

ZEN FOR NOTHING

Versteckt in den bewaldeten Bergen an der Westküste Japans liegt das kleine Zen-Kloster Antaiji. Eine junge Frau, Sabine Timoteo aus Bern, macht sich auf den Weg, um von Herbst bis Frühjahr als Zen-Novizin einzutauchen in das Abenteuer klösterlichen Lebens.

Entstanden ist so eine Auseinandersetzung mit der Philosophie des japanischen Zen-Meisters Kodo Sawaki und den Überraschungen des Alltags.

*Der Regisseur Werner Penzel ist bei uns bekannt geworden als Ko-Autor der Filme **STEP ACROSS THE BORDER** und **MIDDLE OF THE MOMENT**. Auch für **ZEN FOR NOTHING** hat der Musiker und Komponist **FRED FRITH** den Soundtrack gestaltet.*



Der Film

Wie wohl die allermeisten Zuschauer des Films, war auch Sabine Timoteo noch nie zuvor in einem japanischen Zen-Kloster. Wir lernen sie kennen, wie sie müde nach langer Flugreise in einem japanischen Reisebus sitzt. Vor dem Fenster ziehen die endlosen Industrielandschaften an der Küste von Osaka und Kobe vorbei, bald darauf in einem Bummelzug die schroffe und wilde Landschaft der dünn besiedelten Westküste Japans. Ihren Rucksack geschultert, lässt sie die

letzten herbstlichen, teilweise schon abgeernteten Reisfelder hinter sich auf ihrem Fussweg in die Berge. Mitten im wilden Wald führt der Weg schliesslich zu einer langen Steintreppe an deren Ende sie im Kloster Antaiji ankommt. Mit drei Hammerschlägen auf ein Brett kündigt sie ihre Ankunft an.

Nach der Begrüssung wird Sabine ein Zimmer gezeigt und ihre Einweisung in die jahrhundertealten Klosterregeln beginnt: Wie verbeugt man sich, wie sitzt man in der Meditationshalle auf dem Kissen vor der leeren Wand. Wie sind die einzelnen Bewegungen mit den Essstäbchen in Verbindung mit den drei schwarz lackierten Holzschalen auszuführen, wie verhält man sich beim Kochen und Putzen, der Körperpflege, auf der Toilette und während der Arbeit auf den Feldern.

Die Klosterinsassen sind gerade mit der Reisernte beschäftigt: Alles Neuland für Sabine. Im Verlauf der kommenden Wochen gewöhnt sie sich zunehmend an die vielen zu beachtenden Regeln im Alltag, an das tägliche Aufstehen bei Dunkelheit um viertel vor vier in der Früh, an das lange regungslos stille Sitzen in der Meditationshalle, an die schweisstreibende Arbeit auf den Gemüse- und Reisfeldern und beim Holzschlagen im Wald. Dem guten Dutzend zumeist junger Zen-Praktizierender aus aller Welt geht Spass und Scherzen dabei nicht aus, kommuniziert wird mehrsprachig oder mit Händen, Füssen und Gesicht. Zum Ende des Herbstes feiern alle ein langes nächtliches Fest und tanzen Reiswein trinkend um ein grosses Feuer.

Bei Wintereinbruch verschwindet das Kloster unter einer bis zu vier Meter hohen Schneedecke, die Dächer müssen immer wieder freigeschaufelt werden von der Last des Schnees, das kleine Kloster ist für drei Monate abgeschnitten vom Rest der Welt. Da es nur einen einzigen, von einem Holzofen beheizten, warmen Raum gibt im ansonsten kalten Kloster, vertreiben sich die Nonnen und Mönche, der Abt und Sabine die Zeit mit Zen-buddhistischen Texten und Geschichten, bekannt für ihren oft absurden Humor. Sie erzählen sich Ereignisse aus ihrem Leben oder surfen auf ihren Laptops und schreiben Email an die Familie und die Freunde «zu Hause». So strikt die alten Klosterregeln auch sein mögen und so klassisch alt-japanisch die Holzbauweise des Klosters ist - es gibt WLAN für alle in Antaiji.

Während unter der japanischen Frühlingssonne der letzte Schnee wegschmilzt und bald der neue Reis gepflanzt wird, treffen Neuankömmlinge ein, nunmehr von Sabine eingewiesen in die Verhaltensregeln. Um die Nahrung mit frischem Gemüse aufzubessern, werden Bambusschösslinge im Wald ausgegraben, junge Farntriebe geschnitten, bisweilen taucht eine Wildschweinfamilie auf, frischgeschlüpfte Schlangen werden gefangen und als Medizin eingelegt in Alkohol.

