

REPORTAGE Japan

Zum Gipfel der Erkenntnis

Sie suchen Stille und Inspiration: Zehntausende Frauen in Japan praktizieren in den heiligen Bergen das **uralte Pilger-Ritual** Yamabushi, das bis vor Kurzem nur Männern erlaubt war. Eine Geschichte über den Glauben an die Kraft der Natur

TEXT TOBIAS ASMUTH FOTOS NORIKO HAYASHI



Auf dem Weg zu sich selbst
Webdesignerin Mariko Koga, 39,
aus Tokio trägt auf ihrer
Pilgerreise das traditionelle Weiß



Vorbereitung
Mariko und ihre Freundin Maumi helfen sich beim Anlegen der Tracht

Kontakt Die Pilger tragen Strumpfschuhe, um durch deren dünne Gummisohlen die Erde zu spüren

Der Abstieg dauert schon Stunden, der Pfad ist steil, der Fels vom Nebel nass, und ausgerechnet jetzt knicken ihre Beine einfach ein. Sie hat keine Kraft mehr, strauchelt, fällt auf den Rücken, rutscht den Hang hinunter, bevor sie endlich mit den Füßen Halt findet, Hände ziehen sie hoch, besorgte Blicke, ein Nicken, es geht weiter, der Weg ist noch lang.

Mariko Koga, 39, ist für drei Tage eine Yamabushi, eine, „die in den Bergen lebt“. Und auch wenn gerade jeder Schritt schmerzt, ihre Hände seit dem Sturz brennen, sie unendlich müde ist, gibt es da noch ein anderes Gefühl, eines, das ihr sagt, dass es richtig war, in den Norden Japans, in die Präfektur Yamagata zu fahren, zu den drei heiligen Bergen von Dewa, um diese Strapazen auf sich zu nehmen.

Mariko ist Pilgerin in der Gruppe von Hoshino Fumihiko, 71, einem Shugendo-Meister. Shugendo ist eine buddhistische Schule, in der Kami verehrt werden, göttliche Wesen, die in Tieren, Bäumen, im Wasser und Licht erscheinen. Fumihiko hat früher als Beamter in der Verwaltung der Präfektur gearbeitet,

aber das ist sehr lange her. Bei den Yamabushi gilt er als streng und nachsichtig, als weise und humorvoll, als gläubig und tolerant, kurz: als ein wahrer Meister.

Fumihiko geht seit 15 Jahren mit Pilgern in die Berge, 300 bis 400 Euro kostet eine dreitägige Reise. Früher waren die Berge den Männern vorbehalten, dabei gelten in der von der Natur geprägten Vorstellungswelt Japans Berge als Mütter. Heute nehmen fast alle Meister Frauen auf, in vielen Pilgerherbergen stellen sie sogar die Mehrheit. Damit sind die Yamabushi weiter als die japanische Gesellschaft: Über 95 Prozent der Politiker sind Männer, und in der Wirtschaft sind die Bosse fast ohne Ausnahme männlich.

Yamabushi sind Anhänger des Shugendo, das viele Jahrhunderte lang als die Religion der einfachen Leute galt. Die Gläubigen suchten in der Einsamkeit der Berge nach Erleuchtung und Einheit mit dem Universum, bis die Kaiser der Meiji-Zeit ab 1868 ihre asketischen Wanderungen verboten, um den Shintoismus als japanische Staatsreligion zu stärken. Heute sind die Berge wieder die Tempel der Yamabushi. Dort wollen sie Körper und Geist miteinander versöhnen,

