
Es ist nicht etwas

Kusen von Roland Yuno Rech - Saint Laurent du Verdon, März 2017

Während eines Sesshins trennen wir uns von unseren Alltagsgeschäften und konzentrieren uns auf die Praxis des Zazen. Wir konzentrieren uns genauso auf alle anderen Tätigkeiten in Einheit mit Zazen, so dass eine kontinuierliche Praxis entsteht, die man „gyoji“ nennt, eine Praxis, die alles umfasst und niemals endet.

Sich so zu konzentrieren führt zu einer Bewusstwerdung aller Dinge, die uns bewegen. Anstatt auf sie einzuwirken, betrachten wir sie bloß. Zazen wird zu einem großen Spiegel, in dem sich alles Geistige widerspiegelt, zumal der Geist der Unterscheidung, der beurteilt, unterdrückt, verdrängt, zurückweist, was man nicht mag, was man für schlecht hält, während er an das anhaftet, was er mag, was er gut findet, aufgehoben ist. Diese Funktionsweise unseres Geistes ist wie ausgesetzt, die gewöhnliche Verkettung unserer Gedanken unterbrochen. Da man sie nicht bewegt, konditionieren sie uns nicht mehr; da wir sie bloß beobachten, können wir ihre wahre Natur erkennen.

Diese Gedanken, diese Empfindungen, diese Emotionen stammen von mir, es ist nicht jemand anderes, der in meinem Kopf denkt, wie es manchmal geistig Behinderte glauben, aber obgleich all diese geistigen Produkte, all diese Gedanken von mir stammen, so bin ich doch nicht diese Gedanken. Der weite Geist umfasst sie, spiegelt sie wider, identifiziert sich aber nicht mit ihnen. Das erlaubt uns, wirklich vertraut mit uns selber werden, aber immer realisierend, dass das Selbst niemals dasselbe ist, dass es sich ständig verändert. Natürlich haben wir unsere Gewohnheiten, unseren Charakter, unsere Persönlichkeit, was wir manchmal das „Ich“ nennen, aber das ist nicht etwas Substantielles. Das zu verstehen, ist schon ein wichtiges Erwachen: *Ich bin nicht etwas.*

Ein Schriftsteller hatte geschrieben: „Die Hölle, das sind die anderen“, die anderen, wenn sie uns in ihr Urteil einsperren, in ihre Meinungen, das geschieht übrigens häufig in Gruppen, dass man Leute katalogisiert: Wenn jemand neu in eine Gruppe kommt, sieht man nicht die Person selbst, sondern das Bild, das man sich von ihr macht. Zum Glück ist dieses Bild falsch, wir sind kein Bild, wir sind nicht irgendetwas, nichts Festes, nichts Begrenztes, nichts, das man definieren könnte. Zazen lässt uns die unendliche Natur unserer Existenz entdecken, was für uns manchmal dessen Geheimnis ausmacht.

Als der Kaiser Bodhidharma fragte: „*Wer seid Ihr, dort, mir gegenüber?*“ antwortete Bodhidharma: „*Fu shiki*“, ich weiß es nicht.

Die Menschen, die meinen sich selbst zu kennen, unterliegen einer Illusion. Natürlich kann man einige Charakteristika feststellen, man kann die Verkettung unseres Karmas sehen, aber das genügt nicht, uns zu definieren, denn wir sind undefinierbar, eine Art Energie, die sich ständig verändert im Kontakt mit unserer Umgebung, den anderen, den Begegnungen, dem Leben. Zazen macht uns dies bewusst und hilft besonders dabei, uns damit zu harmonisieren, das heißt, dass wir einen Geist realisieren, der auf nichts verweilt, der immer neu ist und wieder kreativ werden und aufhören kann immer dieselben Szenarios zu wiederholen wie Maschinen.

An einem Sesshin teilzunehmen, bedeutet, dass man aufhört, mechanisch zu leben, so wie die Gesellschaft uns funktionieren lässt, was ja viel einfacher ist! Die Leute werden katalogisiert, auf Posten gestellt, und man erwartet, dass sie immer in der gleichen Weise reagieren und funktionieren. Aber das Leben ist immer neu, einfach weil es in völliger gegenseitiger Abhängigkeit besteht mit sämtlichen anderen Existenzen des Universums, und weil alles im Universum in Bewegung ist, besonders in den Lebewesen und also in uns selber, alles ist Bewegung, was uns erlaubt uns weiterzuentwickeln, uns zu verändern und nicht in Illusionen zu verharren.

Wenn unser Ego etwas Festes, Beständiges wäre, könnten wir niemals erwachen, uns befreien. Aber glücklicherweise ist es nicht so, Zazen hilft uns dabei, das zu entdecken, ein kreatives Leben wiederzufinden, das nicht irgendetwas Beliebigen auf die eine oder andere Art erschafft, sondern das Erwachen zu unserer eigentlichen Natur verwirklicht, denn auch wenn wir nicht irgendetwas sind, so sind wir doch Buddha-Natur, ein Leben in Einigkeit mit allen Wesen.

Und das aktualisieren wir, indem wir Solidarität mit den Lebewesen, den fühlenden Wesen üben und sie zur Basis aller Werte werden zu lassen, die unser Leben erfüllen. Erwachen ist Weisheit, das Sesshin ermöglicht es uns, Erwachen durch Mitgefühl auszudrücken, das können wir in einem Sesshin verwirklichen, aktualisieren.

Deshalb sagte Dogen: *„Der Buddha-Dharma bedeutet, sich selbst zu kennen, aber sich selbst zu kennen, bedeutet, sich selbst zu vergessen und durch alle Wesen erwacht zu sein“*, in unserer wahren Einheit mit allen Wesen zu leben.