
Zen und Umwelt

Ein Vortrag von Roland Yuno Rech

Unsere westliche Zivilisation, deren Denkweise sich über die ganze Welt erstreckt, ist eine technische Zivilisation, die auf die Kontrolle und Nutzung der Natur ausgerichtet ist. Die gegenwärtige Krise in der Beziehung des Menschen zu seiner Umwelt ist kein bloßer Zufall auf dem Weg zu unendlichem Fortschritt. Es ist die Manifestation einer unausgewogenen Haltung des Menschen gegenüber der Natur, deren Ursprung auf die Quellen unserer Kultur zurückgeht.

Die Legende des Prometheus symbolisiert die Haltung des westlichen Menschen, der sich der Entwicklung eines intellektuellen Geistes als Mittel zur Befriedigung seiner materiellen Wünsche verschrieben hat. Kein Objekt kann jedoch den grundlegenden Wunsch des Menschen, nämlich die Suche nach der Einheit mit der Natur, völlig befriedigen. Je mehr dieses spirituelle Streben vernachlässigt wird, desto mehr erleben wir eine unaufhörliche Vermehrung der Wünsche. Sie ist sogar in den westlichen Ländern zum wichtigsten Motor der Wirtschaft geworden, was zu einer stetigen Schädigung der natürlichen Umgebung und zur Verschwendung der nicht erneuerbaren Ressourcen des Planeten führt, ganz zu schweigen von mehreren Formen der Verschmutzung. Die Entwicklung künstlicher Wünsche ist nur eine Folge eines begrenzten Egos, das nur Unzufriedenheit, Angst und Aggressivität hervorruft. Der individuelle Wettbewerb auf internationaler Ebene spiegelt sich im Wettbewerb zwischen den Nationen wider, sowohl wirtschaftlich als auch militärisch. Dieser Wettbewerb führt zur Verarmung der Ärmsten sowohl innerhalb der so genannten entwickelten Länder als auch in der Dritten Welt.

Spirituelle Revolution

Umweltprobleme können daher nur durch eine echte spirituelle Revolution gelöst werden. Zen kann dazu beitragen, weil es ein Weg ist, der durch die tägliche Praxis der Sitzmeditation den Menschen mit der kosmischen Ordnung in Einklang bringt.

Wer mit dem Gesicht zur Wand sitzt, hört auf, externe Objekte zu verfolgen und lernt sich selbst genau kennen.

Der Mensch hat mit seiner linken Gehirnhälfte ein abstraktes Denken entwickelt, das es ihm ermöglicht hat, eine gewisse Herrschaft über die Natur zu erlangen, ihn aber gleichzeitig von einer engen Beziehung zur Umwelt abgeschnitten hat. Das Denken auf der Grundlage einer verbalen Sprache ist von Natur aus dualistisch und schafft die Trennung des Menschen von der Welt. Diese Trennung erzeugt Einsamkeit und Unmut, die der Mensch zu kompensieren versucht, indem er seinen Einfluss auf die Natur durch die Technik weiterentwickelt. Die Zazen-Praxis ermöglicht es, eine unmittelbare, innige Beziehung zur Natur, eine poetische Vision der Welt und eine Teilnahme am Leben wiederzuentdecken. Nur dadurch kann der Machtwille des Menschen, der zum reinen "homo economicus" geworden ist, tiefgreifend korrigiert werden.

Die Nicht-Technik

Die dualistische Einstellung unserer Zivilisation verwandelt alles in Technik, und die technische Einstellung ist es, die die Krise zwischen uns selbst und der Umwelt verursacht. Diese Einstellung besteht darin, etwas immer nur für einen zukünftigen Gewinn zu tun. Die

einfachsten und natürlichsten Dinge, wie lieben, sich ausdrücken, sogar meditieren, werden zu Techniken, zu Mittel, um etwas anderes zu erlangen. Zazen praktizieren bedeutet, diese Einstellung aufzugeben und umzukehren. Wir praktizieren Zazen nicht, um *satori* zu erlangen. Wird aber ohne Ziel und ohne Gewinnstreben praktiziert, wird Zazen selbst *satori*. Wenn wir das erkennen, wird alles in unserem Leben Praxis des Erwachens.

Als ein Mönch Meister Joshu fragte: „Was ist die Essenz des Buddhismus?“, antwortete Joshu nur: „Hast du schon gegessen?“ „Ja, Meister“, antwortete der Jünger. „Dann geh und spüle deine Schale.“

Die einfachen Handlungen unseres täglichen Lebens hier und jetzt in voller Aufmerksamkeit sind die Praxis des Buddha-Weges. Volle Aufmerksamkeit bedeutet, alle Dinge als unser wertvollstes Gut zu respektieren und zu schützen. Dies veranlasste die Mönche, Kunstformen wie die Blumenkunst zu schaffen, deren Zweck es war, das Leben der Blumen zu verlängern, die dem Buddha angeboten oder von einem Sturm zerstört wurden. Die Gartenkunst ist auch Ausdruck dieses Gefühls der Einheit mit der Natur und mit dem ganzen Universum. Aber die Wurzel dieser Kunstformen ist die Verwirklichung unserer tiefsten Natur im Zazen. Sie wird aktualisiert, wenn man aufhört, etwas ergreifen oder ablehnen zu wollen. In diesem Moment verwirklicht sich unsere Einheit mit der großen Natur, mit Gott oder Buddha, mit der höchsten Dimension der menschlichen Existenz auf natürliche Weise, denn eine Blume wird zur Blume, wenn sich ihre Blütenblätter öffnen.

