deutschen Buddhistischen Union.



Martina Kaisei Siegwart Sensei begann ihre Zen-Praxis 1994 in der Bildungsstätte Rütte von Karlfried Graf Dürkheim und praktiziert seit 2010 mit Linda Myoki Ryugo Lehrhaupt Roshi. Sie ist Zen-Lehrerin, MBSR/MBCT-Lehrerin sowie Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin und Hypnotherapeutin; www.achtsamkeit-mainstpitze.de



Rebekka Christine Khalieffi ist promovierte Religionswissenschaftlerin. Im Rahmen eines Forschungsprojekts des Schweizer Nationalfonds hat sie am Religionswissenschaftlichen Seminar der Universität Luzern zum Buddhismus bei jungen Erwachsenen mit vietnamesischen Wurzeln in der Schweiz und in Deutschland geforscht.

Vorhang auf für die Ahninnen des Zen-Buddhismus

VON GUDRUN YUSHIN ABRECHT,
MARTINA KAISEI SIEGWARDT UND
SUSANNE JUSHIN DITTRICH



Stellen wir uns eine Feier vor. Auf der Bühne des Zen-Buddhismus viele bekannte Darsteller: Bodhidharma, Joshu, Unmon, Rinzai, Dogen, Hakuin, zahllose andere Mönche. Dann treten langsam ins Scheinwerferlicht: Zongchi, Satsujo, Chen, Chiyono, Miaocong, Ryonen, Eshun, namenlose Teeverkäuferinnen und viele, viele weitere Frauen – strahlend nach der langen Zeit der weitgehenden Unsichtbarkeit. Applaus im Publikum, besonders von den Zuschauerinnen, die vielleicht jetzt erst merken, was ihnen gefehlt hat.

Unser Artikel soll die Zen-Ahninnen, auch die der jüngeren Vergangenheit, feiern – rückblickend auf einen Buddhismus, der patriarchal geprägt gewesen ist. Vorwiegend männliche Lehrer haben ihn in den Westen getragen und oft sehr unkritisch übernommen. Die vielen sexuellen Übergriffe buddhistischer Lehrer auf ihre Schülerinnen erzählen eine erschreckende Geschichte missbräuchlicher Mann-Frau-Hierarchien, aber auch von einer befremdlichen Überhöhung der „Meister“.

Inzwischen ist viel passiert. Frauen im Zen und im Buddhismus insgesamt werden immer sichtbarer. Dafür sorgen sie selbst – nicht müde werdend in dem Prozess, ihren Platz im Leben offen-sichtlich für alle einzunehmen. Die westliche Kultur, der Feminismus, das demokratische Denken, die Einflüsse von Wissenschaften wie der Hirn- oder Stressreduktionsforschung und die wechselseitige Bereicherung der verschiedenen buddhistischen Schulen durch ihre Begegnung im Westen wirken sich positiv aus. In westlichen Ländern findet die Praxis kaum noch in Klöstern statt, sondern mitten im Alltagsleben: Beruf, Familie, Freundschaftsnetzwerke – und hin und wieder auf einem Retreat oder Online-Meditationstreffen. Hierarchien werden neu bewertet. Der Prozess verläuft sehr vielfältig und lässt sich wohl kaum mehr aufhalten.

Die Bühne ist also größer geworden, das Geschehen auf ihr vielfältiger und bunter. Doch obwohl in den letzten Jahrzehnten zahlreiche Zen-Lehrerinnen ernannt worden sind, fehlt es den Zen-Pionierinnen noch immer an allgemeiner Sichtbarkeit und Anerkennung. Darum möchten wir hier einige Frauen – insbesondere der ersten Generation von Zen-Lehrenden in den USA und Europa – stellvertretend vorstellen. Sie haben von männlichen, meist asiatischen Meistern gelernt und leben nicht mehr – aber ihr Licht scheint weiter! Unsere Auswahl ist unvollkommenen ebenso wie die Beschreibungen ihres Lebens. Unser Artikel soll eine Einladung sein, neugierig selbst weiterzuerforschen.