Im Mai reisen alle Nonnen und Mönche zusammen mit Abt Muho und der mittlerweile nicht mehr "neuen" Sabine ins fünf Stunden entfernte Osaka, Zentrum einer der grössten Agglomerationen dieser Erde. Inmitten der rastlosen Geschäftigkeit stehen sie in ihren traditionellen Mönchsgewändern stundenlang Sutra-rezitierend vor den U-Bahneingängen, um zu betteln für ihren Lebensunterhalt und die Nebenkosten des Klosters.

Nach einer letzten gemeinsamen Übernachtung in einer billigen Herberge am Rand des Rotlichtviertels von Osaka endet Sabines Zen-Kloster-Abenteuer... .



DU BIST ANTAIJI - VON MUHO NÖLKE

Antaiji widmet sich der Zen-Praxis als einem natürlichen Ausdruck des täglichen Lebens. Zazen und Arbeit sind nicht einfach nur ein Teil des Lebens in Antaiji: Vielmehr sind es die 24 Stunden jedes einzelnen Tages, den du hier verbringst, die eine Manifestation von Zen sein müssen. In Antaiji werden darüber hinaus keine spirituellen Praktiken oder Meditations-techniken angeboten. Es geht nicht darum, fernöstlichen Mysterien auf den Grund zu gehen, okkulte Erfahrungen zu haben oder einfach einen Geschmack von japanischer Kultur zu bekommen.

Der Punkt ist es, unser eigenes Leben als Bodhisattva- Übung zu verstehen und zu praktizieren. Obwohl alle in der Gemeinschaft ihr Bestes geben müssen, um ein harmonisches Zusammenleben zu ermöglichen, ist gleichzeitig jeder für seine Übung nur ganz allein verantwortlich. Niemand wird deinen Hintern für dich abwischen. Du musst dir selbst klar sein über die Grundlage deiner Übung und über den Grund, der dich hierher bringt. Wenn du irgendetwas anderes von deinem Aufenthalt in Antaiji erwartest, als was dir das Leben in jedem einzelnen Moment zu bieten hat, wirst du enttäuscht werden. Überlege dir deshalb, was du hier suchst - täusche dich nicht selbst und auch nicht die anderen.

Das Leben hier besteht aus Zazen, harter Arbeit zur Selbstversorgung und Studium. Jeder, dem es Ernst mit Zen-Übung in der Tradition Dogen Zenjis ist, ist in Antaiji willkommen. Wir verlangen kein Geld für den Aufenthalt, doch Spenden sind willkommen, um Antaiji zu erhalten.

VERANTWORTUNG

Als Neuankömmling in Antaiji kannst du nicht verantwortlich sein für alles, was hier geschieht. Von Anfang an ist es nur deine Verantwortung, aufmerksam zu sein für alles, was du wissen solltest. Oder willst du herkommen, um nach einer Woche oder mehreren Monaten zu sagen: «Ich wusste es nicht, weil es mir niemand gesagt hatte»?

Genauso wie die Erfahrung, die du in Antaiji finden wirst, nichts anderes ist als dein Leben und daher deine Verantwortung, genauso sind deine mentale und physische Gesundheit nur deine eigene Angelegenheit. Obwohl man von dir erwartet, an allen Aktivitäten teilzunehmen und harmonisch mit den anderen Praktizierenden in Antaiji zusammenzuleben, wird es niemanden geben, der dich vorwärts schiebt oder zurückzieht. Du wirst bei deiner Praxis weitgehend auf dich selbst angewiesen sein. Versichere dich, dass du dir im Klaren bist darüber, warum du hierhergekommen bist und dass es immer irgendetwas aufzugeben gibt und nichts mitzunehmen.

DIE PRAXIS IN ANTAIJI (Auszüge)

Das Leben in Antaiji gründet sich auf gemeinschaftliche Praxis, wobei es für den Einzelnen unmöglich ist, seinem eigenen Fahrplan zu folgen. Es wird von dir erwartet, dass du mit allen anderen zusammenarbeitest und gemeinschaftliche Aufgaben zu bestimmten Zeiten durchführst. Bitte beobachte und folge dem, was andere Leute tun, und wenn du zusätzliche Fragen hast, stelle sie jemandem zu gegebener Zeit. Sei achtsam. Lass kein Licht unnötig brennen, schliesse Türen und Fenster und vermeide unnötigen Lärm oder Aufregungen oder zeitraubende Diskussionen und unnötige Gespräche.

