
Der Weg des Buddha

Kusen von Roland Rech - Grube Louise, Oktober 2022

Wenn wir Zazen praktizieren, praktizieren wir den Weg Buddhas, folgen wir dem Weg Buddhas: Zazen ist keine persönliche Praxis. Im Alltagsleben möchte jeder seine Persönlichkeit verwirklichen, seine Unterschiedlichkeit, sein Ego. Wenn wir Zazen praktizieren, folgen wir dem Weg, dem der Buddha und alle Patriarchen gefolgt sind. Das ist nicht ein Weg, den sie geschaffen haben, das ist der Weg, den Shakyamuni selbst wiederentdeckt hat.

Es ist der Weg, dem alle vormaligen Buddhas gefolgt sind. Und auch wenn er sehr alt ist, verwirklicht er sich doch hier und jetzt in uns, wenn wir ihn praktizieren und ihm folgen, in unserem Körper, in unserem Geist, jenseits unserer Konditionierungen, in der Bewegung des Loslassens. Was Meister Dogen „*shin jin datsu raku*“ genannt hatte, war die Essenz seines Erwachens. *Jin*: der Körper, *shin*: der Geist, *datsu raku*: bloß, ohne all das, was uns von anderen trennt.

Meister Dogen sagte: „Dieser Weg Buddhas kann nicht ohne Praxis erreicht werden. Und wenn man ihn nicht studiert, bleibt er verborgen.“ Meister Nangaku sagte dazu: „Das heißt nicht, dass es weder Praxis noch Verwirklichung gibt, aber sie dürfen nicht beschmutzt werden.“

Wenn man den Weg Buddhas nicht studiert, riskiert man, auf Irrwege zu geraten. Den Weg Buddhas zu praktizieren, bedeutet Buddha zu sein. Wir sind nicht zweigeteilt. Auch Praxis und Erwachen sind nicht zwei verschiedene Dinge. Aber der Weg wird nicht durch Zazen hervorgebracht. Zazen ermöglicht es, ihn zu erwecken und zu realisieren. Es bedeutet nicht, dass man etwas außerhalb von sich studiert.

Wenn man Sutras oder das *Shobogenzo* studiert, muss man sich fragen, was es uns sagt, uns persönlich. Man muss realisieren, dass es sich im Grunde um die Essenz unseres Lebens handelt. Das kann weder durch den Verstand geschehen noch durch Worte geschehen. Es handelt sich nicht darum zu verstehen, dass „ich so oder so bin“. Es ist keine Psychotherapie. Alles, was uns ausmacht, unser Körper, unsere Gefühle, unsere Wahrnehmung, unsere Wünsche, unsere Gedankenkonstrukte und selbst unser Bewusstsein, all dies ist völlig unbeständig und ohne Substanz. Es existiert, aber in vollständiger Abhängigkeit von der kosmischen Ordnung. Es gibt kein getrenntes Ego.

Viele Leute vergeuden viel Zeit und Energie damit, ihre Persönlichkeit zur Geltung zu bringen oder das Objekt ihrer Wünsche zu erhalten. Und wenn sie scheitern, sind sie deprimiert. Aber wenn sie es schaffen, haben sie Angst, das Erreichte wieder zu verlieren. Deshalb hatte Meister Deshimaru die Gendronnière „das Schloss der Nicht-Angst“, *muijo*, genannt. Wie man diese Nicht-Angst realisieren kann, zeigt die Praxis von *mushotoku*. Das Wort, das ich am häufigsten von Meister Deshimaru vernommen habe, ist *mushotoku*.

Wenn man an einem Sesshin teilnimmt, übt man sich wirklich darin, die Anhaftung an Körper und Geist loszulassen. Es ist keine Praxis der Persönlichkeitsentwicklung. Im Gegenteil, es handelt sich darum, alles, was wir Persönliches in uns haben, loszulassen und die universelle

Dimension unserer Existenz zu realisieren, was es uns erlaubt solidarisch mit allen Wesen zu sein, sich verbunden zu fühlen mit allem, was lebt, und das wirkliche Leben ohne Trennung zu realisieren. Wenn man das realisiert, empfindet man eine große Freude, als würde man etwas wiederfinden, was man verloren geglaubt hatte.