Zen-Vorfahrinnen in den USA



Ruth Fuller Sasaki (1892-1967) war Lehrerin, Schriftstellerin und Übersetzerin von Rinzai-Texten. Nach dem Tod ihres zweiten Ehemanns, des Zen-Meisters Sokeian, arbeitete sie hauptsächlich in Japan. Sie war eine der ersten westlichen Frauen, die eine formelle

Zen-Ausbildung in Japan erhielt und die erste Frau, die als Priesterin einen Rinzai-Tempel leitete. Zudem war sie an der Gründung des „First Zen Institute of America in Japan“ beteiligt.



Maylie Scott Kushin Seisho Roshi (1935-2001) hatte einen Master in Sozialarbeit und erhielt 1998 die Dharmaübertragung als Soto-Roshi. Sie lehrte am Berkeley Zen Center, protestierte als engagierte Buddhistin gegen den Waffenhandel und arbeitete in Gefängnissen und

Obdachlosenunterkünften. Sie war Mitglied der Buddhistischen Allianz für soziales Engagement und im Vorstand der Buddhist Peace Fellowship. 2000 gründete sie die Rin Shin-ji (Waldherztempel)-Sangha in Arcata, Kalifornien.



Charlotte Joko Beck Roshi (1917-2011) ist eine Schlüsselfigur im US-amerikanischen Zen. Ihr Titel Roshi bedeutet „Meisterin“. Sie integrierte als eine der ersten das psychische Geschehen explizit in die Zen-Praxis. Als Mutter von vier Kindern und Absolventin eines Musik-

studiums, war sie Dharmaerbin von Taizan Maezumi Roshi. Sie hat eine eigene Linie gegründet, die weniger Wert auf strikte Formen legt und mehr Freiraum für individuelles Entdecken bietet, und mehrere Zen-Bücher geschrieben.

Foto: © Michael Lange + Stiftung FC Gundlach



Blanche Hartman (1926-2016) wurde in Birmingham, Alabama geboren und war Chemikerin und Biochemikerin. Sie war mit Lou Hartman verheiratet und Lehrerin des Soto-Zen in der Linie von Shunryu Suzuki Roshi. Von 1996 bis 2002 war sie als erste Frau in

dieser Position Äbtissin des San Francisco Zen Center. Ihr lagen die Förderung von Frauen und auf sie zugeschnittene Lehren am Herzen. Sie war auch Expertin in der traditionellen Nähpraxis der Buddha-Robe und trug wesentlich zu deren Verbreitung in Nordamerika bei.

Foto: © Mitsue „Light“ Nagase



Myo-on Maurine Stuart Roshi (1922-1990) war eine kanadische Konzertpianistin und später Rinzai-Zen-Roshi. Sie war Präsidentin und spirituelle Leiterin der Cambridge Buddhist Association in Massachusetts. 1982 wurde sie als eine der ersten Zen-Meisterinnen der

westlichen Welt zur Roshi ernannt. Ihr bedeutendes Vermächtnis betont die Gleichwertigkeit aller Wesen, besonders von Männern und Frauen, sowie den hohen Wert von Mitgefühl und Präsenz im täglichen Leben.



Houn Jiyu-Kennett Roshi (1924-1996) wurde in Großbritannien geboren und studierte mittelalterliche Musik. Sie war die erste Frau, die von der japanischen Soto-Zen-Schule als Zen-Meisterin zugelassen wurde, erhielt die Dharma-Übertragung von zwei verschiedenen Meistern

und wirkte vor allem in den USA. 1970 gründete sie die Shasta Abbey in Kalifornien und damit das erste Zen-Kloster in den USA, das auf die Initiative einer Frau zurückgeht. 1972 rief sie die britische Sektion der Zen Mission Society ins Leben. Sie setzte sich für die Gleichberechtigung der Geschlechter im Zen ein und war Übersetzerin und Autorin zahlreicher Zen-Texte.

Foto: © www.shastaabbey.org

Zen-Vorfahrinnen in Europa



Brigitte D'Ortschy Roshi (1921-1990) wurde in Berlin geboren und war Architektin und Autorin. Ihre Zen-Schulung begann sie 1964 in Japan. 1973 wurde sie zur Zen-Lehrerin und 1983 zur Zen-Meisterin der Sanbo-Zen-Schule ernannt. 1975 gründete sie

ihr eigenes Zen-Zentrum in München und hatte weltweit Schüler:innen. Sie mied bewusst die große Öffentlichkeit und übersetzte bekannte Koan-Sammlungen vom Japanischen ins Deutsche. Viele ihrer Lehrreden und Übersetzungen sind weiterhin im Internet frei zugänglich. Sie gilt als die erste Zen-Meisterin Deutschlands.