Kommunikation ist ein zentraler Bestandteil gemeinschaftlicher Praxis, und nicht nur über das, was gesagt wird. Mach dich vertraut mit dem Tagesplan, sei aufmerksam für das, was auch immer passiert, und was getan werden muss, und – insbesondere, wenn du nicht Japanisch sprichst – streng dich an, dich einzufügen und beizutragen. Als ein Neuankömmling nutze die Gelegenheit, den Anfängergeist zu übernehmen und alles, was möglich ist, zu lernen.

Um 3.45 rennt der «Jikido» die Gänge entlang mit der Weckglocke. Sei um 3.53 bereit, in die Hondo (Antaiji's «Zazenhalle») einzutreten. Trage bequeme Kleidung, aber keine Socken und Mütze. Wenn du frierst, bring ein Handtuch oder eine Decke, um deine Füße zu bedecken. Beim Betreten der Hondo, vor, während und nach Zazen sind bestimmte Prozeduren zu befolgen, die Dir ausführlich erklärt und gezeigt werden. Folge diesen Unterweisungen aufmerksam und bemühe dich, sie in die Praxis umzusetzen.

Wenn du noch nie Zazen praktiziert hast, wird man dir die Haltung erklären. Kinhin, das die Sitzmeditation nach einer Stunde unterbricht, ist Teil der Zazen-Praxis, keine Pause. Wenn es unbedingt nötig sein sollte, die Toilette zu benutzen, geh jetzt. Aber nach Möglichkeit solltest du bei Kinhin in der Hondo bleiben. Nach dem Morgen-Zazen wird das «Takkesage» gesungen, das «Kesa-Sutra». Mach dich mit diesem kurzen Text vertraut, schreib ihn dir womöglich auf. Dem Morgen-Zazen folgt ein formelles Mahl in der Hiroma. Geh geradewegs von der Hondo in die Hiroma, gehe nicht zuerst auf die Toilette oder in dein Zimmer! Dem Abend-Zazen folgt freie Zeit, aber nach 21 Uhr halte bitte Ruhe. Wenn du Fragen hast, kannst du sie dem Jikido oder dem Gäste-Verantwortlichen stellen.

Die gemeinsamen Mahlzeiten sind ein zentraler Punkt unseres Lebens hier in Antaiji. Sie finden schweigend statt. Frühstück und Abendessen werden in der Hiroma eingenommen, Lunch im äusseren Speisesaal. Üblicherweise essen wir bei formellen Mahlzeiten Oryoki, die in den Klöstern übliche Art formeller Mahlzeiten. Man wird dir auch hier die Prozeduren genau erklären. Essen in der Oryoki-Tradition erscheint am Anfang schwierig. Man wird es dir erklären, aber das Beste ist, wenn du die Leute um dich herum beobachtest und ihnen folgst. Schalen und Tuchset können wir dir hier zur Verfügung stellen. Sei auch hier aufmerksam und lass die anderen nicht warten. Das Essen in Antaiji kommt zum grössten Teil von den eigenen Feldern und ist meist vegetarisch, aber nicht immer. Die zentralen Bestandteile sind Reis und Suppe, begleitet von verschiedenen Beilagen. Alles, was sich in deinen Tellern und Schalen befindet, muss gegessen werden, auch die nichtvegetarischen Bestandteile. Es ist nicht möglich, hier bestimmten Diäten zu folgen. Im Anschluss an das Essen werden die Teller gewaschen. (...)



VORGESCHICHTE von Werner Penzel

Nachdem ich als 18-Jähriger fasziniert war von der Inspiration, die die Schriftsteller der Beatnik-Bewegung und der Komponist John Cage aus ihrer Beschäftigung mit Zen-Buddhismus gewonnen hatten, begann ich mich mit einschlägiger Literatur zu beschäftigen. Da immer wieder darauf hingewiesen wurde, dass eine rein intellektuelle Beschäftigung mit der Lehre und den Erkenntnissen des Zen-Wegs letztlich nur Missverständnisse erzeugt, entschloss ich mich 1978 als 28-Jähriger nach Japan zu reisen, um in das 1243 von Dogen gegründete Kloster Eiheiji einzutreten. Beim stundenlang schweigenden Sitzen vor der leeren Wand des Meditationsraums zerbröselten bald all meine Erwartungen. Nicht nur den Zen-Buddhismus betreffend, auch meine Vorstellungen was Erkenntnis oder gar «Erleuchtung» betrifft, erwiesen sich als schnell verderbliches Konsumgut. In den darauf folgenden Jahren nutzte ich neben meiner Arbeit als Filmemacher immer wieder einen Teil meiner Zeit für kürzere Aufenthalte in verschiedenen Klöstern.

