
Das Kesa waschen

Von Eveline Kogen Pascual, Dojo Aachen (Deutschland), August 2025.

Bei der Ordination empfangen wir von unserem Meister oder Meisterin das Kesa und das Rakusu zusammen mit den Geboten als Symbol der Praxis des Erwachens. Meister Dogen sagte: „Ihr empfangt und bewahrt jetzt dieses Kesa, ihr sollt es ehrerbietig auf euer Haupt legen und es für immer bewahren." Wir tragen es immer beim Zazen und bei den Zeremonien, zuhause im Dojo und auf Sesshins. Es ist schön mit diesem Reisfeldmuster und den vielen, regelmäßigen Punktstichen; es hat uns Mühe und Energie gekostet, es mit unseren eigenen Händen zu fertigen.

Aber mit der Zeit zeigen sich darauf die ersten Flecken und es fängt an zu müffeln. Meister Deshimaru empfahl seinen Mönchen und Nonnen, am Ende des Sommers, wenn die Sommerlager vorbei waren, ihr Kesa zu waschen. Dann ist es meistens intensiv gebraucht worden, durchtränkt von Dunst des Räucherwerks und vom Schweiß und hat den einen oder anderen Fleck.

Warum waschen?

Manche denken, das Waschen ist nicht unbedingt nötig, denn das Kesa ist ja schwarz, da sieht man doch keinen Schmutz. Dies ist erstens ein Trugschluss, denn man sieht ihn sehr wohl, außerdem riecht das Kesa nach einiger Zeit unangenehm, zweitens ist diese Vernachlässigung respektlos dem Kesa gegenüber und dem, wofür es steht. Es heißt, Meister Deshimaru habe gesagt: „Wenn das Kesa weiß wäre, müsstet ihr euch alle schämen!"

Die Zeichen des Gebrauchs sieht man besonders gut am Zagu, wenn die weißen Faltenkanten sich grau verfärben, und vor allem die Stelle, auf die man seine Stirn beim Sanpai drückt, wird nach und nach gelb. Ich habe gehört, dass manche stolz auf diese gelbbraunen Stellen sind, zeigen sie doch, dass sie schon recht lang und intensiv praktizieren. Ich finde, das ist eher ein Zeichen von Achtlosigkeit, außerdem sieht es unangenehm aus, wie schmutzige Füße.

Das Kesa

Wie sollen wir das Kesa waschen, wenn es verschmutzt ist?
Meister Dogen beschreibt diesen Vorgang im *Shobogenzo*, im Kapitel *Kesa Kudoku*:

> „Taucht das Kesa zwei Stunden lang in warmes, wohlriechendes Wasser. Wenn es sehr schmutzig ist, kann man es in warmem, mit Asche gemischtem Wasser waschen. Wenn das Wasser abgekühlt ist, spült das Kesa mehrmals mit klarem, warmem Wasser, ohne es mit Händen zu wringen. Hängt es danach zum Trocknen über eine saubere Bambusstange. Wenn es völlig trocken ist, faltet es und legt es auf einen erhöhten Ort, zündet ein Räucherstäbchen an, verstreut Blumenblätter und macht Sanpai davor."

Das hört sich sehr umständlich an, und woher sollen wir die geeignete Asche herbekommen? Heutzutage gibt es aber sehr milde Waschmittel, mit denen wir unser Kesa einfacher und trotzdem sehr effektiv säubern können. Folgende Anleitung hat sich in der Praxis gut bewährt, um es auf gründliche und schonende Weise zu waschen:

- Vor der Wäsche sollte der Stoff auf Farbechtheit geprüft werden. Flecken werden vorbehandelt: Erdkrümel vom Spaziergang werden abgebürstet; Fettflecken mit Gallseife eingerieben; andere Flecken, zum Beispiel von der Genmai, werden mit ein wenig Waschmittel eingerieben.

- Weiche das Kesa in einer großen Schüssel mit lauwarmem Wasser und einem milden Waschmittel für Wolle und Seide ein, je nach Stärke der Verschmutzung etwa 10 bis 30 Minuten. Drücke es dann sanft im Waschwasser durch. Flecken werden sehr vorsichtig gerubbelt.

- Spüle das Kesa mit kaltem Wasser, und wechsele mehrfach das Wasser, bis es klar ist. Dabei darf es nicht gewrungen oder sonst wie grob behandelt werden.

- Nach dem Spülen wird das Kesa vorsichtig ausgedrückt, ohne den Stoff zu ziehen.

- Breite es auf einem Badehandtuch aus Frottee aus, rolle es zusammen und bearbeite die Handtuchrolle kräftig mit den geballten Händen, um das Wasser auszudrücken.

