



Mag.^a Alexandra Peischer
A-6020 Innsbruck . Claudiastr. 20

Das Jahr im Spiegel des Haiku



Das Jahr 2016 geht zu Ende. Ein passender Zeitpunkt für Rückblick und Reflexion, für eine bewusste Betrachtung dessen, was uns in diesem Jahr begegnet ist.

Ich stelle Ihnen heute eine Möglichkeit vor, Ihr Jahr und das darin Erlebte in wenige Worte zu fassen, konkret in japanische Dreizeiler, sogenannte „Haikus“. Auch wenn ich bereits des Öfteren über das Haiku geschrieben habe, entdecke ich immer wieder neue Aspekte dieser poetischen Kurzform, wie u.a. im heurigen Sommer.

Im August durfte ich eine längere Auszeit genießen und übte mich in dieser Zeit vor allem darin, ohne Plan in jeden Tag zu gehen, im Moment zu leben, im gegenwärtigen Augenblick: mich ganz dem hingeben, was mir begegnet - egal ob beim Wandern, Schwimmen oder sonstwo. Fast immer waren Füllfeder und Tagebuch mit dabei. Und wenn es mich überkam, hab ich geschrieben. Gedanken, Notizen, Beobachtungen, Erlebnisse, Erkenntnisse; in Form von Fließtexten oder Briefen, längeren oder kürzeren Gedichten. Sehr oft waren es Elfchen oder Haikus, die mir halfen, Erlebnisse auf den Punkt zu bringen.



Mein wichtigstes Buch in dieser Zeit war David Steindl-Rasts „Achtsamkeit des Herzens“. Sie können sich meine Freude vorstellen, als ich darin ein Kapitel fand, in dem sich der Autor - Anthropologe, Psychologe, Benediktinermönch und engagierter Vermittler zwischen östlicher und westlicher Spiritualität - dem Thema Haiku widmet! Er versteht das Haiku als „Spiegel des Herzens“ und ich nütze diesen Schreib-Impuls, um ihnen diese Gedichtform (wieder einmal) näher zu bringen und mit einigen Überlegungen Steindl-Rasts anzureichern.

Das Haiku als poetische Kurzform:

Das Haiku kommt aus Japan und ist ca. 4 Jahrhunderte alt. Im Japanischen besteht es aus drei Wortgruppen zu 5-7-5 Lauteinheiten, sogenannten „Moren“. Im Deutschsprachigen wurde daraus ein Dreizeiler mit 5-7-5 Silben, also:

1. Zeile: 5 Silben
2. Zeile: 7 Silben
3. Zeile: 5 Silben



Ein Haiku ist konkret, gegenwärtig und offen, eine Momentaufnahme ohne Deutungen und Erklärungen. Die Assoziation des Lesers/der Leserin soll angeregt werden. Zum Beispiel wird ein Geschehen oder eine Landschaft genau beobachtet, eine Stimmung zum Ausdruck gebracht. Dabei bedient sich das Haiku einer klaren, schnörkellosen Sprache und ist reimlos. Die dritte Zeile enthält oft eine Pointe, eine überraschende Wendung oder eine philosophische Anspielung.



Mag.^a Alexandra Peischer
A-6020 Innsbruck . Claudiastr. 20

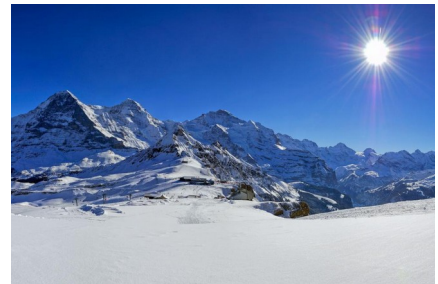
In der strengen Form geht es beim Haiku ausschließlich um Jahreszeiten. In der freien Form sind auch andere Themen erlaubt, ebenso wie eine Abweichung von der exakten Silbenzahl. Bedeutend ist eher, dass kein Wort zu viel gesagt wird, aber auch keines fehlt.

