

Ein Kesa oder Rakusu nähen

Kusen von Eveline Kogen Pascual – Köln, März 2021

Dieselbe Aufmerksamkeit, die wir dem Zazen widmen, geben wir auch dem Nähen von einem Rakusu oder Kesa. So wie die Zazen-Haltung zu sehr verkrampft, wenn man durch geistige Erregung unaufmerksam praktiziert, oder schlapp wird, wenn man im Zazen schläfrig oder nachlässig ist, werden die Stiche beim Nähen krumm und schief, wenn ihnen nicht die gesamte Aufmerksamkeit geschenkt wird.

Ein Kesa oder ein Rakusu, die kleine Variante des Kesa, zu nähen erfordert ein großes Maß an Konzentration und Geduld. Es ist eine ausgezeichnete Praxis, um die eigenen Vorstellungen loszulassen. Es ist ein *fuse*, eine Gabe, denn man muss etwas von sich selbst geben, seine Zeit, seine Energie, seine Aufmerksamkeit, um dieses Gewand der Befreiung zu schaffen. Das Kesa verkörpert die Praxis und den Geist des Bodhisattvas, seinen Wunsch, seinen einzigen, allen Wesen zu helfen, sich zu befreien, ohne etwas dafür zu fordern. So ist es auch das Gewand des Mitgeföhls. Der Buddha-Weg ist kein Weg der eigensüchtigen Verwirklichung. Man kann ihn nicht ohne den Geist des tiefen Mitgeföhls für alle Wesen gehen. Es ist die Kraft des Kesa, eben diesen Geist in uns hervorzurufen.

Buddha Shakyamuni schuf aus Lumpen, die keiner mehr haben wollte, das Kesa, das Gewand des Erwachens, der Befreiung, das höchste Gewand. Er trug es ständig zur Praxis, so wurde es ein Teil von ihm, es wurde wie seine Haut. Als er die Essenz seiner Unterweisung an seinen Schüler Mahakashyapa weitergab, überreichte er ihm sein Kesa. Das Kesa war der Gegenstand, der ihm am Nächsten, am Vertrautesten war. Er gab ihm damit einen Teil seiner selbst, das seine Erfahrung ausdrückte. So wurde das Kesa zum Symbol der Weitergabe.

Das Kesa oder das Rakusu wird mit dem Körper getragen, der Zazen praktiziert. Dieser Körper, der im tiefen Vertrauen Zazen macht, ist Buddha, das bedeutet, vollkommen eins mit Zazen zu sein, in vollkommener Verbundenheit mit allem um uns herum, mit dem ganzen Universum. Genau das verwirklicht sich in der Erfahrung von Zazen. Es ist nichts Geheimnisvolles und Elitäres, jeder kann es erfahren.

Das Kesa ist ein Symbol des Zazen und der Verbundenheit mit dem Universum, das wir durch die Praxis lebendig halten, denn wir nähen es selbst, wir tragen es, wir behüten es.

Ein Rakusu oder Kesa zu nähen ist nicht ganz einfach. Für viele ist es ungewohnt, mit der Hand zu nähen. Immer wieder beklagen sich Näh-Anfänger, sie könnten es nicht, sie hätten zwei linke Hände. Sie sind unzufrieden mit dem, was sie produzieren, weil die Stiche nicht immer auf einer Linie oder unregelmäßig sind. Sie vergleichen ihre Stiche mit denen erfahrener Näher und sind frustriert, weil sie die eigenen Stiche nicht schön genug finden.

Wenn wir über das Nähen eines Kesa reden, dann gibt es kein „schön“ oder „schlecht“ genäht. Sicher können einige von Natur aus besser mit Nadel und Faden umgehen als andere, aber das ist überhaupt nicht wichtig. Wichtig ist, dass man sich aufrichtig bemüht, dass man mit dem Herzen dabei ist, dass man aufmerksam den Unterweisungen folgt, genau wie im Zazen.

Ein Kesa muss nicht schön sein, nur richtig, so gut gemacht wie es einem möglich ist. Es ist keine Dekoration, kein Standeszeichen, kein Ausstellungsobjekt. Es drückt den ungeschminkten, ehrlichen, nackten Geist desjenigen aus, der es mit seinen Händen näht, der es trägt, der es praktiziert. Daher ist es unsinnig, ein Kesa mit schönen Stickereien zu verzieren oder aus kostbaren Stoffen herzustellen. Ein Kesa ist nackt, es ist bescheiden, wie ein Spiegel gibt es den wahren Geist des Praktizierenden wieder.

Warum sollte man ein Kesa auch verschönern? Es ist schön, wenn man es mit ganzem Herzen näht, wenn man es sorgfältig behandelt, wenn man mit ihm auf dem Zafu sitzt oder sich im *sanpai* verneigt. Es ist vollständig, es enthält alles, da braucht man nichts hinzufügen, so wie dem offenen, aufrichtigen Geist im Zazen nichts hinzuzufügen ist.

Ein Kesa wird nicht nach einem Handbuch genäht, oder nach einer Anleitung auf YouTube. Auf diese Weise kann der wahre Geist des Kesa nicht übermittelt werden, genauso wenig wie man auf diese Weise den wahren Zazen-Geist erfassen kann. Das geht nur direkt, analog, von einem Erfahrenen an einen Neuling, *i shin den shin*, von meinem Geist zu deinem Geist, von meinem Herz zu deinem Herz. Es geht nicht einfach darum einen Stich zu lernen und Stoffstücke zusammzusetzen, sondern um die Unterweisung des Dharma.

Ein Kesa, ein Rakusu erinnert uns immer an die Praxis. Dogen sagte: „Kesa und Dharma-Unterweisung sind ein und dasselbe.“ Es erinnert uns an das Versprechen, das wir uns selbst bei der Ordination gegeben haben, an die Gelübde, an das Kesa-Sutra, an die Sangha.

Deshalb ist es wichtig, das Kesa und das Rakusu nicht in eine Schublade oder in einen Schrank zu stecken, wenn wir sie gerade nicht tragen. Sie müssen deutlich sichtbar bei uns sein, ein Teil unseres Lebens werden, weil sie die Drei Schätze Buddha, Dharma und Sangha verkörpern, weil sie uns daran erinnern, dass unser Selbst nicht auf das Ego, auf den gewöhnlichen Geist, beschränkt ist, sondern weit darüber hinausgeht.

Das Kesa erinnert uns daran, dass wir nicht nur für unsere eigene Befreiung vom Leid praktizieren, sondern daran, dass die wahre Befreiung nur dann gelingt, wenn wir alle wirkliche Bodhisattvas werden, wenn wir allen fühlenden Wesen helfen, sich von ihrem Leid zu befreien, wenn wir mit Weisheit und Mitgefühl handeln und denken, ohne vorzuziehen, ohne abzulehnen.

Das hört sich schwierig an, aber niemand muss das alleine stemmen. Im Vertrauen auf das Kesa und die Zazen-Praxis gehen wir gemeinsam den Weg des Buddha.