Die Ökologie des Selbst

Obwohl wir über Ökologie sprechen, klafft eine Lücke zwischen dem, was wir über die Gefahren wissen, die moderne Techniken für die natürliche Umwelt darstellen, und dem, was wir wirklich tun, um sie zu beheben, als ob wir dachten, es sei unmöglich, die Umweltverschmutzung und die Umweltzerstörung zu stoppen.

Die Eroberung der Natur wurde durch die Entwicklung des dualistischen und abstrakten Geistes vollzogen, durch den mathematischen Geist, mit dem Quantität vor Qualität herrscht, haben vor sein. Die Technik reduziert das Wesentliche auf das Phänomen, das Sein auf das Seiende. Kein Wunder, dass Gott in einer solchen Vision gestorben ist. Das Problem ist, dass der Mensch auch seine wahren Wurzeln, seine wahre göttliche Natur oder die Buddha-Natur verloren hat. Die Effektivität der Kontrolle über die Natur hat zu einer Verringerung der Intuition und Kreativität geführt. Nachdem der Mensch die Natur seinen Techniken angepasst hat, ist er zu einem Zahnrad geworden, das dem von ihm geschaffenen technokratischen Modell entsprechen muss.

Die Ökologie erinnert an die Grundprinzipien der Gesetze des natürlichen Gleichgewichts, der Interaktion zwischen Lebewesen und der Umwelt; aber ohne einen radikalen Mentalitätswandel bleiben ökologische Ideen ohne Einfluss.

Zazen praktizieren bedeutet, unsere Einstellung hier und jetzt zu ändern, angefangen bei unserer unmittelbaren Umgebung. Die Verschmutzung der Umwelt ist in den Köpfen der Menschen, bevor sie sich in der Atmosphäre, im Wasser und an Land manifestiert.

Zazen praktizieren bedeutet, das Ego aufzugeben und die wechselseitigen Beziehungen und unsere Verbundenheit mit dem ganzen Universum zu erkennen.

Energie und Unbeständigkeit

Die Beziehung zur Umwelt besteht auch auf der Ebene der Energie. Wir bestehen aus den gleichen Elementen und Energien wie das ganze Universum. Zu viel Energie zu verbrauchen verursacht ein Ungleichgewicht, nicht nur in der Umwelt, sondern auch in sich selbst. Zu viel Essen oder zu viel reiche Nahrung ruiniert die Gesundheit. Beim Sesshin essen wir leichtere und natürlichere Lebensmittel. Ohne Dogmatismus schult Zazen unseren Ernährungsinstinkt um. Zu viel Komfort schwächt den Widerstand. Das Leben im Zen besteht darin, auf eine einfache Lebensweise zurückzugreifen, ohne zu viel Komfort oder Luxus zu suchen. Das Ideal des Zen-Mönchs ist es, mit seiner Schale und seinem Kesa zu leben. Zu viele Informationen machen unsere Beziehung zur Welt abstrakt. Im Zen geht es darum, die direkte Lebenserfahrung wieder zu entdecken.

Zen-Mönche haben sehr oft ihr Dojo in der Natur, in den Bergen, in der Nähe von Flüssen errichtet. Aber es war keine romantische Bindung an die Natur. Genau wie Zazen drücken Naturphänomene Buddhas Lehre jenseits der Sprache und der geistigen Konstrukte aus. Mönche erwachten, als sie eine Pfirsichblüte sahen oder einen Steinschlag oder das Geräusch eines Gebirgsbachs im Tal hörten. Diese Naturphänomene waren die Gelegenheit, ihre Einheit mit dem ganzen Universum zu erreichen.

Letztendlich ist unsere Umwelt eine sich verändernde, vergängliche Welt. Unser Ego, das nach stabilem Glück strebt, wird mit dieser Unbeständigkeit der Phänomene konfrontiert. Die meisten Religionen haben das Glück im Jenseits gesucht; auch in einigen Schulen des Buddhismus wird das Nirvana jenseits der Welt der Phänomene gesucht. Aber Zazen geht über den Dualismus zwischen der phänomenalen Umgebung (Samsara) und dem Nirvana hinaus, denn dieser Dualismus ist immer noch eine Anhaftung unseres Egos. Wenn das Ego aufgegeben ist, gibt es keinen Grund mehr, aus dem Samsara zu fliehen oder das Nirvana zu suchen. Der Bodhisattva des Mahayana-Buddhismus lebt und praktiziert in der Welt der Phänomene, um allen Wesen zu helfen, ihr Leiden zu lösen und das Erwachen zu erlangen.

Dies ist das Ideal des Lebens, das die Zazen-Praxis jedem von uns eröffnet.