Im Jahr 2005 entdeckte ich dann das kleine Kloster Antaiji - in der Nachfolge des legendären Zen-Meisters Kodo Sawaki nun von Abt Muho geleitet, geboren als Olaf Nölke in Berlin, dem ersten nichtjapanischen Abt eines Klosters in Japan. Es war auch das erste Kloster das ich besuchte, in dem nicht nur reger Besuch von jungen Menschen aus aller Welt herrscht, sondern in dem Frauen und Männer in völliger Gleichberechtigung praktizieren. Nach mehreren Aufenthalten, auch gemeinsam mit meiner Lebensgefährtin Ayako Mogi, schlugen wir Abt Muho und den Nonnen und Mönchen vor, einen Film zu drehen nicht über, sondern im Alltag des Klosters.

Während mehrerer Besuche mit unseren Filmgeräten gewannen wir schliesslich das Vertrauen und das Interesse aller Beteiligten an diesem Projekt. Nun fehlte uns nur noch ein Protagonist, besser eine Protagonistin, die bereit ist, zum ersten Mal einzutreten in ein Zen-Kloster und damit die Erfahrung einer «Anfängerin» nicht nur für sich selbst, sondern auch stellvertretend für den Zuschauer des Films zu machen. In Sabine Timoteo haben wir diese Protagonistin gefunden, nicht als die Schauspielerin, die sich mittlerweile einen Namen gemacht hat, sondern als die Person, die sie ist.

SPIRITUALITÄT UND ZEN: MEDITIEREN TUT WEH

Als ich Sabine Timoteo das Angebot machte, zusammen mit einem Filmteam in ein Zen-Kloster zu gehen und sich den dort herrschenden Regeln zu fügen, erzählte ich ihr ausführlich von meinen eigenen Erfahrungen: den Widersprüchen und Zweifeln, den Enttäuschungen und den beim Meditieren bisweilen unerträglich werdenden Schmerzen in Knien, Rücken, Gelenken, im Kopf - überall.

Von den Momenten, in denen ich mich fragte: «Warum in aller Welt tust du dir das an? Warum stehst du nicht einfach auf, packst deinen Rucksack, gehst den Berg wieder runter, isst ein feines zartes Steak in einem angenehmen Restaurant und gönnst dir ein gutes Glas Wein? Während die anderen sich weiter stundenlang quälen auf ihrem blöden Sitzkissen vor der leeren Wand - keiner wird dich aufhalten oder dir einen Vorwurf machen...»

Anders als die meisten Religionen, kennt die Zen-Schule auch keine tröstlichen Sprüche, keine paradiesischen Vorstellungen weder im Hier und Jetzt noch für ein Jenseits - keinen Gottesbegriff, kein Missionieren. Romantisierende Betrachtung wird als Verwirrung angesehen. Enttäuschung gilt als befreiend.

Nachdem Sabine meinen Ausführungen zugehört hatte, sagte sie nach einer Weile: «...ohne zu zögern bin ich dabei.» Und nach einer Weile: «Worum es geht ist Selbstverantwortung, oder?»

“Seit meinem ersten Aufenthalt im japanischen Zen-Kloster Eiheiji im Jahr 1978 liess mich der Gedanke nicht mehr los, wie es gelingen kann, die klösterliche Erfahrung der Zen-Praxis in ein filmisches Erlebnis umzusetzen.” Werner Penzel

Biografien



Werner Penzel (Drehbuch, Regie & Kamera)

wurde 1950 geboren und wuchs in Hannover, Berlin und Köln auf. Er studierte Film an der Hochschule für Fernsehen und Film in München und arbeitet anschliessend mit der brasilianischen Theatergruppe „Oficina“ zusammen. Nach umfangreichen Reisen entsteht der Film „Vagabunden Karawane“ (1980), „Pirates du Silence“ (1984), „Adios al Odio“ (1986) und weitere Filme.