Gesshin Myoko Prabhasa Dharma Roshi (1931-1999)

wurde in Deutschland als Gisela Midwer geboren und studierte Theologie und Philosophie. Sie wurde von Joshu Sasaki zur Nonne ordiniert und zur Zen-Lehrerin ernannt, verließ ihn jedoch später. Ab 1981 trainierte

sie bei einem vietnamesischen Zen-Meister, der sie 1985 als eine der ersten westlichen Frauen zur Zen-Meisterin ernannte. Sie lebte und lehrte die meiste Zeit ihres Lebens in Kalifornien, kam als Zen-Lehrerin aber auch nach Europa. Sie hat eine eigene Form der Zen-Praxis entwickelt, die Elemente des vietnamesischen und des japanischen Zen vereint, und war auch für ihre Gedichte und Kalligrafien bekannt. Das von ihr gegründete Internationale Zen Center Noorder Poort in den Niederlanden ist bis heute ein lebendiger Praxisort.



Irmgard Myokyo-ni Schlögl Roshi (1921-2007) wurde in einem österreichischen Dorf geboren und promovierte in Geologie. In den 1950er-Jahren kam sie in London erstmals mit dem Buddhismus in Kontakt. Ab 1960 praktizierte sie sechs Jahre lang als eine der ersten

westlichen Frauen Rinzai-Zen in Japan. Danach gründete sie in London eine Zazen-Gruppe und kehrte später für einige Jahre nach Japan zurück. Ab 1972 lebte sie endgültig in London und gründete 1979 das Zen Centre London. 1984 wurde sie zur Zen-Nonne ordiniert und leitete bis 2002 den Tempel Shobo-an in St. Johns Wood, einem Viertel von London. Sie war Übersetzerin und Autorin zahlreicher Zen-Bücher.



Schwester Ludwigin Fabian, Benediktinerin, KounAn Roshi (1933-2016)

wurde in Breslau geboren und war Missionsbenediktinerin mit einem Studienabschluss in Psychologie und Pädagogik. Sie arbeitete zunächst als Katechetin, Schulleiterin und Schulpsychologin

in Manila auf den Philippinen. Nach einem mehrjährigen Zen-Training in Japan erhielt sie die Lehrbeauftragung in der Sanbo-Zen-Linie. Über drei Jahrzehnte unterrichtete sie parallel in verschiedenen Gruppen Kontemplation und Zen, wobei sie die Trennung der beiden Traditionen respektierte. Ihre Lehre war geprägt von Klarheit, Disziplin und großem Mitgefühl.



Pia Jinji Gyger Roshi (1940-2014) wurde in Schaffhausen, Schweiz, geboren und war Heilpädagogin und Psychologin. Sie gründete das Therapieheim Sonnenblick für Jugendliche mit besonderen Schwierigkeiten und leitete ab 1982 das St. Katharina-Werk

in Basel. 1986 initiierte sie ein Projekt zur Begegnung der Weltreligionen. Zum Zen kam sie durch Hugo Makibi Enomiya-Lassalle und war von 1984 bis 1988 Schülerin von Yamada Koun Roshi in Kamakura. Ihre Ausbildung schloss sie 1990 bei Robert Aitken Roshi in Hawaii ab und erhielt 1996 die Lehrbefugnis. Seit 1999 war sie autorisierte Zen-Meisterin der White Plum Asanga und Mitglied im Zen-Peacemaker-Orden. 1995 gründete sie mit Niklaus Brantschen Roshi das Lassalle-Institut in Bad Schönbrunn, das beide bis 2003 leiteten.



Malgosia Jiho Braunek Roshi (1947-2014) war eine polnische Schauspielerin, die ihre Zen-Praxis 1979 bei dem koreanischen Zen-Meister Dae San Sa Nim begann und ab 1983 mit Dennis Genpo Merzel Roshi fortsetzte. Ab 1994 leitete sie die polnische Sektion der

Zen-buddhistischen Kanzeon-Sangha. 2003 wurde sie zur Zen-Lehrerin und 2011 zur Zen-Meisterin ernannt. Sie war Mitbegründerin des polnischen Zen-Peacemaker-Ordens und organisierte zusammen mit Bernie Glassman Roshi viele Jahre lang die Auschwitz-Meditationen. Sie praktizierte im Warschauer Onkologie-Hospiz, setzte sich für Tierschutz und Menschenrechte ein und galt als warmherzige Lehrerin. Nach ihrem Tod führten ihre Schülerinnen nach ihren Ideen eine Stiftung zur Erforschung von Krebserkrankungen weiter.