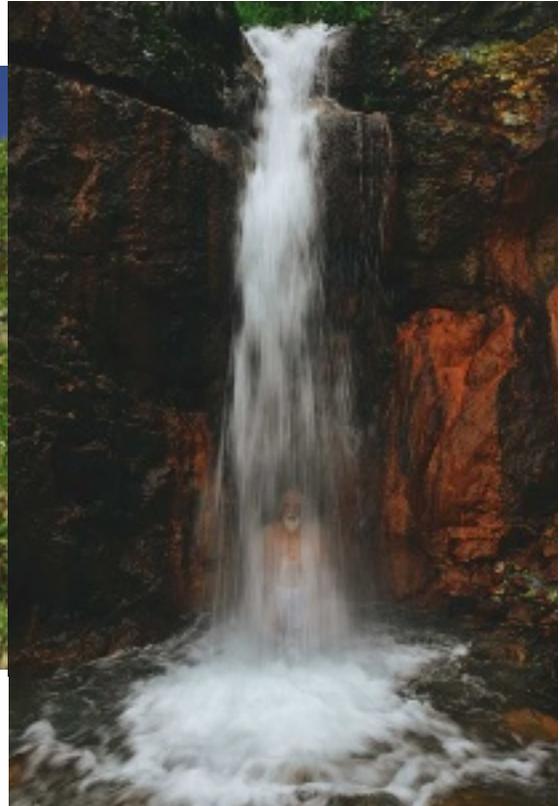
steigen auf Gipfel, um zu meditieren, streifen durch Wälder, um unter Bäumen zu beten. Yamabushi zu sein bedeutet, darüber nachzudenken, was man fühlt, wenn man in den Bergen ist.

„In Tokio vergesse ich manchmal, dass es so etwas wie Berge und Bäume überhaupt gibt“, sagt Mariko. Tagelang in der Natur zu sein, ist für sie vielleicht die größte Motivation, um Yamabushi zu werden. Aber Mariko will nicht auf Berge steigen, um in grandioser Landschaft abzuschalten: „Als Pilger wanderst du nicht nur einfach, du konzentrierst dich auch auf deine Gedanken und Gefühle. Du forderst Körper und Kopf.“

Damit sich die Magie der Berge auf die Menschen überträgt, ist der Aufstieg nur zu festgelegten Zeiten gestattet, meist zu Beginn einer neuen Jahreszeit, denn die Berggötter brauchen Ruhe. Dann aber wandern Tausende in traditionellen weißen Jacken und Hosen durch die alten Zentren des Shugendo: die Omine-Berge in der Provinz Nara, den heiligen Stätten von Kumano und eben Dewa im Norden von Honshu, der Hauptinsel Japans. Dort steigen sie zuerst auf den Haguro, der für die Vergangenheit steht, dann auf den Gassan und den Yudono, die für Gegenwart und Zukunft stehen. Am Ende, im Tal, soll für jeden Yamabushi ein neues Leben beginnen.

HAGURO, 414 METER: „UKETAMAU! - ICH AKZEPTIERE!“

Die zwölf Frauen und 15 Männer in Hoshino Fumihikos Pilgergruppe verbeugen sich vor dem hohen roten Tor, durch das sie den Wald aus uralten Zedern betreten, deren Kronen ein leuchtend grünes Dach bilden. Sie hören das Rauschen der Blätter und ihre Schritte auf den Steinstufen, die den Hang aufwärts führen. Es ist nicht



erlaubt zu reden. Fumihiro bringt die Menschen in die Berge, damit sie etwas fühlen. Was, ist ihm egal, er vertraut da ganz der Natur. Die aber kann nur in der Stille zu den Menschen sprechen.

„Die Stille kam mir wie eine Aufgabe vor, die ich lösen muss“, sagt Mariko später. Sie arbeitet als Webdesignerin und ist „Freeter“, mit diesem Kunstwort bezeichnen Japaner Freiberufler. „Jeden Monat frage ich mich, ob es mit den Aufträgen klappt. Das macht mein Leben kompliziert.“ Freeter zu sein heißt in Japans Hochleistungsgesellschaft oft besonders viel Stress zu haben. Seit Japan lahmt die Wirtschaft und soll nach dem Willen der Regierenden mit noch mehr Arbeit und noch mehr Konsum geheilt werden. Für die Yamabushi aus den Wohntürmen in den Multimillionenstädten wie Tokio oder Osaka ist der Aufbruch in die Berge eine Flucht auf Zeit: vor Lärm und Hektik, Überstunden und Zwang.