Mit Nicolas Humbert, Nico Hofmann, Christian Wagner, Lutz Konermann, Fosco & Donatello Dubini gründet Penzel die Kooperative der Filmemacher „Der Andere Blick“.

1987 gründet er zusammen mit Nicolas Humbert die Filmproduktionsfirma „CineNomad“, die Filme wie „Step across the Border“ (1990), „Middle of the Moment“ (1995), „Three Windows“ (1999) sowie die Dokumentarfilme „Why should I buy a Bed when all I want is Sleep?“ (1999) sowie „Brother Yusef“ (2005).

Seit 1995 unterrichtet Werner Penzel an verschiedenen Film- und Kunsthochschulen in München, Berlin, Zürich, Genf, Lausanne, Lugano, Kyoto und Hanoi.

2006 gründet er zusammen mit Ayako Mogi, Res Balzli, Marion Neumann und Christoph Balmer „jourparjour comagnie“ in Estavayer-le-Lac, die den Austausch von westlichen und östlichen Künstlern als Zielsetzung hat.

Seit 2009 lebt Penzel auf der Insel Awajishima in Japan.



Sabine Timoteo

wurde 1975 in der Schweiz geboren. Nach einer Tanzausbildung an der Schweizerischen Ballettberufsschule folgten Engagements an der Deutschen Oper in Düsseldorf sowie Tourneen mit Charlotta Ikedas Compagnie Ariadone.

Sabine Timoteo gilt als eine der profiliertesten Schweizer Schauspielerinnen. Bereits für ihre erste Spielfilmhauptrolle in Philip Grönings „L'amour, l'argent, l'armour“ wurde sie 2001 als „Beste Darstellerin“ mit dem Schweizer Filmpreis sowie mit dem Bronzenen Leoparden am Filmfestival von Locarno ausgezeichnet. Sie spielte u.a. die Hauptrolle in „Die Freunde der Freunde“ von Dominik Graf (Grimme-Preis 2003) und erhielt 2008 einen weiteren Schweizer Filmpreis für ihre Rolle im Film „Nebenwirkungen“ sowie 2015 für ihre Darstellung der „Alice“ im Film „Driften“.

Sabine Timoteo ist gelernte Köchin und lebt mit ihrem Ehemann und ihren beiden Töchtern in Bern.



Cast & Crew

Mit Sabine Timoteo · Muho Nölke

Der Sangha Gemeinschaft des Antaiji Zen-Klosters Japan

Regie & Kamera

Werner Penzel

Konzept und Drehbuch

Werner Penzel

in Zusammenarbeit mit Ayako Mogi & Sabine Timoteo

Originalton und Filmmontage

Ayako Mogi

Soundtrack

Fred Frith

Soundtrack Aufnahme und Mischung

Peter Hardt

Farbkorrektur

Peter Guyer

Tonschnitt

Peter von Siebenthal

Finale Tonmischung

Felix Bussmann

Technischer Support & Postproduktion

Ueli Mueller

Grafikdesign

Gerhard Blaettler

Produzenten

Peter Guyer, Madeleine Corbat & Werner Penzel

Koproduzenten

Sabine Bubeck-Paaz (ZDF/Arte), Urs Augstburger (SRG)

Förderung

Berner Filmförderung

Bundesamt für Kultur, Schweiz

Bundeskultusministerium Deutschland

Ein Recycled TV Switzerland & Werner Penzel Filmproduktion Film

Geschichte des Zen-Klosters „Antaiji“(Quelle: www.antaiji.org)

Antaiji gehört der Soto-Zen-Schule an. Der Tempel wurde 1921 von Oka Sōtan im Norden Kyōtos gegründet. Anfangs diente Antaiji Gelehrten und Mönchen als Ort für das Studium des Shōbōgenzō von Dōgen Zenji. Viele der Mönche aus dieser Zeit lehrten später als Professoren an der Komazawa-Universität in Tōkyō.

Während des Zweiten Weltkrieges wurde Antaiji jedoch völlig verlassen, bis 1949 Sawaki Kōdō und Uchiyama Kōshō, Lehrer und Schüler auf dem Buddhaweg, Antaiji übernahmen und zu einem Ort für die reine und ausschliessliche Übung des Zazen machten. Sawaki Rōshi lehrte zu dieser Zeit an der Komazawa-Universität, bereiste jedoch auch ganz Japan, um Sesshins zu leiten. Erst 1962, drei Jahre vor seinem Tod, zog er sich ganz nach Antaiji zurück.