MORGENNEBELDUNST -
WIE EIN HINGEMALTER TRAUM
GEHT EIN MENSCH VORBEI. (Yosa Buson, 18. Jh.)

Das Haiku als Spiegel (des Herzens):

David Steindl-Rast (2013) vergleicht diese Gedichtform mit einem „Bergkristall, dessen Facetten seine Umgebung in vielfältiger Weise spiegeln und zusammenbringen“, denn auch das Haiku „vereint und reflektiert [...] einige wichtige Aspekte unseres menschlichen Daseins und zeigt sie uns, wie im kurzen Aufleuchten eines Blitzes.“ Und das alles klar und präzise und „völlig unsentimental - so wie ein Spiegel“, was die Wirkung noch erhöht. (ebd., S. 100)

So wird die Haiku-Dichtung zu einer „Poesie der Bewusstheit“, zu einem Spiegel menschlichen Selbstverständnisses, in dem auch immer das Paradox von Raum und Zeit enthalten ist. Das Haiku betont *einen* Aspekt unseres Erlebens nämlich ganz besonders: den „ruhenden Punkt“. Jenen Moment, wo die Zeit scheinbar stillsteht, wir alles um uns herum vergessen und gleichzeitig ganz eins mit uns und mit allem sind. In solchen Augenblicken gibt es meist nichts zu sagen. Steindl-Rast spricht hier in Anlehnung an Maslow (1961) von „Gipfelerlebnissen“¹. Erst hinterher können wir das Erlebnis in Worte fassen, versuchen, ihm gerecht zu werden.



Und hier kommt das Haiku ins Spiel. Es *redet* nicht über Erfahrung, es lässt sie wirken. Ein Haiku-Dichter versucht nicht, ein Gipfelerlebnis „einzufangen“, sondern die Erfahrung freizusetzen. Sie nur so weit anzustoßen, dass sie dem Leser/der Leserin wieder gegenwärtig wird. Er macht uns damit zu Mitdichtern, bietet uns einen Spiegel an, in dem das Licht unserer eigenen Erfahrung aufleuchtet.

Wie das gelingt? Indem das Haiku Raum lässt - durch das Ungesagte; durch das, was zwischen den Zeilen mitschwingt.

WEG IST DER FALTER
JETZT KOMMT ER ZURÜCK ZU MIR
VON WEIT HER, MEIN SINN (Steindl-Rast 2013, S. 109)

¹ Maslows Begriff „Peak experience“ wird im Deutschen meist mit „Gipfelerfahrung“ übersetzt, aber auch als „Grenzerfahrung“, „Gipfel-“ oder „Höhepunkterlebnis“ bezeichnet.



Mag.^a Alexandra Peischer
A-6020 Innsbruck . Claudiastr. 20

SPAZIERGANG IM FELD.
DIE SEHNSUCHT NACH LEICHTIGKEIT
FLATTERT VOR MIR HER.²



Als LeserInnen bestaunen wir das Vertraute, das uns im Haiku entgegentritt, als ob wir es nie zuvor gesehen hätten. Ein weiteres Hilfsmittel dafür ist Direktheit und Unmittelbarkeit. Alles im Haiku ist konkret, Abstraktion hat keinen Platz.

REGEN TROPFT VOM BAUM,
IM SEE TANZEN DIE RINGE:
HIMMLISCHE MUSIK!

Das Haiku ist ein „Gedicht der Stille“, so Steindl-Rast. Er beschreibt es als „ein Gerüst aus Worten. [...] Wenn es fertig ist, gibt der Dichter dem Gerüst gewissermaßen einen kleinen Schubs, und das Gerüst stürzt ein. Übrig bleibt die Stille.“ (ebd. S. 117) Die Stille des Erkennens, der Erinnerung, der eigenen Erfahrung.