Auch Maumi Ishii, 53, eine Freundin von Mariko, kommt aus Tokio. „Die Stadt saugt dich aus“, sagt sie, „alle sind ständig beschäftigt.“ Maumi ist Reisekauffrau, sie arbeitet seit ihrer Heirat in Teilzeit, was nicht immer ganz leicht sei, sagt sie leise. Sie sehne sich nicht einfach nach Entspannung, sie suche nach Erfahrungen, die sie teilen kann. Warum nicht mit ihrem Mann? Maumi überlegt, sagt dann lächelnd: „Männer werden schneller müde, sie haben ihre Träume verloren.“

Wie alle in der Gruppe unterwerfen sich Mariko und Maumi den Regeln der Yamabushi: Sie legen jeden Morgen die weiße Tracht an, verzichten auf Uhren und Handys, waschen sich nicht und

putzen sich nicht die Zähne, führen keine Gespräche und stellen keine Fragen. Als einzige Antwort auf die Anweisungen des Meisters ist ein lautes „Uketamau! - Ich akzeptiere!“ erlaubt.

Auf dem Haguro umrunden die Pilger eine fünfstöckige Pagode, beten lange Zeit die Herz-Sutra, stehen vor kleinen Tempeln erleuchteter Mönche und lagern um den Schrein der Berggöttin Ideha. Für sie stimmt die Gruppe wieder und wieder ein weiteres meditatives Mantra an: „MO RO MO RO NO TSU MI KE GA RE, HA RA I MI SO GI TE SU GA SU GA SHI – Ich werde mich rein fühlen nach der Reinigung von allen Arten von Unreinheit.“

Mariko sagt von sich, sie sei eine typische Japanerin, nicht besonders religiös, aber das Training schenke ihr eine tiefe Ruhe: „Ich fühle mich in den Bergen geschützt, und vielleicht ist dieses Gefühl ja mein Gott.“

Beim Abstieg beginnt es zu dämmern, der Meister entzündet eine Laterne, und für lange Zeit gibt es nur dieses Licht, dem die Yamabushi folgen. Als die Frauen und Männer in der Herberge ankommen, ist es spät. Zu essen gibt es eine Schale Reis und Miso Suppe. „Wir brechen früh auf.“ – „Uketamau!“

GASSAN, 1984 METER: „OTACHI - LOS, WEITER“

Vier Uhr, ein langer tiefer Ton aus einem Muschelhorn, dem Horagai, weckt die Schlafenden, alles muss jetzt schnell gehen, im Hof wartet schon der Meister. Mariko rollt die Decke ein, sucht nach

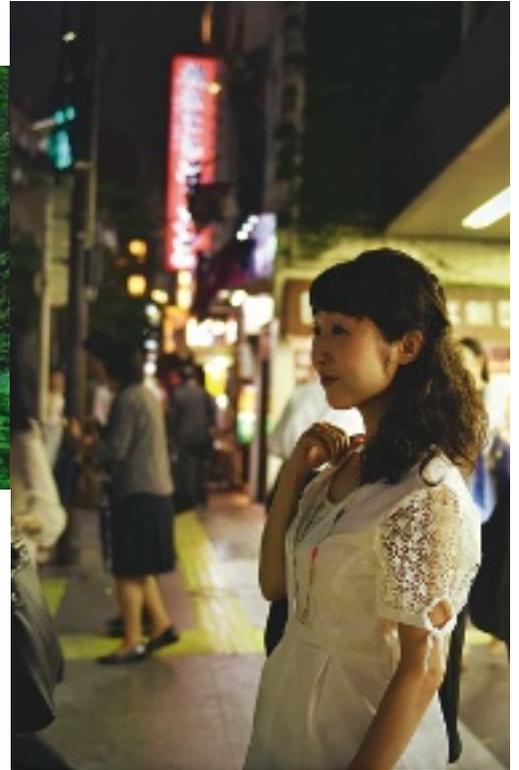
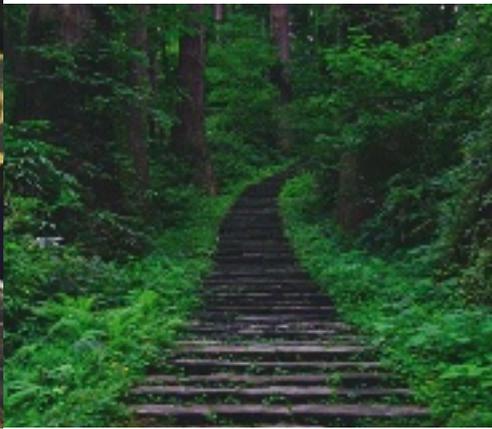
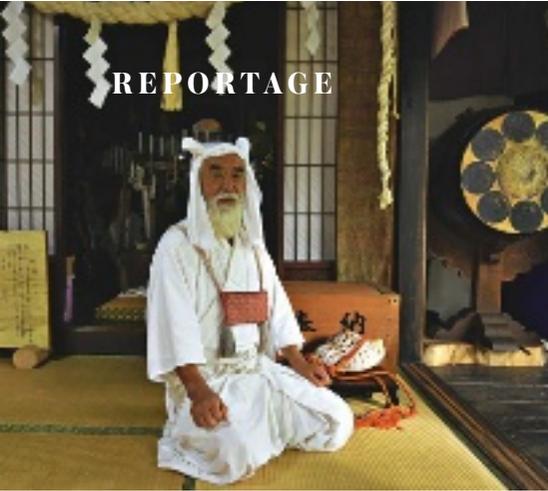
Aufstieg Keine Uhren, keine Handys, auch Waschen und Zähneputzen ist in den drei Pilgertagen untersagt

