Noè Jeanne Freiburghaus 23. Nov 2020

Eat Oryoki: Ohne Ablenkung geniessen

Ōryōki ist ein rituelles, gemeinsames Essen aus der Tradition der japanischen Zen-Klöster. Beim halbstündigen Mittagessen in Stille wird die Aufmerksamkeit auf das Wesentliche reduziert.

Ich steige aus dem Gewühl der beschäftigten Passantinnen und Passanten der oberen Altstadt in die Spitalgasse 50 empor und lasse die Hektik hinter mir. Oben angekommen werden die Schuhe ausgezogen und ich begebe mich auf ein im Yoga-Raum vorbereitetes Kissen mit Meditationsbänkchen.

Die Ruhe gibt Zeit zum Ankommen und Wahrnehmen: das Wasserplätschern, wenn jemand sein Glas einschenkt, die weiche Unterlage unter meinen Knien, der gerade Rücken, ein frischer Luftzug, der durchs Kippfenster hineinströmt, mein Atem, der sich langsam vertieft. Ein anderer Gast sitz unter den weissen Holzbalken des Dachgeschosses und meditiert, bevor die kulinarische Zeremonie beginnt.

Das Konzept passt in eine Zeit, in der manche die Vorzüge von Reduktion und Verlangsamung für sich entdecken konnten. Auf sich selbst zurückgeworfen, ohne konstante Kommunikation und Multitasking nimmt

man plötzlich viel intensiver wahr. Auch wenn die Gewürze nicht sehr kräftig sind, schmecke ich jedes Aroma des liebevoll zubereiteten Zmittag. Essen an sich ist doch eigentlich Handlung genug: Ich brauche kein Smartphone, das mich unterhält. Ich bin dankbar für diese Mahlzeit. Ich koste die verschiedenen Konsistenzen viel intensiver aus, als mir dies in einer anderen Umgebung möglich wäre. Wer möchte, erhält auch eine zweite Runde des Essens. So sind am Ende alle satt und es bleiben keine Reste zurück. Ich bedanke mich mit einem Lächeln.

Versunken in diese sinnliche Wahrnehmung muss ich mich zuerst wieder *büschelen*, als das Ritual ein etwas abruptes Ende nimmt. Als ich aus dem Schweigen wieder in den Fluss des Alltags abtauche, bleibt in mir eine gewisse Ruhe zurück. Das Gastrokonzept von Eat Oryoki ist eine schöne Idee, um sich mitten im vorweihnachtlichen Trubel dieses anspruchsvollen Jahres einen Moment der Entschleunigung, des Rückzugs und der Achtsamkeit zu gönnen.

Nächster Termin: 11. Dezember
Reservation unter: www.eatoryoki.ch