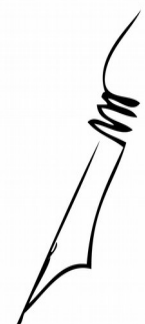
BEGEGNUNG IM JETZT
SCHENKT KRAFT UND GEBORGENHEIT
AUCH FÜR DAS MORGEN

Das Haiku lädt uns „im längst vertrauten Alltag auf Entdeckungsfahrt ein. Es steckt kleine Fähnchen auf: ‚Hier waren wir!‘ und verwischt zugleich seine Spuren.“ (Steindl-Rast 2013, S. 117)

Wenn das keine Einladung ist, das vergangene Jahr, all das Vertraute, Erlebte, Gefühlte gedanklich noch einmal zu durchreisen und nach Besonderem zu suchen, nach zeitlosen Momenten, nach Gipfel-erlebnissen!

Diese Einladung möchte ich aufgreifen und gebe Ihnen dazu im Folgenden **eine kleine Anleitung** (falls Sie nicht ohnehin schon Haiku-Profi sind):

Am besten beginnen Sie mit einem Brainstorming. Ein „Cluster“³ eignet sich hier hervorragend, in diesem Fall ein Cluster zum Jahr 2016: Mit besonderen Erlebnissen des vergangenen Jahres, mit Momenten, die Ihnen spontan in den Sinn kommen, die einzigartig waren für Sie, *merk*-würdig. Vielleicht auch mit „Gipfelerlebnissen“. Notieren Sie alles, was Ihnen in den Sinn kommt, in ein paar Stichworten. Dann wählen Sie ein einzelnes Erlebnis aus der Sammlung aus und legen ein neues Cluster dazu an:



² Wenn nicht anders angegeben, stammen die Haikus von mir.

³ Siehe dazu „Arbeitsblatt Clustering“: http://schreibraum.com/images/AB_Clustering.pdf



Mag.^a Alexandra Peischer
A-6020 Innsbruck . Claudiastr. 20

Welche Assoziationen tauchen auf, welche Erinnerungen? Farben, Gerüche, Gefühle, körperliche Empfindungen, etc. Sehen Sie sich dieses Cluster als Gesamtbild an und basteln dann ein Haiku daraus: 3 Zeilen mit 5-7-5 Silben, in denen das steht, was wichtig ist und zwischen den Zeilen viel Raum für das Ungesagte bleibt...



Auf diese Weise können Sie fortfahren und jedes einzelne Erlebnis in einem Haiku festhalten. Zuletzt können Sie sich noch an einem „**Jahreshaiku**“ für **2016** versuchen. Ein Jahr in 17 Silben zusammengefasst - kann das gelingen? Vielleicht lässt sich ein Grundgedanke oder -gefühl erkennen, eine sich durchziehende Qualität, ein Jahresthema? Probieren Sie es aus!



ZAHLREICH ERFAHREN
TIEFE FREUDE, MANCHEN SCHMERZ.
WELCH ERFÜLLTES JAHR!

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Erinnern, Wieder-Erleben und Dichten. Mögen Ihre Haikus all das Schöne widerspiegeln und Ihr Herz sich nochmals daran erfreuen!

Mit herzlichen Grüßen und den besten Wünschen für den Jahreswechsel und das neue Jahr,
Alexandra Peischer / schreib.raum

Quellen:

- David Steindl-Rast (2013): Achtsamkeit des Herzens. Erstauflage 1988. Freiburg/Basel/Wien: Herder
- Abraham H. Maslow (1961): Was Gipfelerlebnisse uns lehren. Öffentlicher Vortrag, Transkription übersetzt und veröffentlicht in Abraham H. Maslow (2014): Jeder Mensch ist ein Mystiker. Wuppertal: Peter Hammer Verlag
- www.haiku.de
- www.deutschehaikugesellschaft.de

Den **Schreib-Impuls** können Sie bestellen unter: <http://www.schreibraum.com/schreibnews.html>.
Er ist kostenlos, kommt ca. 4 x im Jahr per E-Mail und kann jederzeit wieder abbestellt werden.
Die **bisherigen Schreib-Impulse** finden Sie im Archiv: <http://www.schreibraum.com/downloads.html>.