Prüfung Unter dem eiskalten Wasserfall müssen die Yamabushi meditieren - wenn sie Halt finden

dem weißen Baumwollhemd, der weiten Hose, dem Kopftuch. Die Frauen helfen sich gegenseitig beim Anziehen der Tracht der Bergmönche mit den Bändern und Schnüren, einige von ihnen tragen Jika-Tabi, traditionelle Strumpfschuhe, durch dessen dünne Sohlen aus Gummi sie die Erde besser spüren wollen. Zehn Minuten nach dem Wecken brechen die Yamabushi in Zweierreihen auf. In der Stille des Morgens hört man nur leise das Glöckchen am Gürtel von Hoshino Fumihiro, der an der Spitze geht.

Der Fuß des Gassan liegt im Nebel. Über feuchte Holzbohlen und steile Anstiege geht es immer weiter den Berg hinauf. Bald steht die Sonne am Himmel, es ist schwül, die Wolken reißen für einen kurzen Moment auf, und Fumihiro lässt seine Gruppe halten. Er zeigt ins Tal, auf die Wälder und Reisfelder und auf das Blau des Meeres in der Ferne. Die Yamabushi stehen lange einfach nur da, der Wind zupft an ihren Gewändern. Mariko fällt es schwer, sich von diesem Anblick zu lösen, als Hoshino Fumihiro den Aufbruch befiehlt: „Otachi – los, weiter“.

Der Gipfel des Gassan ist den Vorfahren und Verstorbenen geweiht, an die wir ►



Weisheit Meister Hoshino Fumihiko führt seit 15 Jahren auf die Berge
Weg Oft sind die Pfade rutschig
Ziel Mariko, zurück in Tokio. Das Gefühl, frei zu sein begleitet sie noch

uns in der Gegenwart erinnern sollen. Mariko und Maumi singen trotz Erschöpfung an einem Altar aus Steinen die Herz-Sutra „Alle Dinge sind in Wahrheit leer. Nichts entsteht und nichts vergeht...“, klatschen, reiben die Handflächen ineinander, lauschen dem Wind und beginnen mit ihrem Gesang von vorn. Dann spricht Fumihiko lange über die Opfer des Tsunamis und der Atomkatastrophe von Fukushima und fordert die Gruppe auf, für sie ein langes Mantra zu singen. Mariko ist bewegt von der Zeremonie. „Wir erinnern uns an diese Menschen viel zu wenig. Dabei hat dieser Tag unser Land für immer verändert.“

Später am Tag steigen die Yamabushi über den Bergkamm in Richtung des Berges Yudono ab. Auf dem Weg erwartet sie die härteste Prüfung, Takigyo, die Meditation unter einem Wasserfall. Mariko fühlt sich schwer und leicht zugleich, sie weiß nicht, wie sie es ins Tal schaffen soll, aber sie ist glücklich, denn sie spürt, dass alles richtig ist.