Foto: Von Sławek, CC BY-SA 2.0, commons.wikimedia.org

Strahlendes Licht – Zen-Frauen treffen sich 2025

Auf den Spuren der Zen-Ahninnen und Zen-Lehrerinnen sind heute viele weitere Zen-Frauen unterwegs, treffen und vernetzen sich, kommen in Austausch, ermutigen und bereichern einander. So zum Beispiel auf der Tagung „Strahlendes Licht – (Zen-)Frauen unterwegs“, die 2023 am Benediktushof in Holzkirchen stattfand. Thema war das Erbe der buddhistischen Ahninnen und neue Weisen, damit umzugehen. Es entstand ein bereicherndes Feld des Lernens, des Austauschs und der Begegnung, verbunden mit dem Wunsch nach Folgeveranstaltungen.

Vom 28. bis 31. August 2025 ist es wieder so weit: Die Veranstaltung „Strahlendes Licht – was Zen-Frauen in die Welt tragen“ soll wieder Raum geben für die Begegnung und Sichtbarmachung von Zen-Frauen, die sich in Offenheit und zugleich Traditionsverbundenheit einer zeitgemäßen Zen-Praxis widmen. Neben etablierten Zen-Meisterinnen zeigen sich unbekanntere Zen-Lehrerinnen und langjährig Geübte, stellen ihr jeweiliges Verständnis und ihre Praxis vor und zur Diskussion.

Ein kurzer Überblick über Themen und Referentinnen:

„Liebe und Zen: Was hat das miteinander zu tun?“, fragt Eve Marko Roshi.

Joan Sutherland Roshi entfaltet ihre Koan-Erfahrungen in dem Online-Vortrag „Endarkenment and the Lunar Dharma“ (deutsch etwa: Verdunkelung und das Mond-Dharma).

Die Zen-Lehrerinnen Franziska Schneider und Susanne Dittrich werden die Tradition und Weiterentwicklung der Koan-Arbeit ausführen.

Körperbasiertes Wissen verbindet sich mit Zen bei EMA (Linda Myoki Ryugo Lehrhaupt Roshi) und Sensory Awareness (Johanna Ho Ka Debik, Zen-buddhistische Ordinierte).

Anna Gamma Roshi untersucht die Erkenntnis und Freiheit, die für Frauen aus der Zen-Praxis erwächst.

Tatsudo Nicole Baden Roshi stellt Überlegungen zur Geschlechtsidentität vor.

Die Zen-Lehrerin Heike Keido Mayer präsentiert ihre Verbindung von „Internal Family System und Zen“.

Erfahrungen aus der Hospizarbeit führen zu einem besonderen Zen-buddhistischen Umgang mit Sterbenden, den Evi Yeshe Gyatsu Gemmon Ketterer, Zen-buddhistische Ordinierte, vorstellt.

Die Zen-Lehrerin Alexandra Mushin Gericke wird über die Arbeit mit der Angst, uns selbst zu begegnen, sprechen und in einem Workshop mithilfe des „Big Mind/Big Heart“-Prozesses emotionale Themen mit Leichtigkeit und Freude erforschen.

Die Tradition der Spiegelmeditation wird von den Zen-Lehrerinnen Gudrun Yushin Abrecht und Martina Kaisei Siegwandt vorgestellt.

Die Zen-Lehrerin Ursula Jishin Popp widmet sich der Bedeutung von Nicht-Getrenntheit bezogen auf die Natur.

Neben den Vorträgen werden vielfältige Workshops dazu einladen, Themen selbst zu erforschen.

So werden wir das Licht der Vorfahrinnen weitertragen – im Fluss der permanenten Veränderung, auf dem Boden der alten Tradition.

Weitere Informationen
benediktushof-holzkirchen.de
zenfrauen-unterwegs.de