- Zum Trocknen hänge es nicht auf eine Leine, denn dann verziehen sich die Nähte. Stecke es nicht in einen Trockner, das ist zu strapaziös für den Stoff und die Nähte. Lege es am besten glatt über einen Wäscheständer.

- Nach dem Trocknen wird das Kesa gebügelt und wieder zusammengelegt.

Das Zagu

Das Zagu ist in der Regel schmutziger als das Kesa, da es mit dem Boden in Kontakt kommt und man beim Sanpai die Stirn auf den oberen Rand drückt. Es wird deshalb besonders vorbereitet:

- Ist der Stoff farbecht, kann das Zagu länger in lauwarmem Wasser mit mildem Waschmittel eingeweicht werden. Die Flecken werden wie oben beschrieben vorbehandelt und der verschmutzte Stoff zwischen den Händen gut gerubbelt, besonders auch an den Bügelfalten.

- Spüle das Zagu gründlich mit kaltem Wasser, bis das Wasser klar ist, ohne den Stoff zu wringen.
  Praktischer Tipp: gib beim letzten Spülen ein klein wenig Wäschestärke ins Wasser. Durch die Stärke bleiben die Falten nach dem Bügeln auch bei längerem Gebrauch erhalten, das erleichtert das Zusammenlegen nach der Zeremonie.

- Drücke das Zagu vorsichtig aus, ohne den Stoff zu ziehen und breite es auf einem Badehandtuch aus Frottee aus, rolle es zusammen und bearbeite die Handtuchrolle kräftig mit den geballten Händen, um das Wasser auszudrücken.

- Lege es auf den Wäscheständer zum Trocknen.

Und das Rakusu?

Das Rakusu ist aufwendiger zu waschen, da vorher die Innenseide entfernt werden muss. Dazu trennt man die vier kleinen Quadrate ab, die die Seide mit dem Rakusu verbinden, und löst innen den lockeren Stich von Seide und Rakusu.

- Die Vorbehandlung und das Waschen des schwarzen Stoffteils des Rakusus erfolgt wie beim Kesa.

- Wenn der Stoff getrocknet und gebügelt ist, wird die Innenseide mit dem weißen Futterstoff wieder eingelegt und angeheftet, dann nähe die vier Quadrate wieder an.

Da die Reinigung recht aufwendig ist, sollte man gut aufpassen, dass das Rakusu keine Flecken abbekommt. Meistens kann man diese vorsichtig abbürsten oder mit einem sauberen, feuchten Tuch vorsichtig abreiben.

Das Trägerstück mit dem Soto-Zeichen im Nacken wird leicht speckig beim Tragen. Man kann es gesondert in ein Schüsselchen mit Waschmittel einweichen, ausspülen, im Handtuch ausdrücken und trocknen.

Die Kesa-Tasche

Die Kesa-Tasche zu waschen ist schwieriger, denn vorher muss die Innenseide herausgetrennt und danach wieder eingenäht werden. Deshalb sollte man gut aufpassen, dass sie nicht verschmutzt.

In die Waschmaschine?

Es gibt Leute, die waschen ihr Kesa in der Waschmaschine, ja sogar das Rakusu. Ich halte das für keine gute Idee. Erstens werden dabei die Nähte und der Stoff sehr beansprucht, sodass man das Kesa eher reparieren muss. Zweitens ist es respektlos, denn das Kesa ist kein T-Shirt oder keine Jeans, sondern das Symbol unserer Praxis, die authentische Weitergabe der Buddhas und Dharma-Vorfahren. Wir haben es mit viel Hingabe, Achtsamkeit und Mühe geschnitten und genäht. Wir haben so viel von uns selbst darein gegeben, wie können wir es dann einfach einer Maschine überlassen, weil wir uns nicht die Zeit nehmen wollen, es mit Sorgfalt und eben auch Hingabe zu säubern?

Meister Dogen sagte: „Solange man nicht den innersten Kern der Weitergabe des Kesas und des Dharmas von Angesicht zu Angesicht erfahren und erforscht hat, kann man nicht wissen, wie man das Kesa wäscht, wie man es empfängt und bewahrt.“

Wenn ihr also unsicher bezüglich der Behandlung des Kesas oder Rakusus seid, fragt einfach euren Meister oder eure Meisterin. Und lest ruhig die Kapitel *Kesa Kudoku* und *Den E* im *Shobogenzo*, in denen Meister Dogen ausführlich die Bedeutung und den Zusammenhang des Kesas mit unserer Praxis erklärt.