

# Japan – mehr als eine Reise

Mein persönliches Feedback soll nicht ein chronologischer Reisebericht werden, vielmehr der Versuch die Faszination die von diesem Land ausgeht in kurze Worte zu fassen, damit ein Gefühl entstehen kann.

Ein Gefühl entsteht aus der Summe von Eindrücken und Erfahrungen und davon durften wir auf unserer Reise unglaublich viel mitnehmen.

Der Weg/Flug dahin ist weit, doch in der Gruppe trotzdem kurzweilig und damit auch gut nutzbare Zeit zum gegenseitigen Kennenlernen.

Tokio zum Ankommen ist der Hammer. Diese rund 14 Millionen Einwohner Metropole, in welcher ca.  $\frac{1}{4}$  der Gesamtbevölkerung Japans lebt, empfing uns nachts aus der Vogelperspektive aus dem Flieger und dem Sky Tower am nächsten Tag. Unbeschreiblich Häusermeer mit Grün- und Wasser-Flächen dazwischen und letztlich am Horizont endend mit Blick zum schneebedeckten Fujiyama.

Unser erstes japanisches war Gaumen- und Augenschmaus zugleich. Tausend kleine Köstlichkeiten wollten mit Stäbchen probiert werden. Alle Mahlzeiten die wir kennen lernen durften bestechen nicht nur durch ihre Bekömmlichkeit, sondern sind die perfekte Achtsamkeitsübung mehrmals am Tag. Sehen, Riechen, Schmecken, Fühlen, Staunen und auch etwas Entschleunigung durch das Handling mit Stäbchen!

Natürlich bereisten wir die unterschiedlichsten Regionen authentisch mit Bus, U-Bahn bis hin zum Super-Express Shinkansen. Perfekt aufeinander abgestimmte Abläufe, klare Markierungen und Orientierungshilfen und ein mehr als zuverlässiges Timing machten es uns leichter, obwohl wir schon froh waren, von den heimischen Guides in dieses System eingeführt zu werden. Pünktlichkeit und Verlässlichkeit sind allgegenwärtig, begleitet mit der wohlthuenden Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft der Japaner.

Unsere Hotelunterkünfte sorgten auch für Heiterkeit in der Gruppe. Allein die Toilettenbenutzung eröffnet einem ein Benutzerdisplay wie ein neues Softwareprogramm. Die beheizte Toilettenbrille ist standardmäßig eingestellt und schafft auch auf diesem „Örtchen“ Wohlbehagen.

Zum Programmablauf dieser Woche musste ich meinen „Erlebnisfilm“ mehrmals zurückspulen. Es erscheint mir fast unmöglich in Kurzform zu beschreiben, was wir erlebten. Ein Highlight jagte das Nächste und Staunen bekam nochmal eine neue Dimension. Schreine Tempelanlagen, der Riesenbuddha und malerische Gartenanlagen haben uns gefangen genommen. Wir tauchten ein in Bambuswälder, meditierten im uralten Kanazawa Natural Recreation Forest, der Keimzelle des Shinrin Yoku Doktors, erquickten uns im glasklaren Fluss oder Wasserfall, genossen unsere Marschverpflegung in Form von köstlichen Bentoboxen und waren eins mit der Natur. Peter und Jasmin haben in der kurzen Zeit alles aufgefahren was nur ging, um in so viel wie möglich reinschnuppern zu können. Die Fahrzeiten zwischen den Stationen verkürzten sie uns mit Hintergrunderklärungen zu dem Besichtigten oder auch mal ein Haiku selbst zu schreiben.

Bei unseren Gruppenaktivitäten zum Thema Zeremonien galt „Alles kann, nix muss“. So konnten wir nach langen Tagen die wohlthuende Wärme eines Onsenbades nutzen, einer Teezeremonie beiwohnen und selbst einen Machatee zubereiten.

Zum Reiseabschluss kam dann noch Magie. Wir hatten das große Glück eine Nacht in unberührter Natur des Hochlandes in Koyasan zu verbringen. Das dieser Ort als heilig gilt, spürt man beim Ankommen. Inmitten von uralten Zedernwäldern erstreckt sich über etwa

sieben Kilometer ein buddhistischer Wallfahrtsort, der um 816 gegründet wurde. Ganz wie die jährlich über 1 Million Pilger, die diesen mystischen Ort besuchen, fanden wir auch Einlass in einer Herberge ganz im traditionellen Stil. Bei Dunkelheit wandelten wir nochmals durch einen Teil der ehemals 1.800 Klöster. Heute bestehen noch etwa 30 davon, mit ca. 600 Priestern und Mönchen. Das Läuten der riesigen Nachtglocke durch einen Mönch war einzigartig, das Vibrieren dieses Gongs selbst zu spüren, war pure Magie mit Gänsehautfeeling. Wir schliefen auf Tatami-Matten, aßen am Boden und wohnten einem Morgengebet bei.

Am Abschlusstag nochmal staunend und in aller Ehrfurcht und Stille den Wald mit seinen riesigen und beeindruckenden Grabstätten zu sehen, ließ den Atem stocken.

Es sollte ein kurzes Feedback werden, aber das ist unmöglich. Die Reise kann locker ein Buch mit vielen Anekdoten werden, in dem jeder einzelne Teilnehmer Seiten füllen könnte. Wir danken Jasmin und Peter für diese wundervolle Erfahrung und allen Teilnehmern. Jeder Einzelne als Perle, bereicherte die ganze Gruppe und schuf eine Perlenkette daraus.

**Großes Kino „Es war viel mehr als eine Reise!“**

**Andre & Steffi**