

# Es gibt keinen wahren Geist

## Kusen von Roland Yuno Rech –Godinne, Juli 2018

*Sesshin* bedeutet, mit seinem Geist vertraut werden. Oft sagt man, mit seinem wahren Geist vertraut werden, aber tatsächlich gibt es keinen „wahren Geist“. Es gibt nur einen Geist, der auf unterschiedliche Weise funktioniert, und jede Funktionsweise ist wahr. Falsch ist jedoch, sich auf eine einzige Funktionsweise zu begrenzen, anders gesagt, einen engen, starren Geist zu haben, der nur auf eine Weise funktioniert.

Die allgemeine Funktionsweise unseres Geistes ist der unterscheidende Geist, der unerlässlich für unser Überleben ist. Jedes Lebewesen muss unterscheiden zwischen dem, was gut für das eigene Überleben und was schädlich ist, was essbar und was giftig ist. Natürlich neigen wir dazu, uns dem zuzuwenden, was gut für uns ist, und das abzulehnen, was nicht gut ist. Dieser Geist des Auswählens und Zurückweisens kann zur dominanten Funktionsweise unseres Geistes werden. Dann hören wir nicht auf, abzuwägen und zu unterscheiden. Wir geraten sogar in Konflikt mit dem, was wir nicht mögen, und haften dem an, was wir mögen. Dieser Geist kann uns völlig blenden, denn das, was wir mögen, kann uns auch schaden.

Wer zum Beispiel gerne isst, kann, wenn er zu sehr seiner Esslust anhaftet, eine Bulimie entwickeln. Sex ist eine angenehme Sache, aber man darf nicht vom Sex besessen werden. Man kann sogar völlig abhängig werden von dem, was man liebt. Zum Beispiel kann man leidenschaftlich in jemanden verliebt sein. Wird man aber auf einmal besitzergreifend, reduziert man die Person zu einem Objekt und schränkt ihre Freiheit ein. Man kann auch die Reinheit lieben und alles verabscheuen, was unrein ist. Dann wird man allergisch gegen alles, was man als unrein betrachtet.

Dieses Übermaß an Unterscheidung macht uns krank. Wir verhalten uns sektiererisch und wehren uns heftig gegen gewisse Gruppen oder Personen. So wird unser Leben durch Konflikte geprägt. Wir können sogar mit uns selbst in Konflikt geraten, indem wir unsere dunklen Aspekte hassen und es infolgedessen nicht mehr dulden, wenn sie bei anderen erscheinen.

Durch die Zazen-Praxis wird dies klar ersichtlich. Selbst wenn wir gewisse Dinge mögen und andere nicht, dürfen wir den Dingen, die wir mögen, nicht übermäßig anhaften und den Dingen, die wir nicht mögen, nicht feindlich gegenüber eingestellt sein. Meister Sosan sagte: „Es ist nicht schwer, den Weg zu durchdringen, aber man darf weder lieben noch hassen, weder auswählen noch abweisen.“ Das bedeutet, von unseren Emotionen nicht abhängig zu sein und einen wendigen und freundlichen Geist zu verwirklichen. Wer der Reinheit zu sehr anhaftet, wird zerbrechlich. Er neigt dazu, intolerant zu werden, ob der Nahrung oder Menschen gegenüber.

Heutzutage entwickeln sich viele Allergien und gleichzeitig viele Abhängigkeiten. Wahre Freiheit ist weder Allergien noch Abhängigkeiten. Spirituell gesehen kann der Hass auf das Samsara und das glühende Bestreben nach dem Nirvana zu einer spirituellen Krankheit führen.

Wir müssen begreifen, dass wir in uns den Samen aller *Bonno* tragen. Und es ist gut, dass dem so ist. Dies anzuerkennen entwickelt unsere Unempfindlichkeit. Wir sind nicht überrascht über die *Bonno*, die in unserem Geist hervorkommen. Wir haben keine Angst vor ihnen. Wir werden sogar mit ihnen vertraut, denn wir haben die Fähigkeit entwickelt, ihnen nicht zu folgen.

In Zazen kommen alle möglichen Illusionen hervor, aber wir folgen ihnen nicht. Wir bewegen uns nicht, wir bleiben still und regungslos. Nichts bringt uns dazu, uns zu bewegen. Natürlich bewegen wir uns im täglichen Leben und wir reden, aber wir können es freier tun, weil wir unsere Klarheit entwickelt haben, einen Geist, der deutlich sieht, wenn *Bonno* erscheinen, ohne automatisch von ihnen mitgerissen zu werden. Das heißt nicht, dass wir uns nie einen Wunsch erfüllen, sondern dass wir nur die Wünsche auswählen, die kein Leiden schaffen, weder für uns selbst, noch für die anderen.

Und da wir in uns selbst den Samen aller *Bonno* erkannt haben, sind wir nicht überrascht, wenn sie bei den anderen auftauchen. Wir werden sie nicht hassen. Wir empfinden sogar Sympathie für die Wesen, die ihren *Bonno* unterworfen sind. Dies bringt *bodaishin* hervor, den Geist des Erwachens, den Wunsch, allen Wesen zur Hilfe zu kommen. Durch unsere Zazen-Praxis haben wir erfahren, dass es letztlich Zazen ist, das wirklich helfen kann. Daher ist unser großer Wunsch, diese Praxis mit anderen zu teilen.

Genau das war der Sinn des Lebens von Meister Deshimaru. Dem widmete er seine ganze Energie, und das machte ihn glücklich. Weil er dies einer Reihe von Schülern weitergab, lebt Zen hier und jetzt weiter und wird weiterhin als Weg der wahren Befreiung übermittelt.