

und Raupen. Der Garten schenkt Glücksmomente allzu schnell vergänglicher Blütenpracht, bezaubernder Schmetterlinge, munterer Vögelchen, erzwingt aber auch die Notwendigkeit, mit Blattläusen, Schnecken und Grasmilben auszukommen, ohne zu verzweifeln, oder gleich mit Gift über sie herzufallen und dabei selbst gallig zu werden.

Niwayoku ist die japanische Bezeichnung dafür. Diese Haltung nutzt Aktivitäten im Garten zur Entschleunigung, atmet

Bodenaromen und gewinnt meditative Entspannung in der Arbeit. Das als »Waldbaden« bekannt gewordene Shinrinyoku weitet den Aufnahmehorizont der Sinne durch aktive Entfernung von Einflüssen aus der Menschenwelt. Niwayoku hingegen verengt den Horizont durch Vertiefung in die kleine Welt gestaltender Hände, die Werden und Vergehen begleiten. Niwayoku begreift Natur als das Hervorbringende und Gebärende.

Sinn der Zen-Betrachtung des Gartens ist im Niwayoku nicht die

gärtnerische Selbstdarstellung, sondern die Verinnerlichung der eigenen Tätigkeit. Die Früchte des Gartens, die Blumen und auch die gestaltete Miniaturlandschaft »kommen zustande«. Sie sind nicht von vornherein als Ziel gesetzt, für das mit viel Engagement gekämpft wird. Mit der Zen-Haltung nimmt man hin, was sonst als Fehlschlag empfunden wird, also auch, dass andere Lebewesen über das Werden und Vergehen im Garten auf ihre Weise mitbestimmen. Das Zen kennt keine Schädlinge, sondern es nimmt

die Mitspieler wahr und betrachtet sie als Spiegel der Folgen unserer Bemühungen.

Zen im Garten fokussiert unsere Betrachtungsweise und damit uns selbst. Das Ergebnis ist eine aktive, nach außen gerichtete Meditation, die das eigene Wirken vertieft wahrnimmt und Teil der Lebensphilosophie wird.

# Mein Garten

Dieses Buch handelt größtenteils von meinem, von unserem Garten. Er umgibt auf drei Seiten das Haus, in dem wir seit gut zehn Jahren leben. Nach Jahrzehnten in München verlagerten wir uns damals »aufs Land« in eine Kleinstadt im Südosten Bayerns. Die Lage an ihrer Peripherie in einem Neubaugebiet aus den 1970er Jahren bescherte