YUDONO, 1504 METER: „TABUN, TABUN - VIELLEICHT, VIELLEICHT“

Die Frauen verbeugen sich, nähern sich respektvoll den Kaskaden fallenden Wassers, hören durch das Rauschen die Ratschläge von Hoshino Fumihiko: „Kämpft nicht gegen das Wasser, verkrampft nicht mit den Schultern, akzeptiert seine Kraft.“ Für Yamabushi ist die Natur kein Ort zum Entspannen. Sie hilft dem Menschen dabei, sein Ego zu überwinden. Die Wasserfallmeditation ist eine Läuterung, um Neues zu erfahren.

Die Gefühle, die der Meister verspricht, sind nur unter Schmerzen zu erreichen. Die Kälte des fallenden Wassers ist wie ein Hieb. Mariko zieht es die Beine weg, sie steht auf, versucht, sich

erneut unter das Wasser zu stellen, krümmt sich und richtet sich wieder auf, für einen Augenblick bleibt sie unter der eisigen Wand stehen.

Nach einer Weile erlöst Fumihiko die Pilgerinnen. Maumi zittert, hat blaue Lippen, Mariko hilft ihr, sich rasch abzutrocknen. Dann geht es ohne Pause weiter durch die Berge, über schmale Wege und mit Leitern gesicherte Rampen. Langsam wird den Frauen warm. Mariko, die sich selbst gern ironisch „Babyface“ nennt, scheint ihren Rucksack kaum noch tragen zu können. Aber sie denkt nicht daran, aufzugeben und einfach früher abzusteigen. „Ich habe mir gesagt, dass ich zur Not wie Indiana Jones einfach ins Tal rutschen werde“, sagt sie später.

Hoshino Fumihiko hat nie verstanden, warum nur Männer Yamabushi sein sollten. Gerade Frauen besäßen in den Bergen besondere Kräfte. „Ihr Geist ist stärker“, glaubt er, „weil es Frauen gelingt, ihre weibliche und männliche Seite zu vereinen.“ Das gefalle den Göttern der Berge und sie schenken den Frauen deshalb auch mehr von ihrer Zuneigung.

Am Ende ist die Herberge, in der die Wanderung begann, erfüllt vom Duft der Tatami-Matten und der Kerzen, die vor einem kleinen Altar brennen. Die Pilger beten ein letztes Mal eine Sutra, klatschen in die Hände, verneigen sich und rufen laut „Uketamau!“. Mariko und Maumi sind keine Yamabushi mehr. Alle umarmen sich, tauschen Namen und Facebook-Adressen und machen mit dem Handy ein Foto von sich und ihrem Meister. Dann fährt die Gruppe in ein nahe gelegenes Onsen, ein Bad, dessen Becken aus einer vulkanischen Quelle gespeist werden. Mariko und Maumi freuen sich auf eine sehr lange Dusche und auf die Wärme des Wassers.

In der Nacht werden die beiden Frauen mit dem Bus zurück nach Tokio fahren.

In ein neues Leben? „Tabun, tabun – vielleicht, vielleicht“, antwortet Mariko. „Ich fühle mich sehr frisch, als hätte ein neues Jahr begonnen.“ Sie werde auf jeden Fall das Gefühl, das sie in den Bergen gespürt hat, mitnehmen, das Gefühl, frei zu sein. Mariko überlegt: „Und vielleicht sollte ich auch in meinem Alltag manchmal den härteren Weg gehen.“

Für Shugendo-Meister Hoshino Fumihiko ist ein „Tabun, tabun“ ein guter Anfang. Er will in den Bergen niemanden zu einem besseren Leben bekehren. Jeder Yamabushi fühlt etwas anderes und nimmt auch etwas anderes von den Gipfeln mit nach Hause. Vielleicht Antworten, vielleicht Fragen.

Eines aber weiß Hoshino Fumihiko sicher, Yamabushi wie Mariko kehren meist zurück, um mit ihm wieder auf die Berge zu steigen. **B**



Autor **Tobias Asmuth** und Fotografin Noriko Hayashi waren überrascht, in welchem Tempo Yamabushi auf Berge steigen. Beide haben daher Hoshino Fumihiros Rat „Denk nicht, fühle...“ für sich ergänzt um „...und schlafe abends sofort ein.“