Während der späten 60er Jahre, nach Sawakis Tod, verbreitete sich der Name dieses kleinen Tempels langsam um die ganze Welt, und viele Menschen kamen auch aus dem Ausland, um in Antaiji Zazen zu üben.

Doch der Anstieg der Besucherzahlen und die vielen neuen Wohnhäuser, die in der ursprünglich ruhigen Gegend um Antaiji herum gebaut wurden, führten zu so viel Lärm, dass sich Uchiyamas Nachfolger Watanabe Kōhō dafür entschied, den Tempel an seinen gegenwärtigen Ort am japanischen Meer umziehen zu lassen. Neben der Stille der Berge suchte er die Rückkehr zu dem alten chinesischen Zen-Ideal der Selbstversorgung, da das vom Betteln finanzierte Leben in der Grossstadt allzu leicht für die Mönche geworden war.

Antaiji verfügt gegenwärtig über 50 Hektar Land, 15 Kilometer von einem Nationalpark am japanischen Meer entfernt. Der vorherige Abt, Miyaura Shinyū, bewahrte das stille Zazen-Leben hier, während er das Ideal des Selbstversorgertums in die Praxis umsetzte. Nach seinem plötzlichen Tod bei einem Unfall mit dem Bulldozer beim Schneeräumen im Februar 2002 folgte ihm sein deutscher Schüler Muhō als gegenwärtiger, neunter Abt von Antaiji.

Muhō versucht, eine neue Sangha mit motivierten Mitgliedern zu gründen. Er wartet darauf, dass du Teil der Geschichte eines neuen Antaiji wirst.



LITERATUR

Der Abt des Klosters Antaiji, Muho Nölke, ist als Meister der Sôtô-Zen-Schule anerkannt. Er ist der erste nichtjapanische Abt eines Klosters in Japan und hat zahlreiche Schriften des Zen-Meisters Kodo Sawaki ins Deutsche übersetzt.

Von Kodo Sawaki sind u.a. folgende Schriften erhältlich:

Tag für Tag ein guter Tag: Einführung in die Meditation des Zen

Die Zen-Lehre des Landstreichers Kodo

Zen ist die grösste Lüge aller Zeiten

Was auch immer du gerade denkst,
schon ist's wieder vorbei

Kodo Sawaki



Als Autor ist Abt Muho mit seinem Buch «**Zazen oder Der Weg zum Glück**» bekannt geworden (Rowohlt).

Ende August 2016 wird das neue Buch von Abt Muho mit dem Titel «**Ein Regentropfen kehrt ins Meer zurück. Warum wir uns vor dem Tod nicht fürchten müssen**» im Berlin Verlag erscheinen.

ERSTE PRESSESTIMMEN ZUM FILM

«Wer hier eine klassische Geschichte von einem Erleuchtungsversuch im Zentempel erwartet, wird überrascht, denn der Film geht andere Wege. Penzel und seiner Co-Autorin Ayako Mogi geht es vielmehr darum, in die alltäglichen Stimmungen des Klosters einzutauchen und diese möglichst sinnlich wiederzugeben. Bilder und Töne sind von fesselnder Schönheit, jede Einstellung ist wie ein Gemälde komponiert. Der Sinn steckt in den scharf beobachteten, beinahe poetischen Details: im Dampf, der aus einem blauen Glas mit heissem Tee steigt und in der kalten Luft vergeht, oder im Rauschen der Regentropfen auf dem Dach des Meditationsraums.» **WOZ Film**

«Dieser Film nimmt das Publikum mit in eine Welt voller fremder Rituale, gibt einem Tagesablauf Komplexität und zeigt, dass Spiritualität auch Freude bedeuten darf. Der Film lebt von den wunderbaren Bildern und der Natürlichkeit aller Mitwirkenden. In der Tat, man muss sich einlassen, auch als Zuschauer. Wer das kann, erlebt 100 Minuten tiefe Ruhe und lässt sich von Zitaten des japanischen Zen-Meisters Kodo Sawaki inspirieren.» **bona LIFESTYLE**

«Ankommen und Sein in der Gegenwart. Auch: Musik machen. Mit Singsang beten. Wohltuend fürwahr, auch als Film. Der zum Nachdenken und – mit einem grossartig sorgfältigen Fred-Frith-Soundtrack ausgestattet – zum Hören anregt.» **Der Landbote**