

---

# Es gibt nichts zu unterweisen

## Mondo mit Sengyo van Leuven - Saint Thierry, Mai 2015

**Frage 1:** *Je mehr ich Zazen praktiziere, desto weniger weiß ich, was es heißt „Zazen zu praktizieren“. Ich habe den Eindruck, dass, wenn ich Zazen mache, sich die Dinge jenseits meiner selbst ereignen. Das heißt, manchmal gibt es Gedanken, die kommen, manchmal ist der Geist vollkommen klar, offen für alles, was um mich herum passiert.*

**Sengyo van Leuven:** Ja, genau, alles ist möglich. Ja, genau so ist es, wie du es beschreibst. Das geschieht nicht durch unseren Willen, dass die Dinge so entstehen.

**F.1:** *Aber dann stellt sich die Frage, was soll man dann unterweisen?*

**S.V.L.:** Nichts. Nichts, man kann nichts lehren. Die Menschen müssen es durch sich selbst verwirklichen. Der Unterweisende kann den andern die eigene Verwirklichung nicht abnehmen. Man lehrt, wie man die richtige Haltung einnimmt, die Haltung des Erwachens; wie man atmet, wie die Geistes-Haltung sein soll. Er lehrt, die Gedanken vorbeiziehen zu lassen, nicht zu urteilen, immer die Hände zu öffnen, das Loslassen, das Zurückkehren zum Körper und durch die beständige Rückkehr zum Körper den Körper loslassen, den Körper-Geist loslassen und den Weg verwirklichen.

**F.1:** Ja. Manchmal kehrt man immer wieder zurück, man verwirklicht ohne Unterlass, aber manchmal lässt man sich fortreißen...

**S.V.L.:** Manchmal ist man ein wenig gefangen in den Täuschungen des „Ichs“. Aber mit der Erfahrung des Praktizierens wird einem immer stärker bewusst, dass es diese Falle gibt, dass man in diese Falle getappt ist, aber das ist nicht die eigentliche Gefahr. Die Gefahr ist, das nicht zu sehen. Und das ist der Grund dafür, dass man sich einem Lehrer anvertraut, einem Meister sein Leben lang, man setzt das Praktizieren mit seinem Meister so lange wie möglich fort. Auch wenn der Meister nicht mehr da ist, muss man seine Achtsamkeit auf dem Weg beibehalten und sich immer wieder selbst in Frage stellen. Niemals mit sich selbst zufrieden sein, durchdrungen von sich selbst, bleibe bescheiden und aufrichtig, ohne zu wissen. Das ist die beste Antwort, die man geben könnte: „Ich weiß (es) nicht“. Weil in der Tat, ich, ich (es) nicht weiß. Wovon ich allein sprechen kann, das sind die Erfahrungen, die ich gemacht habe. Das ist meine Unterweisung. Ich kann nicht von anderen Dingen sprechen, ich kann nicht, ich persönlich, von anderen Dingen sprechen. Das ist die Folge des Aufgebens der Ich-Anhaftung, was man verwirklicht. Und diese Verwirklichung ist durchdrungen von dieser Erfahrung. Das unterweist man. Also wenn du immer weniger weißt, was Zazen bedeutet, ist das die Folge davon, dass du irgendwo auf dem guten Weg bist. Das heißt, dass alle Sicherheiten, alle Überzeugungen, alle Konzepte sich aufzulösen beginnen, beginnen auch nicht mehr so sicher zu sein, auch nicht mehr so fest gefügt zu sein.

Das soll heißen, dass es eine größere Offenheit gibt. Das ist wirklich das, was man sehen muss. Also beunruhige dich nicht, man ist niemals in jeder Hinsicht fertig, noch weniger ist man jemals am Ziel angekommen; das gilt es immer sich hier und jetzt bewusst zu machen, zu aktualisieren.

-----

Man muss immer und immer wieder praktizieren. Das ist das Gelübde, das man als Bodhisattva ablegt.

Und selbst wenn der Körper einem im Stich lässt, das Gelübde bleibt bestehen. Was bewirkt, dass, wenn die vier Aggregate sich erneut zusammenfügen, das Gelübde erneut gegenwärtig ist, und diese Zusammenfügung, die sich gerade gebildet hat, trifft von Neuem den Weg. Und wir selbst, von Augenblick zu Augenblick, von der Geburt bis zum Tod, in jedem Augenblick unseres Lebens, wir geben das Versprechen zurückzukommen, die Praxis fortzusetzen, indem wir uns an das andere Ufer stellen. Man muss nicht die Menschen zum anderen Ufer führen. Man muss sich ans andere Ufer stellen, um von dort aus für dieses Ufer zu handeln. Das heißt tatsächlich, dass es keinen Ort gibt, wohin man gehen muss, nur eben hier und jetzt dies zu aktualisieren, das ist Zazen, das Zazen macht, es gibt in diesem Augenblick kein „Ich“. Gutes Gelingen, gutes Weiterkommen!

**Frage 2:** *Im Zen gibt es zugleich die Stille und die Worte. Man lässt die Worte vorbeiziehen, die Gedanken, die unsere Stille durchkreuzen; dann gibt es die Worte von demjenigen, der Zazen leitet, die Worte in den Kusen. Welche Bedeutung kommt den Worten zu im Vergleich zu den Gedanken und der Stille?*

**S.V.L.:** Die Worte der Unterweisung entstehen aus der Stille heraus. Es handelt sich nicht um eine intellektuelle Selbstbefriedigung. Das muss man gut verstehen, ansonsten ist nichts hinzuzufügen. Wenn man sich den Kommentaren oder den rein intellektuellen Reflexionen aussetzt, dann hat das nicht den geringsten Wert. Und übrigens, in dem Moment könnte man nicht mehr unterweisen. Man kann nur das unterweisen, was man realisiert hat. Das ist das, was mir Sensei (i.e. Roland Rech) wiederholt gesagt hat. Folglich wird die Unterweisung wirklich in der Stille geboren. Es ist also nicht meine Person, die im Begriff ist zu sprechen. Das bin ich wohl, die dabei ist zu sprechen, das ist niemand anderes, aber das bin nicht ich. Verstehst du?

**F.2:** *Die Quelle der Worte, das ist die Stille?*

**S.V.L.:** Ja, sie finden darin ihren Ursprung, in der Praxis, in dem, was man in diesem Augenblick verwirklicht hat und in diesem Augenblick wahrnimmt; ebenso wie Hindernisse ein wenig abfallen, so erkennt man gut, wo es Fallen gibt, wo jemand dabei ist zu stolpern. Das nährt das Mitgefühl, um jemanden zu schützen oder zu führen, aber nicht um ihn zu strafen oder sich zu beklagen oder ungesunde Überlegungen anzustellen. Aber am Anfang eines sehr großen Mitgefühls, geboren in unserem Bodhisattva-Gelübde, folgt alles so gut wie möglich den Geboten. Die Gebote gehören zu unserem täglichen Leben, sie führen uns. Aber alles muss betrachtet werden in der richtigen Gewichtung, im richtigen Licht.

**F.2:** *Weil es so viele Schriften gibt, z.B. Dogen, Buddha...*

**S.V.L.:** Eben darum. Sie vermehren sich permanent; gerade deshalb ist die Erfahrung so schwer zu vermitteln, dass es Schriften gibt. Tausend Schriften zum gleichen Thema. Und man kann sie lesen und wieder lesen und sie verstehen und immer wieder von Neuem verstehen, aber das wird uns nicht berühren bis zum richtigen Augenblick, in dem sich alles vereinigt. Das Zusammentreffen ist wichtig zum Verstehen, und das, was man zuvor schon tausendmal gehört hat, dringt in uns ein und man erwacht. Und das geschieht nur in diesem Augenblick, weder früher noch später. Das ist alles!